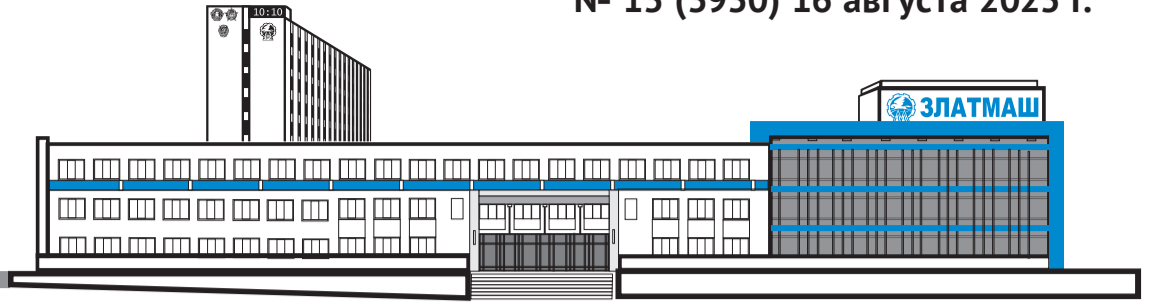




**ЗЛАТОУСТОВСКИЙ
МАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ
ЗАВОД**



Трудовая честь Златмаш

Газета выходит с 14 октября 1942 года

info@zlatmash.ru

Новости Роскосмоса



РОСКОСМОС

От орбитальной станции до много-разовых ракет

Госкорпорация «Роскосмос» и входящие в нее предприятия продемонстрируют на Международном военно-техническом форуме «Армия-2023» образцы и макеты производимой и перспективной ракетно-космической техники, а также технологические решения для различных отраслей народного хозяйства.

Объединенную экспозицию Роскосмоса посетители форума смогут увидеть с 14 по 20 августа в Конгрессно-выставочном центре «Патриот» в подмосковной Кубинке.

Ракетно-космическая корпорация «Энергия» имени С. П. Королева представит уточненный облик новой Российской орбитальной станции и концепцию ее использования, а также макет базового модуля станции.

Государственный космический научно-производственный центр имени М. В. Хруничева покажет макеты ракет-носителей различного класса – сверхлегкого, легкого («Ангара-1.2», «Рокот-М»), среднего («Ангара-А3») и тяжелого («Протон-М», «Ангара-А5», «Ангара-А5 М», «Ангара-А5 В»), а также разгонных блоков «Бриз-М» и КВТК.

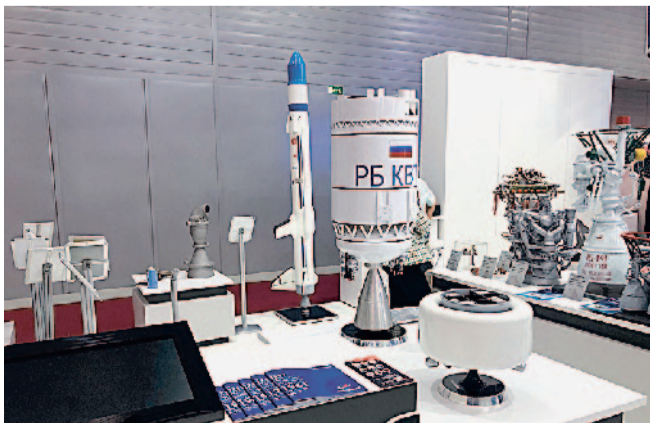
Государственный ракетный центр имени академика В. П. Макеева продемонстрирует макет перспективной многоразовой ракеты-носителя «Корона», Центральный научно-исследовательский институт машиностроения – макет демонстратора многоразового крылатого ракетного блока «Крыло-СВ».



Научно-производственное объединение имени С. А. Лавочкина представит макеты автоматической станции «Луна-25», гидрометеорологических космических аппаратов «Артика-М» и «Электро-Л» и разгонного блока «Фрегат-СБ».

Компания «Информационные спутниковые системы» имени академика М. Ф. Решетнева покажет макеты навигационных спутников «Глонасс-М», «Глонасс-К» и «Глонасс-К2», космического аппарата персональной связи «Гонец-М», а Конструкторское бюро «Арсенал» – макет межпланетного комплекса «Зевс» с ядерной энергетической установкой.

Предприятия интегрированной структуры ракетного двигателестроения, возглавляемой Научно-производственным объединением Энергомаш имени академика В. П. Глушко, продемонстрируют двигатели для ракет-носителей и космических аппаратов. Среди них – жидкостные ракетные двигатели РД-191 для ракет семейства «Ангара», РД-171 МВ – для перспективной ракеты «Союз-5» и РД-0169 А – для перспективной многоразовой ракеты «Амур», а также двигательная установка для космического аппарата связи «Марафон» в интересах федерального проекта «Сфера».



С Днем строителя!



Коллективы отдела № 219 и цеха № 299

Создавая и преображая

13 августа в России свой профессиональный праздник отметили строители. В этот день по традиции мы чествуем мирный и созидательный труд коллективов отдела главного архитектора № 219, цеха по ремонту зданий и сооружений № 299 и участка содержания и благоустройства территории отдела № 506.

День строителя – один из самых известных профессиональных праздников в нашей стране. Он появился во времена строительного бума в конце 1950-х годов и завоевал популярность среди огромного числа работников строительной сферы. Традиционным с тех пор остается и восприятие этой профессии. Строительство – это основа любого движения вперед. Мы представляем себе строителей как амбициозных и обстоятельных, трудолюбивых и внимательных ко всем мелочам профессионалов своего дела. И это действительно так.

Ежедневно наши заводские строители обеспечивают безопасный труд златмашевцев, осуществляя технический надзор за состоянием зданий и сооружений, проводя капитальный и текущий ремонт производственных корпусов, а также отвечая за благоустройство заводской территории в целом.

Сегодня все основные силы специалистов отдела № 219 и цеха № 299 брошены на завершение строительных и ремонтных работ на новом производственном участке.

– Восстанавливаем первый полупролет, второй и третий пролеты, возводим производственные помещения, устанавливаем новое оборудование. Часть работ проводим силами цеха № 299, часть – силами сотрудников подрядной организации, – рассказывает главный архитектор Сергей

Чернышов. – Кроме того, был вновь организован деревообрабатывающий участок, где будут изготавливаться контейнеры для изделий. Оба участка будут введены в эксплуатацию к первому сентября.

В отдельных корпусах продолжают фасадные работы. Ведется ремонт помещений ТЭЦ. В ближайшее время начнется кропотливая работа по благоустройству территории предприятия. Будут заасфальтированы площадки и уложен тротуар. Отдельно хочется отметить кропотливый труд работников участка содержания и благоустройства территории отдела № 506, которые ежедневно расчищают заводскую территорию от ненужных зарослей кустов и деревьев.

Традиционно в летний период осуществляется плановый косметический ремонт физкультурно-оздоровительного центра (ФОЦ) и Дворца культуры «Победа».

В планах у заводских строителей – к 85-летию юбилею предприятия обновить входную группу в корпусе заводоуправления, провести ремонт зала бассейна и женской душевой в ФОЦ.

Но это – лишь малая часть задач, которые ставят перед собой наши строители. Благодаря своему мастерству и слаженной работе, заводские специалисты способны выполнять работу любого уровня сложности. Они трудятся в самых разных условиях: при любой погоде, на любой высоте, на аварийных кровлях цехов, внутри производственных помещений.

– Уважаемые коллеги, примите благодарность за ваш тяжелый, но благородный труд, являющийся залогом комфортной и безопасной работы заводчан! – продолжает Сергей Олегович. – Желаю больших профессиональных побед и терпения в нашем нелегком деле!

Елена ПОТАПОВА



Сотрудники цеха № 299 проводят установку стеклопакетов

Актуально

В Златоусте подорожают маршрутки

С 1 сентября в Златоусте повысится стоимость проезда в маршрутных такси. Цена билета будет составлять 30 рублей. Об этом сообщили в пресс-службе администрации Златоустовского городского округа.

Как отмечают перевозчики, это произойдет в связи с повышением цен на горючее, смазочные материалы, автошины и запчасти. Напомним, согласно Федеральному закону № 220-ФЗ об организации регулярных перевозок по регулируемым тарифам, цену за проезд устанавливает сам индивидуальный предприниматель.

Стоимость же проезда в муниципальном общественном транспорте останется прежней: 23 рубля при безналичной оплате, 28 рублей — за наличные.

Будь в курсе

Приведи сотрудника и заработай

С 24 июля по 30 сентября в АО «Златмаш» проходит акция «Приведи сотрудника и заработай» для привлечения на предприятие новых перспективных специалистов и для поощрения работников предприятия, принявших участие в акции.

Действие акции распространяется на должности, заявленные отделами № 232, № 234 и № 235. Для их комплектования требуются:

1. Инженер-технолог (I, II, III категории).
2. Ведущий инженер-технолог.
3. Инженер-конструктор (I, II, III категории).
4. Ведущий инженер-конструктор.

Участники акции могут рекомендовать неограниченное количество новых сотрудников. На одну профессию могут претендовать несколько кандидатов, в том числе от разных участников акции. Подробности по телефонам: 55-03, 56-79, 8 (919) 334-68-66.

Размер, условия и порядок получения вознаграждения

Для кандидатов, принятых на вакансии: инженер-технолог (II, III категории), инженер-конструктор II, III категории):

Этап	Сумма вознаграждения
Заклучение трудового договора и начало работы в подразделении	5 000 рублей
Самостоятельная работа без нарушений правил внутреннего трудового распорядка не менее трех месяцев	5 000 рублей

Для кандидатов, принятых на вакансии: инженер-технолог I категории, инженер-конструктор I категории, ведущий инженер-технолог, ведущий инженер-конструктор:

Этап	Сумма вознаграждения
Заклучение трудового договора и начало работы в подразделении	5 000 рублей
Самостоятельная работа без нарушений правил внутреннего трудового распорядка не менее трех месяцев	10 000 рублей

Под наблюдением медиков

Этой осенью работники АО «Златмаш» будут направлены на периодический медицинский осмотр. Так, с 5 сентября по 17 октября медосмотр должны пройти почти 1200 заводчан.

Во исполнение приказа Министерства здравоохранения РФ от 28.01.2021 № 29н, в соответствии со статьей 220 Трудового кодекса РФ «Медицинские осмотры некоторых категорий работников», на предприятии был составлен и утвержден график прохождения периодического медицинского осмотра работниками АО «Златмаш» в 2023 году.

Обязательные периодические медицинские обследования проводятся для наблюдения за состоянием здоровья работников, своевременного выявления профессиональных заболеваний и их начальных форм, а также состояний, являющихся медицинскими противопоказаниями для продолжения работы, своевременного проведения профилактических и реабилитационных мероприятий.

Периодические осмотры работников АО «Златмаш» проводятся МСЧ № 92 ФМБА России в Миассе согласно распоряжению Правительства РФ от 30.12.2009 № 2118-р (п. 486 перечня организаций, подлежащих обслуживанию ФМБА России). Доставка осуществляется на транспорте, предоставленном цехом № 7.

Более подробно о медосмотре — в следующем номере.

День железнодорожника

И пусть для вас всегда горит зеленый свет!

Трудолюбивые, основательные, надежные — работники железнодорожного участка цеха № 7 — как сама стальная магистраль. Не секрет, что быть железнодорожником почетно, но нелегко: профессия требует внимания, эмоциональных и физических сил. В преддверии профессионального праздника руководство цеха в торжественной обстановке поздравило коллектив.

Было место и подаркам, и сладкому угощению — ко Дню железнодорожника для участка были приобретены холодильник, термопот, чайник и торты к праздничному столу. «Трудиться здесь умеют на «отлично», но редкие минуты отдыха нужно проводить с комфортом», — считает начальник железнодорожного участка Александр Чудаков. Вместо традиционной экскурсии по участку с целью написания репортажа ко Дню железнодорожника, он рассказал о коллегах — о каждом в отдельности и коллективе в целом. Случайных людей на железной дороге быть не должно, ведь каждый на своем месте отвечает за безопасность движения и оперативную доставку груза. Вместе — команда. Халтурить нельзя! Поэтому трудятся железнодорожники, не считаясь порой с личным временем и выходя на смену в законный выходной. Такое вот отношение к работе — гиперответственное.

Локомотивная бригада, состоящая из машинистов, их помощников и монтеров пути, выполняет сложные задачи, где нужны не только практические навыки, но и умение анализировать. Машинист Валерий Дьяков — очень грамотный и от-



Предцехком цеха № 7 Сергей Зиновьев, инженер Татьяна Лерман

ветственный специалист со стажем, мудрый и опытный. Его молодой помощник Кирилл Зотов всегда честно и добросовестно выполняет поручения, не ленится и проявляет усердие в освоении нового, стремится развиваться в профессии.



За состояние железнодорожных путей отвечает монтер Сергей Симдяшкин. Ему самому приходится не только менять шпалы, но и косить траву, кустарники вдоль путей, чтобы освободить путь тепловозу. — К счастью, оборудование для этого есть — две бензокосилки и триммер, которым можно кустарники скашивать. В августе будем менять шпалы — это важно, от них зависит состояние железнодорожного пути, —

делится планами на ближайшее будущее Александр Чудаков. — По весне пути «плывут». Мне и самому приходилось идти впереди паровоза и смотреть за колесами — из-за расширения пути он мог сойти с рельсов.

Сергей Дунаев управляет дрезиной, за технику свою болеет. Слесари-механики Михаил Аверин и Михаил Лерман тоже очень ответственные и надежные работники — именно они обеспечивают функционирование оборудования, чтобы локомотивная бригада была уверена в надежности всех приборов управления.

— У нас в бригаде у каждого — свой профиль, но слесарь-механик Альберт Гильмиянов — истинный специалист-универсал, — продолжает Александр Чудаков. — Альберт Мавлетович во всем разбирается, и даже со сваркой управляет. Дай ему токарный станок, он и на нем будет детали точить! Слесарь-механик Роберт Закиров сопровождает грузы — ответственная работа, и он с ней отлично справляется. Еще хочу отметить инженера

Татьяну Лерман — без нее не было бы оперативного ремонта тепловоза и железнодорожных путей, так как именно она занимается заключением договоров. У нас каждый на своем месте!

Замещает начальника железнодорожного участка ревизор по безопасности Наталья Плякина. Правая рука Александра Михайловича — во всем разбирается, во всем помогает. Диспетчер Ирина Седова и приемосдатчик Светлана Мазеева тоже работают в паре. Несмотря на то, что Светлана Николаевна пришла сюда недавно, сразу влилась в коллектив, и даже прошла «боевое крещение», оставшись за диспетчера на время отпуска.

— Для меня большая честь трудиться в таком коллективе! У нас работают настоящие профессионалы своего дела — добросовестные, надежные, неравнодушные, всегда готовые подставить плечо, и я им очень благодарен! — подчеркнул в завершение своего рассказа начальник железнодорожного участка Александр Чудаков.

Рядом с нами

Следят за чистотой и порядком

Бессменные работники участка благоустройства отдела № 506 изо дня в день выходят на борьбу с мусором и зарослями внутри завода и на прилегающей территории.

Косят траву, подрезают кусты, подметают тротуары, очищают территорию завода от зарослей сорных кустов и деревьев. Оперативно вывозят собранное работниками автотранспортного цеха № 7. По словам мастера участка благоустройства отдела № 506 Никиты Егорова, в неделю с территории завода увозят около пяти грузовых машин с ветками и мелкой порослью.

Ударно трудятся Галина Рожнова и Ирина Глазистова — косят траву в стихийном яблоневом саду, что раскинулся на территории завода. В тени плодовых деревьев передохнули, «зарядили» косилки и снова приступили к работе.

Сегодня на участке благоустройства отдела № 506 работают семеро человек. Именно на них лежит ответственность за содержание территории внутри завода и рядом с социальными объектами АО «Златмаш» в надлежащем состоянии.



Галина Рожнова и Ирина Глазистова



На шоу-рум — в Беларусь

Златмаш разместил продукцию гражданского назначения в шоу-руме Челябинской области в Республике Беларусь. Выставочный павильон продукции Челябинской области открылся в Минске этой весной. Его формат предполагает размещение на постоянной основе образцов продукции и информации о производителях, проведение презентаций.

Одновременно в павильоне может быть представлено 20–25 южноуральских предприятий. Таким образом, Агентство международного сотрудничества Челябинской области планирует расширить географию поставок продукции местных производителей, увеличить рынок сбыта.

Чтобы войти в список участников шоу-рума в Беларуси, необходимо было пройти конкурсный отбор, и Златоустовский машиностроительный завод блестяще с этим справился. Теперь до середины октября здесь будет демонстрироваться гражданская продукция нашего предприятия — алюминиевый профиль «Златпроф», электрические и газовые плиты «Мечта», радиаторы отопления «Термал» и пневматический пистолет для тренировочной стрельбы и обучения «ТиРэкс».

Напомним, что это второй павильон, который открыла Челябинская область за рубежом, — один такой уже работает в Узбекистане, и продукция Златмаша там тоже была представлена.

Страницу подготовила Юлия ГАЛКИНА

Твои люди, завод

Верен заводу и своему делу

Длинный прохладный коридор с темными окнами под самым потолком, Несложный лабиринт производственных помещений, разделенных стальными перегородками. Пройдя сквозь гул работающих станков, попадаешь на участок сварки — место тревог и надежд небольшого коллектива сварщиков. Каждый из них, честно трудясь на благо общества, оставляет не только свои силы и время, но и часть своей души.

Несмотря на то, что здесь выполняются сварочные работы, воздух тут гораздо свежее и света больше, чем в других помещениях цеха. Стоит сварочная установка размером с небольшой автобус. За установкой громко работают насосы. Они создают вакуум внутри камеры, где будет происходить удивительный процесс превращения твердого металла в жидкость путем нагревания свариваемого участка электронным лучом. За пультом промышленного компьютера, сосредоточившись на вводе параметров программы автоматической сварки, стоит высокий, поджарый мужчина с темными зачесанными набок волосами и строгим, как у советского офицера, лицом. Его смеющиеся глаза не выдают беспокойства,



но в движениях можно заметить небольшое волнение. Подготовка к сварке выполнена, режимы установлены — значит, пора запускать процесс. Нажав кнопку «пуск», он пристально смотрит в круглое окно вакуумной камеры, наблюдая за тем, как невидимый луч, разогнанных до огромных скоростей электронов, сваривает дорогостоящую деталь. Можно выдохнуть. Сварка окончена. Процесс прошел как нужно, без ошибок. Но это еще не конец — еще нужно дождаться выводов рентгенографического контроля, чтобы убедиться в качестве полученного результата. Только после этого сборка пойдет в дальнейшую работу.

Так проходит почти каждый рабочий день электросварщика ручной сварки пятого разряда Сергея Бес-

палова. Двадцать три года он отдал нашему заводу. Начиная свою трудовую деятельность слесарем механосборочных работ в цехе, производящем гидравлические манипуляторы. Затем в 2006 году на базе АО «Златмаш» получил профессию электросварщика ручной сварки. После закрытия производства гидроманипуляторов, Сергей обучился работе на вновь внедряемом оборудовании автоматической сварки под слоем флюса и автоматической аргонодуговой сварке кольцевых швов сборочных единиц из нержавеющей стали. Позже, Сергей успешно освоил процессы работы на установках электронно-лучевой сварки. Работа на них — это уровень инженера-технолога. Программирование процесса

сварки, множество значительных параметров, сложность отработки режимов, высокая стоимость свариваемых изделий — все это возлагает большую ответственность на исполнителя работ и требует не только специальных знаний и соответствующего опыта, но и определенной стрессоустойчивости. Сергей хорошо справляется со своими трудовыми обязанностями. Конечно, бывают и ошибки, но все дефекты сварных швов оперативно и благополучно устраняются, и доработанные сборки идут в дальнейшее производство. Кроме работы на установках электронно-лучевой сварки, Сергей выполняет ручную аргонодуговую сварку изделий из цветных металлов и нержавеющей стали.

Отвечая на вопрос, чего бы ты хотел достичь в своей профессиональной деятельности, Сергей отметил, что для него важно выполнить свою работу максимально качественно, чтобы надежность изделия сохранялась весь период времени, предел которого установлен конструкторской документацией. В свою очередь, хотелось бы поблагодарить Сергея за добросовестный и честный труд, а также за трудовую верность нашему предприятию.

Виталий ХАНИПОВ

Вестник профкома

Город над Белой рекой

5–6 августа группа заводчан из 22 подразделений посетила Уфу в рамках экскурсионного тура, организованного профсоюзным комитетом АО «Златмаш» совместно с туристическим агентством «Бюро путешествий».

Столица республики Башкортостан считается одним из самых зеленых городов России. Здесь расположено множество парков и скверов, а в центре старинные купеческие дома соседствуют с современными креативными пространствами.

Экскурсионно-развлекательная поездка в Уфу была организована для заводчан во второй раз. В двухдневную программу вошли обзорная автобусная экскурсия с профессиональным гидом и речная прогулка на теплоходе по Белой реке. В рамках тура златмашевцы посетили мечети, парк Победы и парк Ленина, светомузыкальные фонтаны «Часы» и «Семь девушек» и другие достопримечательности. Также им было предоставлено свободное время для самостоятельного изучения города.

Проживали наши туристы в гостинице «Азимут». Заводчане высоко оценили организацию тура: работу гида, условия проживания, питание и комфортабельность туристического автобуса.

Традиционно дотация профкома составила 50% от стоимости путевок.

Елена ПОТАПОВА

Будь в курсе

Осторожно: мошенники!

Уважаемые заводчане! Участились случаи телефонного мошенничества, в том числе, в отношении работников нашего предприятия.

Представители ОМВД России по Златоустовскому городскому округу напоминают:

— ни при каких обстоятельствах не сообщайте реквизиты своих банковских счетов и карт (номер, срок действия, секретный код на оборотной стороне карты). Сотрудники банка никогда не просят сообщить данные банковской карты или пройти к банкомату;

— при поступлении звонков от якобы сотрудника службы безопасности банка, необходимо незамедлительно прекратить разговор и лично обратиться в офис банка для решения вопроса;

— не поддавайтесь обещаниям быстрого заработка в Интернете путем инвестирования в неизвестные виды деятельности, криптовалюту, участия в биржевой торговле под руководством «опытных наставников».

Вестник профкома

Итоги подведены



9 августа в рамках конференции работников АО «Златмаш» представители трудового коллектива предприятия обсудили итоги выполнения коллективного договора за первое полугодие текущего года. Собравшиеся пришли к выводу, что правовой акт, регулирующий социально-трудовые отношения, исполнен в полном объеме.

Коллективный договор АО «Златмаш» насчитывает почти 200 пунктов, которые охватывают весь спектр вопросов: производственно-экономические, режим труда и отдыха, трудовую дисциплину, охрану труда, занятость, переобучение, работу с молодежью, соцгарантии и льготы, работу с ветеранами и многие другие.

В конференции приняло участие 110 делегатов от всех заводских подразделений, члены профкома и администрация предприятия. С основными отчетными докладами выступили гендиректор АО «Златмаш» Антон Лобанов и председатель профсоюзного комитета Игорь Ющенко. Особое внимание они уделили вопросам выполнения производственных планов и укрепления трудовой и исполнительской дисциплины.

После обсуждения докладов и выступлений в прениях, делегаты конференции приняли постановление, в котором обозначены основные задачи и цели на ближайшую перспективу: выполнение коллективного договора по итогам 2023 года, организация ритмичной работы производства с обеспечением полной загрузки подразделений, соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, производство продукции в запланированных объемах и надлежащего качества.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ КОНФЕРЕНЦИИ РАБОТНИКОВ АО «ЗлатОУСТОВСКИЙ МАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ ЗАВОД» по итогам выполнения КД за первое полугодие 2023 года

09 августа 2023 г.
избрано делегатов — 116 чел.
присутствуют — 110 чел.

Заслушав доклады председателя ОО «Первичная профсоюзная организация «Златмаш» И. В. Ющенко и генерального директора АО «Златмаш» А. В. Лобанова,
КОНФЕРЕНЦИЯ ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Коллективный договор АО «Златмаш» за первое полугодие 2023 года со стороны администрации считать выполненным.

2. Основной задачей администрации предприятия считать:

— организацию ритмичной работы производства с обеспечением полной загрузки подразделений;
— доведение к 2025 году минимальной тарифной ставки (должностного оклада, ставки заработной платы) до уровня не ниже минимального размера оплаты труда, установленного в Российской Федерации при соответствующем увеличении производительности труда.

Основной задачей трудового коллектива считать:

— соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, утвержденных на предприятии;
— производство продукции надлежащего качества в объемах, установленных планами и графиками производства при условии своевременного и качественного материально-технического обеспечения.

3. Изменения и дополнения в пункты 2.1.11, 2.1.12, 3.2.14 коллективного договора АО «Златмаш» на 2021–2024 годы утвердить.

4. Редакционные правки, существенно не влияющие на содержание текста, в пун-

кты 6.2.7, 6.2.8, 6.2.9, 6.2.17, 6.3.5, 7.1.5, 7.2.3, 7.2.8, 9.2 утвердить.

5. При формировании бюджета предприятия на 2024 год предусмотреть финансовые средства на индексацию заработной платы работников на размер, превышающий официальный рост потребительских цен на товары и услуги за 2023 год, не позднее чем с 1 июля 2024 года.

Отв.: заместитель генерального директора по экономике и финансам.

6. Продолжить реализацию мероприятий, направленных на перевод затрат (в том числе, на персонал) из накладных расходов в прямые.

Отв.: и. о. директора по персоналу и социальной политике, заместители генерального директора по направлениям, директора и руководители подразделений с прямым подчинением генеральному директору, главный инженер, главный бухгалтер, начальник о. № 204.

7. Разработать Положение «О трудовом соперничестве среди производственных подразделений» и предоставить его на утверждение генеральному директору.

Отв.: и. о. директора по персоналу и социальной политике, заместитель генерального директора по экономике и финансам, директор по качеству. Срок 01.11.2023.

8. Рассмотреть возможность, при наличии прибыли за предыдущий период, установления ежемесячного вознаграждения работникам за выслугу лет.

9. Контроль за соблюдением коллективного договора и настоящего постановления возложить на постоянно действующие комиссии профкома.

Генеральный директор АО «Златмаш» А. В. Лобанов,
председатель профсоюзного комитета И. В. Ющенко



Будьте здоровы!

О зрении в зрелом возрасте

Самое распространенное нарушение зрения — миопия, которой страдают, по разным оценкам, половина взрослого населения. В быту это заболевание часто называют близорукостью. О том, как часто стоит проводить проверку зрения, рассказывает оптометрист Центра здоровья Данил Петрович Окунев.

— Как часто стоит проверять свое зрение, и на что обращать внимание?

— Большинство офтальмологических заболеваний сопровождаются снижением остроты зрения: катаракта, глаукома, заболевания сетчатки, помутнения роговицы и стекловидного тела. Большинство пациентов, заметив снижение зрения, самостоятельно обращаются к офтальмологу. Другие, напротив, малочувствительны к снижению зрения, в особенности, если острота зрения снижена на одном глазу.

После 40 лет однозначно нужно проходить ежегодный осмотр: контролировать внутриглазное давление для раннего выявления глаукомы, которая длительное время протекает бессимптомно (в начале заболевания острота зрения может быть нормальной). Без раннего назначения лечения глаукома неизменно ведет к необратимому снижению зрения, в тяжелых случаях — к слепоте.

Поскольку многие болезни могут проходить бессимптомно, крайне важно регулярное посещение специалиста.

— По статистике Минздрава, у каждого седьмого россиянина есть проблемы со зрением. Еще пятнадцать лет назад таких людей было в полтора раза меньше, почему?

— Это связано, в первую очередь, с тем, что у нас поменялся образ жизни: 90% времени мы проводим, глядя на экран смартфона, из-за чего глаза напрягаются, и это приводит к возникновению патологии органа зрения.



Прием в Центре здоровья ведет оптометрист Данил Окунев

— В Интернете можно увидеть много советов, как сохранить зрение: гимнастика, упражнения. Это работает?

— Если вы сталкиваетесь с большими зрительными нагрузками, то, действительно, нужно выполнять рекомендованные врачом упражнения. Это поможет снизить нагрузку на цилиарную мышцу, но только при параллельном выполнении обязательного условия: соблюдении режима зрительной нагрузки.

Всем своим пациентам я рекомендую делать перерывы при работе за компьютером. Час поработали — хотя бы 10–15 минут отдохните. Только не в телефоне, а посмотрите куда-нибудь вдаль, в окно.

— Расскажите, а как проверяют зрение в Центре здоровья?

— Первый прибор, на котором мы проверяем зрение, — авторефрактометр. Пациент видит в небольшом окошке размытое цветное изображение воздушного шара, которое становится все более четким. Авторефрактометр позволяет получить данные о рефракции глаза — его оптических свойствах. На этом этапе могут быть диагности-

рованы такие патологии, как гиперметропия, миопия или астигматизм. Затем проводится бесконтактное измерение внутриглазного давления — через веко. Этот вид исследования необходим для профилактики глаукомы. Пациенту на руки выдается индивидуальная офтальмологическая карта. С ней, в случае необходимости, можно обратиться в поликлинику по месту жительства.

Хочу заметить, что обследование в Центре здоровья бесплатное, нужно иметь только страховой полис и паспорт. Более того, обследование у нас комплексное — кроме исследования зрительной системы, проводится скрининг сердечно-сосудистой системы, определяются риски развития сахарного диабета и ишемической болезни сердца, состояние дыхательной системы.

Чтобы проверить здоровье, нужно лишь записаться в Центр здоровья врачом-физкультурного диспансера по телефонам: 8 (3513) 66-10-33 или 8 (951) 84-00-80.

По материалам специалистов Центра здоровья

Поздравляем!

С днем рождения:

О. Б. Колытову — и.о. главного бухгалтера
А. В. Сахно — врио заместителя генерального директора
В. Н. Попова — б/директора завода

С 10-летием непрерывной трудовой деятельности:

Б. Б. Ваховского — электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования цеха № 14
Р. Г. Файзуллина — инженера по техническому надзору отдела № 219

Е. Г. Шушканова — начальника отдела № 235

А. А. Фролова — ведущего инженера отдела № 263

С 15-летием непрерывной трудовой деятельности:

И. А. Кузнецову — ведущего экономиста по сбыту отдела № 218

С 20-летием непрерывной трудовой деятельности:

С. В. Дунаева — машиниста железнодорожно-строительных машин цеха № 7

О. Г. Жукову — машиниста паровых турбин цеха № 13

В. А. Кромского — электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования цеха № 14

С 30-летием непрерывной трудовой деятельности:

А. В. Кирчевского — термиста цеха № 4

И. Г. Князева — главного металлурга отдела № 234

С 35-летием непрерывной трудовой деятельности:

В. И. Шубина — транспортировщика цеха № 29

Л. Ю. Анисееву — главного специалиста отдела № 232

С 40-летием непрерывной трудовой деятельности:

О. В. Кирсанову — оператора копировальных и множительных машин отдела № 293

С 45-летием непрерывной трудовой деятельности:

А. Н. Панова — слесаря-сборщика изделия цеха № 69

Назначения

С 1 августа 2023 года главным диспетчером назначен Дмитрий Владимирович Шатров.

С 4 августа 2023 года начальником отдела № 200 назначен Максим Сергеевич Барбашин.

Вакансии

АО «Златмаш» примет на работу дефектоскопистов рентгено-гаммаграфирования и слесарей-ремонтников с обучением на рабочем месте.

Требования:

- образование не ниже среднего профессионального;
 - отсутствие судимости;
 - желание обучаться и работать в дружном коллективе.
- Резюме направлять по адресу: personal1@zlatmash.ru.
Подробности по тел.: 8 (919) 334-68-66.

Разминка для ума

«Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена!»

В честь Дня физкультурника, который ежегодно отмечается у нас в стране во второе воскресенье августа, мы предлагаем вам викторину, посвященную спортсменам, ковавшим славу России. Первые три интеллектуала, правильно ответившие на все вопросы викторины, получат призы с символикой газеты «Трудовая честь Златмаш».

1. Владислав Третьяк, говоря об олимпийских суевеяниях, заметил: «Я два раза ДЕЛАЛ ЭТО — мы два раза побеждали». Что же дважды делал Третьяк?

2. Лидия Скобликова, победившая на всех четырех дистанциях Олимпиады в Инсбруке, утверждала, что сложнее всего был именно ЭТОТ КРУГ.

3. Когда Владимир Путин поздравлял российских волейболисток с победой на Чемпионате мира, Екатерина Гамова сказала, что путь к победе был очень нелегким. Путин на это заметил, что третья часть только начинается. Что это за третья часть?

4. В 2009 году Андрей Аршавин сделал покер в выездном матче «Арсенала» на знаменитом стадионе «Энфилд». В заглавии статьи об этом событии сайт Nicefootball упомянул

устойчивое словосочетание. Какое?

5. В товарищеском матче между сборными СССР и Бразилии, состоявшемся в 1965 году, ворота советской сборной защищал Лев Яшин, а на острие атак бразильцев находился сам Пеле. Рассказывая о том, что первый тайм этого матча завершился со счетом 0:0, журналист Павел Михалёв пишет, что ИКС взял верх над ИГРЕКОМ. Назовите ИКС и ИГРЕК короткими словами.

6. В 2009 году Первый канал приурочил к юбилею Ирины Родниной праздничное шоу. Напишите название этого шоу, использовав три символа.

7. В 2006 году Елена Исинбаева стала почетным гражданином Донецка. Назовите ее прозвище из трех слов, первое и третье из которых рифмуются.

8. 22 февраля 2010 года спортивный журналист Олег Чикирис написал о биатлонисте Евгении Устюгове: «Вот тогда-то к фамилии нашего спортсмена начал потихоньку приклеиваться эпитет «ТАКОЙ». Какой?

9. Американские пловцы признавались советскому пловцу Владимиру Сальникову, что одно время использовали его фото в качестве НЕЕ. ЕЕ стандартный диаметр составляет сейчас 451 мм. Назовите ЕЕ абсолютно точно.



В АО «Златмаш» популярны спортивные праздники

10. Закончите двумя словами высказывание комментатора телеканала «Россия-2» во время чемпионата мира по бобслею 2011 года, сказанную им после победы экипажа Александра Зубкова: «Два немецких экипажа, а между ними — наш. Всегда бы так. Вот уж на самом деле ...».

11. Бразилец Ноэл ди Медейрус Роза, умерший в 1937 году в возрасте 26 лет, успел создать около 200 композиций и войти в историю как великий БОКСЕР. Россиянина Федора Емельяненко, одного из сильнейших тяжеловесов мира по версии многих изданий, эти самые издания тоже частично называют выдающимся БОКСЕРОМ. Какое слово мы заменили словом «БОКСЕР»?

12. Однажды gazeta.ru весьма польстила Анатолию

Карпову, значительно преувеличив его заслуги. Ответьте точно, каким титулом из трех слов журналисты наградили гроссмейстера?

13. Поединок Кости Цзю с Забой Джудой закончился уже во втором раунде, поскольку соперник был отправлен в нокаут. А вот перед самым боем Заба заявлял, что в защите Цзю множество орехов, и сравнивал ее с продуктом питания. С каким?

14. По словам Алины Кабаевой, когда она только начинала заниматься гимнастикой, то завидовала тем девочкам, кто боролся с лишними килограммами, ведь ей приходилось бороться с каждым граммом. А когда диеты не помогали, оставалось последнее средство — знаменитый рецепт Майи Плисецкой. На-

зовите этот «рецепт» двумя словами.

15. Светлана Хоркина вспоминает: «Когда я начала заниматься гимнастикой, я была такая неотесанная — ОНО, да и только!». Назовите ЕГО.

16. Какое прозвище получил Алексей Немов в 1996 году, когда его выбрали капитаном российской команды?

17. Марат Сафин ни разу не был ЕГО обладателем. Назовите ЕГО тремя словами, начинающимися на одну и ту же букву.

18. Какое словосочетание, знакомое нам с дет-

ства, включает в себя название статьи об успехах петербургского велогонщика Вячеслава Екимова, выступающего за американскую команду «US Postal»?

19. В программе «После пьедестала» Мария Киселёва рассказала, что ее собаку вообще-то зовут не Сеней, как показалось корреспонденту, а по-другому. Как?

20. Какими двумя словами назвал журналист выступление 36-летней Татьяны Лебедевой на Олимпиаде в Лондоне?

Подготовил Сергей ЕЖОВ

Приглашаем за здоровьем!

Физкультурно-оздоровительный центр АО «Златмаш» возобновляет свою работу с 1 сентября и предлагает услуги:

- **Бассейн:**
 - обучение плаванию (групповые и индивидуальные тренировки);
 - свободное плавание.
 - **Аквааэробика**
 - **Тренажерный зал:**
 - свободное посещение, персональные тренировки;
 - силовые и кардиотренажеры.
 - **Зал фитнес-аэробики:**
 - фитнес-микс;
 - йога.
 - **Сауна**
 - Запись детей в группы по обучению плаванию — с 28 августа.
- Работникам предприятия предоставляется компенсация — 50%.
Детям работников (до 16 лет) компенсация — 100%.
Подробности по телефону: 8 (3513) 66-44-44.
E-mail: fots@zlatmash.ru



Газета зарегистрирована в Управлении Роскомнадзора по Челябинской области. Свидетельство: ПИ № ТУ 74-00640. Учредитель: АО «Златмаш». Отпечатана в АО «Челябинский Дом печати», 454080, г. Челябинск, Свердловский пр-кт, д. 60.

Адрес редакции и издателя: 456227, Челябинская обл., г. Златоуст, Парковый проезд, 1. Редакция газеты: 67-11-11, доб. 50-59. Редакция радиовещания: 67-11-11, доб. 58-73. Фото: В. В. Голынкин.

12+

Номер подписан в 14 часов. 15.08.2023 г. По графику — 14 часов.

Главный редактор Ю. А. ГАЛКИНА.

Тираж 5000 экз.

Заказ 2520.

Распространяется бесплатно.