

65 лет
СНХЗ



НОВОСТИ КОМПАНИИ



РАБОТНИКИ СХХЗ ВОШЛИ В РЯДЫ ЗАСЛУЖЕННЫХ ХИМИКОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Работников Стерлитамакского нефтехимического завода (входит в Росхим) удостоили высокой государственной награды «Заслуженный химик Российской Федерации». Звание присваивается за личные заслуги в разработке и внедрении передовых технологий, развитии производства и подготовке квалифицированных кадров.

Заслуженные награды из рук Главы Республики Башкортостан Радия Хабирова получили Дмитрий Жаворонков, директор по производству изопрена и синтетических каучуков и Ильдус Насыров, советник директора по производству.

- В этом зале – цвет нашей республики. Те, кто своим напряжённым трудом пишет современную историю Башкортостана. Среди вас представители самых разных профессий – руководители и работники предприятий, аграрии, врачи, педагоги, государственные и муниципальные служащие, учёные, деятели культуры, журналисты и многие другие, - отметил Радий Фаритович.

Дмитрий Александрович и Ильдус Шайхитдинович на протяжении многих лет демонстрируют в своей работе высочайший профессионализм. Они совершенствуют производственные процессы, повышают качество продукции и внедряют инновационные технологии на предприятии.

За 24 года Дмитрий Александрович прошел профессиональный путь от аппаратчика до директора производства, стал автором восьми патентов по изобретениям в области производства синтетических каучуков и катализаторов, а также автором одиннадцати рационализаторских предложений по повышению эффективности производственно-технологических схем предприятия.

Трудовая деятельность Ильдуса Шайхитдиновича уже 36 лет неразрывно связана с производством синтетических каучуков. Ильдус Насыров является автором и соавтором более тридцати патентов и авторских свидетельств, большинство которых внедрено в производство. В соавторстве с коллегами опубликовано более восьмидесяти научных и научно-технических трудов.

Высокая оценка профессионализма работников предприятия - результат многолетней плодотворной деятельности в области развития химической промышленности России.



«ПРЕДЛАГАЙ, СОЗДАВАЙ, СОВЕРШЕНСТВУЙ»!

ИТОГИ ВТОРОГО КВАРТАЛА 2025 ГОДА

На СНХЗ состоялось награждение работников по итогам второго этапа конкурса «Предлагай, создавай, совершенствуй!». За 2 квартал Кайдзен-комиссией было рассмотрено 67 кайдзен-предложений, из них принято к реализации и внедрению 26.

Команда производства нефтехимической продукции и сополимерного каучука стала победителем и обладателем переходящего кубка «Лидеры прогресса» за наибольшее число поданных и принятых к проработке и реализации кайдзен-предложений.

В номинации «Золотые кадры» за активное участие и максимальное число принятых к реализации кайдзен-предложений награждены: начальник цеха Н-4-5 Альберт Аминев, заместитель начальника цеха по технологии цеха Н-4-5 Тимур Габдрапов, начальник установки цеха Н-4-5 Айбулат Мавлеткулов, заместитель начальника цеха водоснабжения Игорь Васильев, заместитель начальника по технологии цеха Е-1-9-12а Александр Игнатьев, начальник отдела оптимизации технологических процессов и энергоаудита Олег Казаков, ведущий инженер-технолог отдела оптимизации технологических процессов и энергоаудита Айбулат Байназаров, начальник отделения цеха ИП-3-4-5 Владик Ахметзянов.

В номинации «Лидеры перемен» одержали победу авторы наиболее эффективных кайдзен-предложений:

1 место – заместитель начальника цеха Н-4-5 Бикбаев Ринат;

2 место – заместитель начальника цеха ППР МО (ООО «Химремонт») Александр Иванов и мастер по ремонту технологического оборудования участка №1 Станислав Миргалимов;

3 место – заместитель начальника цеха Н-4-5 по технологии - Тимур Габдрапов и начальник установки Айбулат Мавлеткулов;

4 место – начальник отдела оптимизации технологических процессов и энергоаудита Олег Казаков, ведущий инженер-технолог Айбулат Байназаров, ведущий инженер-энергетик по теплопотреблению Никита Шуваев;

5 место - аппаратчик цеха Н-13-14 Равиль Мухамедов.

Всем победителям вручены памятные дипломы, подарочные карты номиналами до 5000 руб. в зависимости от занятого места и выплачена премия в размере 5000 руб.



ДИАГНОСТИКА 5С: ИТОГИ ТРЕТЬЕГО КВАРТАЛА

На СНХЗ состоялось награждение по итогам конкурса «Лучшая система 5С на производстве» за третий квартал 2025г.

На предприятии непрерывно идет процесс по усовершенствованию рабочего пространства и мест хранения в рамках диагностики 5С, направленный на формирование корпоративной культуры и бережного отношения к ресурсам предприятия.

Победителями конкурса стали цеха, набравшие по итогам диагностики наибольшее количество баллов:

Цех Д-5-6 - победитель в номинации «Лучшая система 5С на производстве сополимерного каучука»

Цех Н-1-1а-12 - победитель в номинации «Лучшая система 5С на производстве нефтехимической продукции»

Цех ИП-3-4-5 - победитель в номинации «Лучшая система 5С на производстве изопрена»

Цех ТИБА - победитель в номинации «Лучшая система 5С на производстве синтетического каучука»

Победителем в номинации «Лучшая система 5С во вспомогательных цехах» стала Центральная заводская лаборатория

Победителем в номинации «Лучшая система 5С в службе ремонта и технического обслуживания ООО «Химремонт» стал цех ППР МО.

Победители награждены переходящими кубками, а также денежными премиями в размере 30 000 рублей для улучшения рабочих мест. Сотрудники, принимавшие активное участие в развитии системы 5С, награждены подарочными сертификатами.



ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ПРОФСОЮЗНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ СНХЗ УДОСТОЕН ВЫСОКОЙ НАГРАДЫ ФНПР

Значимое событие произошло в жизни первичной профсоюзной организации «НефтеХим» АО «СНХЗ». Ильдар Зайнетдинов, председатель организации, был награжден почетной грамотой Федерации независимых профсоюзов России за многолетний добросовестный труд и значительный вклад в развитие профсоюзного движения. Награду вручила Зумара Ганиева, председатель Республиканской организации Башкортостана Российского профессионального союза работников химических отраслей промышленности.

Высокая оценка деятельности ППО «НефтеХим» является заслуженным признанием профессионализма и преданности делу защиты социально-трудовых прав работников предприятия. На протяжении многих лет коллектив профсоюзной организации трудится, обеспечивая эффективную работу по всем направлениям деятельности.

Ключевым направлением работы профсоюзной организации остается реализация регулирования социально-трудовых отношений в рамках действующего коллективного договора. Этот документ является надежной гарантией социальной защиты работников предприятия и включает в себя: предоставление социальных льгот и гарантий, выплату денежных компенсаций и пособий, организацию оздоровительных мероприятий для сотрудников и членов их семей, контроль за охраной здоровья работников и обеспечение безопасных условий труда.

Профсоюзная организация играет важнейшую роль в жизни предприятия, являясь надежным связующим звеном между работниками и администрацией.



Химическая промышленность России получит новые стабилизаторы: СНХЗ развивает производство антиоксидантов

Стерлитамакский нефтехимический завод (входит в Росхим) продолжает работу по проекту производства новых антиоксидантов.

Предприятие подготовило технико-экономическое обоснование проекта «Организация производства антиоксидантов: Агидол-168, Агидол-110 и их смесей». Продукты включены Минпромторгом России в план мероприятий по импортозамещению в отрасли химической промышленности РФ.

«Успешно завершены научно-исследовательские и опытно-конструкторские работы по разработке технологии получения Агидол-168, Агидол-110 и их смесей. Мы разработали исходные данные на проектирование, частично закупили оборудование. Новый цех организуем на производственной площадке нефтехимической продукции», - рассказал директор по технологиям и развитию АО «СНХЗ» Юрий Скринник.

В октябре проект производства новых антиоксидантов представили на конгрессе «Синтезис 2025», который собрал главные тренды нефтехимии и нефтепереработки, последние исследования, инновационные технологии и обсуждаемые проекты отрасли.

Сейчас эти компоненты не производятся на территории РФ, поставляются из-за рубежа. Запуск нового производства отражает актуальные потребности российского рынка и станет важным шагом для стратегии Росхим, которая направлена на расширение ассортимента продукции и усиление позиций отечественной промышленности.

Агидол-110 – высокоэффективный стабилизатор для пластмасс, волокон, эластомеров, клеев, масел и жиров. Агидол-168 - стабилизатор для пластиков, адгезивов, масел и восков с хорошей гидролитической стабильностью и стабильностью окраски.



СОТРУДНИКИ СНХЗ ПРОСЛУШАЛИ ЛЕКЦИЮ «САНПРОСВЕТ» ОТ СПЕЦИАЛИСТОВ РОСПОТРЕБНАДЗОРА

На СНЗХ состоялась выездная лекция для сотрудников предприятия по профилактике гриппа, ВИЧ-инфекции и способах защиты от них в рамках реализации федерального проекта «Санитарный щит страны – безопасность для здоровья».

Основная цель проекта заключается в информировании населения о способах укрепления здоровья.

2 октября сотрудники Роспотребнадзора провели выездную лекцию для работников завода. В ходе лекции специалисты поделились информацией о профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе о методах защиты в период сезонного подъема заболеваемости. Также работники завода узнали о мерах профилактики ВИЧ-инфекции и смогли задать интересующие их вопросы.



РАЦИОНАЛИЗАТОРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ДВИЖУЩАЯ СИЛА РАЗВИТИЯ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

Стерлитамакский нефтехимический завод (СНХЗ), который входит в холдинг Росхим, поддерживает рационализаторскую деятельность, задает новые стандарты эффективности и инновационного развития для промышленного кластера. Ключевое направление - планомерное совершенствование производственных процессов.

Основные приоритеты рационализаторской работы на СНХЗ включают: эффективное использование топливно-энергетических ресурсов, оптимизацию трудовых и сырьевых затрат, повышение производительности оборудования, а также совершенствование технологических процессов и организации производства в целом и снижения экологической нагрузки.

«На предприятии действует система мотивации работников. Авторам успешных предложений выплачивают 10% от экономического эффекта, достигнутого в первый год внедрения их разработки. Этот подход уже подтвердил свою эффективность за весь период существования программы на предприятии. За первые восемь месяцев 2025 года было реализовано 12 рационализаторских предложений. Экономический эффект от внедренных предложений в этом году составил 5,6 млн. рублей и все их авторы получили соответствующие вознаграждения», - отметил Юрий Анатольевич Скринник, директор по технологии и развитию.

Благодаря такому подходу рационализаторская деятельность становится инструментом оптимизации производства, катализатором прогресса, что способствует укреплению технологического суверенитета и развитию во благо страны.



СНХЗ РАСШИРЯЕТ ПРОЕКТ «УПРАВЛЕНИЕ ЯРЛЫКАМИ БЕЗОПАСНОСТИ»

На Стерлитамакском нефтехимическом заводе успешно внедряют систему «Управление ярлыками безопасности».

Проект помогает формировать у работников более ответственный подход к организации рабочего процесса благодаря отметке нарушений специальными ярлыками безопасности.

Во время плановых оперативных проверок специалисты по охране труда выявляют нарушения и отмечают их «ярлыками». Задача сотрудников подразделений вовремя найти отметку и устранить выявленные замечания. На следующий день специалист повторно посещает место нарушения для того, чтобы убедиться, что «ярлык» снят, а замечание устранено.

«Работники завода уже продемонстрировали высокую вовлеченность в пилотном проекте, сейчас мы внедряем его в другие технологические цеха - Е-2, ТИБА, И-7-10 и Н-2-3-7. В ближайшее время система управления рисками будет действовать на всей производственной площадке. Вовлеченность персонала в вопросы безопасности на рабочих местах способствует росту их личной ответственности и заинтересованности в развитии и поддержании культуры безопасности труда», - комментирует руководитель службы охраны труда АО «СНХЗ» Наталья Камалетдинова.



ПОЧЕТНЫЕ НАГРАДЫ ДЛЯ АВТОМОБИЛИСТОВ СНХЗ

В преддверии Дня работников автомобильного и городского транспорта состоялось торжественное вручение почетных наград работникам ООО «Транском», которое оказывает транспортные услуги СНХЗ.

Церемония награждения по традиции прошла в рабочем коллективе - высокие награды вручили за профессиональные заслуги отличившимся работникам.

Благодарственными письмами администрации городского округа город Стерлитамак наградили Владимира Кириллова и Эльфира Юсупова.

Почетными грамотами администрации городского округа город Стерлитамак наградили Фанура Фаизова и Владимира Анохина.

Поздравляем коллег с заслуженными наградами и желаем успехов в профессиональной деятельности!



КОМАНДА ВОДИТЕЛЕЙ ТРАНСКОМ ЗАВОЕВАЛА СЕРЕБРО В КОНКУРСЕ АВТОМОБИЛЬНОГО МАСТРЕСТВА РОСХИМ

Накануне Дня автомобилиста состоялся ежегодный конкурс по автомобильному мастерству среди водителей предприятий холдинга «Росхим».

Стерлитамакский нефтехимический завод представляли работники ООО «Транском», транспортной организации, которая обслуживает предприятие.

Программа конкурса включала два ключевых испытания, каждое из которых требовало от участников максимальной концентрации и профессионализма:

Теоретическая часть представляла собой комплексный экзамен, охватывающий три важных направления: знание ПДД, понимание основ охраны труда и владение технической информацией об автотранспортных средствах.

Практическая часть проходила на специально оборудованной площадке Стерлитамакской автошколы ДОСААФ России. Здесь конкурсантам предстояло проявить своё мастерство в управлении автомобилем в различных дорожных условиях.

В общекомандном зачете работники ООО «Транском» заняли 2 место. В индивидуальных зачетах следующие результаты:

1 место – Флорид Насретдинов ООО «Транском» в номинации «Лучший водитель автобуса»

2 место – Адис Загидуллин ООО «Транском» в номинации «Лучший водитель специальной техники»

3 место – Дмитрий Петров ООО «Транском» в номинации «Лучший водитель легкового автомобиля»

4 место – Михаил Лукьянцев ООО «Транском» в номинации «Лучший водитель грузового автомобиля»

Поздравляем коллег с заслуженной победой и желаем успехов в профессиональной деятельности!



ЗАВОДЧАНЕ ПОСАДИЛИ ХВОЙНЫЕ ДЕРЕВЬЯ В ПАРКЕ ИМЕНИ КИРОВА

27 сентября работники Стерлитамакского нефтехимического завода приняли участие в ежегодной экологической акции «Зелёная Башкирия», посадив деревья.

Ранним утром горожане собрались в парке имени Кирова, чтобы высадить хвойные деревья: ели, можжевельники и сосны.

Акция «Зелёная Башкирия» превратилась в настоящий праздник, объединяющий людей разных возрастов. Благодаря ей каждый житель Стерлитамака получает возможность оставить свой зелёный след.



КУБОК СОДРУЖЕСТВА СНХЗ СРЕДИ ПРЕДПРИЯТИЙ ГОРОДА

4 октября состоялся товарищеский турнир по футболу «Кубок содружества СНХЗ – 2025» среди команд предприятий и учебных заведений города Стерлитамак. Организатором мероприятия выступил Стерлитамакский нефтехимический завод и Молодежный совет СНХЗ.

Турнир проводится уже второй год подряд. Снова на играх встретились 5 команд – АО «СНХЗ», АО «БСК», ФПК «Авангард», ИХТИ УГНТУ, СХТК. Спортивные соревнования проходили по круговой системе, что позволило всем командам провести одинаковое количество матчей и обеспечило равные условия для всех участников турнира.

По итогам турнира команды заняли места:

- 1 место – ФПК «Авангард»
- 2 место – АО «БСК»
- 3 место – ИХТИ УГНТУ
- 4 место – АО «СНХЗ»
- 5 место – СХТК

Победители были награждены кубком, медалями, памятными дипломами и подарками. Участники также получили памятные призы.

Поздравляем коллег и желаем новых спортивных побед!



СПОРТСМЕНЫ СНХЗ - СЕРЕБРЯНЫЕ ПРИЗЁРЫ СПАРТАКИАДЫ РОСХИМПРОФСОЮЗА

Команда спортсменов СНХЗ заняла 2 место на отраслевой спартакиаде трудовых коллективов предприятий химических отраслей промышленности Республики Башкортостан.

Ежегодно работники СНХЗ соревнуются в командных и индивидуальных видах спорта – волейбол, легкоатлетическая эстафета, армспорт, подтягивание на турнике, перетягивание каната. Заводчане в очередной раз продемонстрировали отличную физическую подготовку и спортивные успехи:

1 место – Сергей Фролов в армрестлинге в категории «среди мужчин свыше 90 кг»

1 место – Светлана Кагирова в армрестлинге в категории «среди женщин до 60 кг»

2 место – Сергей Гугучкин в армрестлинге в категории «среди мужчин свыше 70 кг»

2 место – Антон Чулин в личном первенстве по легкой атлетике среди мужчин

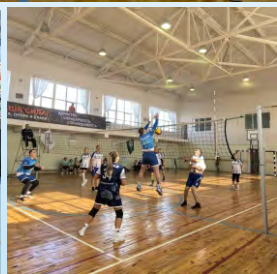
2 место – в дисциплине «Волейбол»

2 место – в дисциплине «Перетягивание каната»

2 место – в дисциплине «Смешанная эстафета»

2 место – в общекомандном зачете среди трудовых коллективов предприятий химических отраслей промышленности РБ.

Мы гордимся нашими спортсменами и желаем им дальнейших успехов в будущих соревнованиях!



ОНКОЧЕКАП ДЛЯ РАБОТНИКОВ СНХЗ

На Стерлитамакском нефтехимическом заводе более 500 работников прошли комплексное обследование в рамках программы добровольного медицинского страхования. Для удобства заводчан обследование было организовано на территории заводского здравпункта.

Онкочекап направлен на диагностику и профилактику онкологических заболеваний на ранней стадии. Специалисты медучреждений приехали по месту работы трудового коллектива, провели забор необходимых анализов и осмотр пациентов. По итогам обследования заводчане получают результаты и консультацию от врача.

Программа ДМС работает на СНХЗ с 2023 года.



САДОВЫЕ ИСТОРИИ

Завершился фотоконкурс «Садовые истории». Считаем, что он удался на славу – вы прислали много фотографий и историй к снимкам. Определить победителей было непросто, все фотографии – душевные, видно, что участники уделяют любимому занятию много времени и сил, часто вам в этом помогают близкие, семья.

Итоги подведены и мы объявляем победителей. Поскольку садовый сезон в этом году выдался особенно урожайным, вы прислали много фотографий про «Дачные рекорды» – победителями в этой номинации стали:

Сергей Макеев, слесарь-ремонтник цеха ППР МО ООО «Химремонт»;

Вера Каткова, специалист отдела производственных систем;

Эльвира Артемьева, ведущий специалист отдела главного энергетика.

В номинации «Овощи-гиганты» победителями стали:

Иван Пospelов, пожарный ООО «Защита»;

Светлана Тимашева, инженер-технолог производства изопрена;

Лариса Новикова, ведущий инженер отдела охраны окружающей среды;

Победители в номинации «Дачная эстетика»:

Нина Петрова, машинист крана цеха РТО;

Радик Юнусов, мастер ООО «Транском»;

Юлия Хакимова, ведущий экономист сектора исполнения оперативных бюджетов и платежей;

Светлана Чуева, заместитель начальника отдела комплектации оборудованием и материалами.

Поздравляем победителей и приглашаем за заслуженными наградами!



ПОДВОДИМ ИТОГИ КОНКУРСА "ЛЕТО-МАЛЕНЬКАЯ ЖИЗНЬ"

Завершился большой летний конкурс, где вы делились незабываемыми моментами любимого времени года. Фотографии из путешествий, кадры с горных вершин, с полей и пляжа, с любимой дачи и рыбалки – в ваших снимках неповторимое летнее настроение.

В конкурсе участвовали более 50 человек, мы оценивали как фотографии, так и ваши рассказы к ним. Призовые места распределились следующим образом.

Победителями в номинации «Россия в объективе» стали:

- Салават Габитов, цех И-4;
- Гульнара Егоров, мастер цеха И-4;
- Сабрина Вахитова, лаборант химического анализа в ИЦ ОТК;
- Эльвира Артемьева, специалист ОГЭ.

В номинации «Между небом и землёй» победителями стали:

- Светлана Ефимова, ведущий инженер отдела охраны окружающей среды;
- Мария Сидорова, инженер-технолог производственно-технического отдела;
- Дина Мишинёва, старший лаборант ОТК.

Победителями номинации «Раздольный и красивый родной Башкортостан» стали:

- Диана Галиева, лаборант ОТК;
- Нина Петрова, машинист крана цеха РТО ООО «Химремонт»;
- Гузаль Галеева, аппаратчик синтеза цеха И-5П;
- Эльвира Бурмистрова, ведущий экономист сектора сопровождения кредитов финансового отдела;
- Эльвина Богданова, экономист финансового отдела.

В номинации «Мир увлечений» победителями стали:

- Сергей Кулагин, слесарь цеха РТО ООО "Химремонт";
- Гульнара Упакова, специалист ОГЭ;
- Евгений Замесин, начальник смены цеха ПМЦК.

Номинация «Семейный очаг»:

- Юрий Мирошников, аппаратчик сушки цеха Н-4-5;
- Ольга Сабурова, инженер-конструктор ПКО;
- Азамат Сафуганов, начальник отделения №2 цеха ИП-2-6.

Победителями в номинации «Морские истории» стали:

- Евгения Юлдашева, специалист по охране труда;
- Эльвира Гаврилова, специалист-консультант отдела программного обеспечения и сопровождения информационных систем;
- Александр Игнатъев, заместитель начальника цеха Е-1-9-12А.

Приглашаем победителей за дипломами и подарками в кабинет 2-1 корпуса К-27. Всех участников ждём за подарками. Благодарим всех за участие!



С заводом связанные судьбы



На Стерлитамакском нефтехимическом заводе множество самых разных специалистов – все профессии важны. И в каждой беседе с сотрудником хочется увидеть и показать вам суть именно его работы, познакомить вас с коллегой, даже если вы давно вместе работаете, и показать новые его грани.

Сегодня мы расскажем вам про человека, который пришёл на завод сразу же после школьной скамьи и работает здесь уже больше полувека – Валерий Харитонович Филиппов, электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования.

Устроился **Валерий Харитонович** на завод в сентябре 1975 года, учеником электромонтёра. Поступал после школы в автомобильный техникум в Набережных Челнах, не сложилось, вернулся в город, и мама привела его на завод. А через год, в 1976 году, прямо с проходной забрали в армию – приехали из военкомата на мотоцикле, вручили повестку. Отслужил и вернулся в цех.

Про особенности профессии

Прежде всего это большой объём информации – нужно охватить вниманием весь завод. Естественно, работа с электричеством требует теоретических знаний в области физики, химии, метрологии и электроэнергетики. Нужно уметь пользоваться контрольно-измерительными приборами, разбираться в устройстве и схемах электросетей. Труд этот ответственный, мелочей здесь не бывает. Если один участок даёт сбой, страдает вся система – нельзя допускать, чтобы произошло хотя бы незначительное снижение напряжения.

Работа электромонтёра – это не просто физический труд и рабочая сноровка. Нам постоянно приходится решать важные, иногда экстренные вопросы, думать, как быстро, но эффективно решить задачу. Фронт работы у нас очень большой. Мы ответственны за весь завод, за высоковольтные линии.

Пришёл ведь я, не имея профессиональных навыков, да и откуда им взяться, вчерашний школьник, 17 лет. У меня были хорошие наставники, но до многого пришлось дойти своим умом – с внимательностью к деталям, любознательностью, так постепенно узнал весь завод.

Про поколения и духовные знания

Молодёжи, приходящей на завод, говорю: интересуйтесь, задавайте вопросы, не ленитесь думать – чтобы они проявляли устремление к знаниям. Говорю, что всё зависит от вас. Нужно думать, действовать и не бояться ошибаться. Ошибки нас учат и не было бы ошибок, не было бы и опыта. И трудностей бояться не надо, они нам помогают развиваться и совершенствоваться.

Про поколения что говорить – всё зависит скорее не от возраста, а от уровня сознания человека. Работал у нас молодой парень – всё сразу старался охватить, где какие подстанции, во всё вникал. Но таких людей мало. В большинстве своём молодёжь хочет всё быстро и сразу, сейчас и время такое. И всё-таки мы, люди постарше, можем на них воздействовать – примером, опытом, направление можем дать.

Недавно был свидетелем одной сцены и был приятно удивлён – начальник цеха говорил начальнику смены: ты пенсионеров сильно не загружай, у тебя молодёжь есть, - перенести что-то, сбежать куда. А твой пенсионер, благодаря опыту, в аварийной ситуации не растеряется, всё сделает как надо, береги его. К знающим, опытным всегда бережное отношение.

Про духовность

Мне всегда было интересно – как устроена наша жизнь, ведь не просто так мы сюда пришли? Лет 20 было, когда прочитал в журнале статью про учение «Агни йоги» и понял - вот оно. Вот с тех самых пор изучаю и понимаю – сколько ни читай, всё мало. Несмотря на то, что этому учению больше века, все знания – в простоте. В этом и сложность.

Вот компьютер, телефон нужно регулярно обновлять, чтобы он хорошо работал. Так и человек должен своевременно обновляться, узнавать новое и встраивать это в свою жизнь. Не бойтесь новой информации – диапазон сознания человека расширяется очень медленно, а мы ведь так мало живём – в среднем 60-70 лет и этого так мало, чтобы насладиться жизнью, научиться новому, усвоить уроки.

Читайте новое, изучайте себя, управляйте собой. Мы часто идём на поводу настроения, отрицательных эмоций. Чтобы этого избежать, нужно уметь перенастраивать себя, это точно в наших силах. Самое главное – самообладание, а появляется оно только через знания, познание себя, своего характера, своих возможностей и знаний о том, как всё устроено. Вот из всего этого складывается самообладание. И попав в сложную ситуацию, уже не она управляет тобой, а ты – ситуацией. Сила самовнушения огромна, мы её недооцениваем, а между тем мы можем собой управлять.

Знаете, духовные знания – это такое дело, никого не надо зазывать, искусственно привлекать, вы положите книжку перед человеком – захочет, полистает, почитает и задумается. Кто не хочет, он на книжку даже не взглянет.

Про образ жизни

Заботиться о себе нужно как изнутри, так и снаружи – дважды в день я обливаю холодной водой, привычка с молодости. Раз в неделю практикую суточное голодание. Всё это – система П.К. Иванова, опять же – учение об оздоровлении и духовности. А какая сила духа без крепкого здоровья?

ЛИЦА КОМПАНИИ: АНТОН СЕНЬКО

Одну треть рабочего коллектива Стерлитамакского нефтехимического завода составляет молодёжь. Перед ними стоит особая задача – бережно перенять опыт наставников и продолжить развивать дело.

Антон Сенько, машинист компрессорных установок цеха Ж-7-7А-7Б, сегодняшний герой нашей публикации, работает на заводе сравнительно недавно, с 2021 года. Но о том, что будет работать на СНХЗ, знал ещё со школы, потому что вырос в заводской семье, отец работал в этом же цехе, мама – аппаратчик на соседнем предприятии.

После школы окончил Стерлитамакский межотраслевой колледж, а после службы в армии пришёл работать в цех, но учёбу продолжил и сейчас совмещает работу с обучением на заочном отделении УГНТУ по специальности «Химическая технология органических веществ»: «Учиться интересно, сейчас у меня третий курс и знания, полученные в университете, помогают в работе, я понимаю технический язык. Совмещение учёбы с работой учит ценить своё время, учит дисциплинированности. А работа в цехе – чуткости и внимательности. Вообще для меня работа на заводе – это про стабильность и порядок.

Коллектив в моём цехе – отличный, сплочённый. Каждый год мы участвуем в соревнованиях по пожарно-прикладным упражнениям среди сотрудников предприятия. Сейчас на первом месте у меня – работа и учёба, иногда нахожу время на книги».

На традиционном праздновании Дня химика Антон получил почётную награду – благодарственное письмо от предприятия за добросовестный труд и достижения в профессиональной деятельности: «Неожиданно и приятно было награду получить, значит, не просто так живу, есть от меня польза».



Подписывайтесь на наши социальные сети «Вконтакте» и официальные телеграм-каналы, чтобы следить за новостями, анонсами, розыгрышами, конкурсами!

СНХЗ • Стерлитамакский нефтехимический завод



СНХЗ • Компания в лицах

