

АТОМНИК

України

ГАЗЕТА ПРОФЕСІЙНОЇ СПІЛКИ ПРАЦІВНИКІВ
АТОМНОЇ ЕНЕРГЕТИКИ ТА ПРОМИСЛОВОСТІ УКРАЇНИ

№17 (1219) 20 серпня 2026 року
Заснована 1 грудня 2000 року

ПРОФСПІЛКОВЕ НАВЧАННЯ

У Львові відбувся другий семінар для профспілчан
«Сила профспілки: право, безпека, майбутнє»

сторінка 2

АТОМНИЙ СПОРТ

Старший юрисконсульт Надія Слівінська розповідає
про своє спортивне захоплення волейболом

сторінка 4

ФОТОФАКТ

Наші атомники вибороли всі три призові місця
у турнірі зі стрітболу у форматі баскетболу 3х3

сторінка 4

ПРИВІТАННЯ

Відстояти Незалежність, зберегти Україну

Дорогі друзі!

Від щирого серця вітаю вас із найголовнішим святом нашої країни — Днем незалежності! Сьогодні ми відзначаємо 35 років, відтоді як Україна відродила свою державність. Уже котрий рік ми платимо за право на суверенність все більшу ціну і все глибше усвідомлюємо, що б'ємося не тільки за свою свободу і не тільки за свою ідентичність — нині триває битва за життя.

Тому я хочу низько вклонитися всім, хто ціною надлюдських зусиль стримує агресора на фронті, і тим, хто не дає впасти тилу. В умовах, коли нападники роками винищують енергетичну інфраструктуру, на долю атомників випала ще більш висока, ніж у мирні часи, відповідальність — саме вони є тією головною силою, яка не дозволяє занурити країну в темряву. Підтримуючи стабільну роботу підприємств і зберігаючи професійні знання та досвід, наші працівники забезпечують



критично важливу частку генерації електроенергії. До того, щоб наша країна втрималась у важкі часи, докладають зусиль усі наші співпідприємці — ті, хто зберігає і прагне розвивати уранову галузь, ті, хто працює над дотриманням безпеки у Чорнобильській зоні, ті, хто береже для нащадків унікальну природу національних парків.

У святковий день бажаю кожному із нас справедливого миру, спокою, світлого майбутнього. Те, на чому ґрунтується наша сила і готовність тримати оборону — це єднання й солідарність, тож зичу всім родинній підтримці й злагоди в колективах. І головне — бажаю впевненості у власних силах. Хай би як ворог намагався нас зламати повітряним терором та залякати напередодні надскладної зими — нехай усі можливі виклики стануть для нас тим поштовхом, що мобілізує внутрішні ресурси і додасть нам сил та витривалості.

З повагою,
Голова Атомпрофспілки Валерій МАТОВ

СхідГЗК — 751

Вірю, що СхідГЗК знову розквітне

Вітаючи із Днем шахтаря, який цього року відзначають 30 серпня, та віддаючи глибоку шану важкій, небезпечній і героїчній праці гірників, ми розпочинаємо серію публікацій, присвячених ювілею Східного гірничо-збагачувального комбінату. Сьогодні ми ведемо розмову з Петром Михайловичем Кученом, спеціалістом, який пропрацював на підприємстві 38 років і зробив дуже вагомий внесок у вирішення практичних завдань та в наукове осмислення новітніх підходів до видобутку та переробки уранової руди.

НАДВЕЛИКИ МАСШТАБИ

■ СхідГЗК будувався в часи холодної війни, коли СРСР не шкодував коштів на створення ядерного озброєння — і комбінат став ключовим елементом у сировинній базі радянського військово-промислового комплексу. Яку специфіку це накладало на життя підприємства?

Дуже помітну! На комбінаті, який підпорядковувався напряму Середмашу (Міністерству середнього машинобудування СРСР, секретному відомству, яке керувало всією атомною промисловістю та забезпечувало розробку і виробництво ядерної зброї, панувала дуже жорстка

дисципліна. На працівників лежала надвелика відповідальність, керівництво придивалося до кожного кроку — і в тих, хто нічого собою не являв, не мав достатніх знань і вмінь, не було жодного шансу на просування кар'єрними сходинками.

Комплекс створювався для того, щоб забезпечувати ядерний потенціал держави і водночас із розрахунком на те, щоб він міг функціонувати під час ядерної війни. Середмаш не просто збудував промислові одиниці — шахти, заводи, унікальні лабораторії, житло та інфраструктуру, а й забезпечив режимним об'єктам максимальну автономність.

Містечка, які будувалися для уранщиків, були продуманими та ошатними. Пригадую, як я возив до Смолінського рудника кореспондентку, щоб показати їй, як добре живуть шахтарі. Я щиро казав їй: «Погляньте на це селище — на цю красоту! Це ж перлина серед величю ступі!» Вона, втім, назвала дев'ятиповерхівку у своїй статті «шматком штукатурки серед голого поля» 😊 Але того, що для працівників комбінату усе ж створювали гідні умови — не відняти. Ми відчували стабільність, ми бачили перспективи.

■ Працівники уранової галузі були привілейованим прошарком із високими зарплатами, хорошим медичним супроводом, продовольчим і промисловим спецабезпеченням. Однак усі ці бонуси лише частково могли компенсувати небезпеку, пов'язану з роботою...

Гірський видобуток руди і переробка урану були і є дуже небезпечними. Як це позначалося на колективі? У складних умовах люди ґуртувалися



настільки сильно, як це зараз відбувається між бойовими побратимами на фронті. Напевно, Валерій Олексійович Матов, з яким ми працювали певний час разом, міг би підтвердити ці слова!

ВІД УРАНУ ДЛЯ ЗБРОЇ ДО УРАНУ ДЛЯ МИРНОГО АТОМА

З розпадом СРСР у СхідГЗК зник єдиний радянський замовник, підприємство було позбавлене гарантованого фінансування і гарантованого збуту продукції. Як комбінат переживав радикальні зміни?

Закінчення на 2-й стор.

У СФЕРІ ВПЛИВУ АТОМПРОФСПІЛКИ
ПЕРЕБУВАЮТЬ ПІДПРИЄМСТВА
МІНЕНЕРГО УКРАЇНИ,
МІНПРИРОДИ, МІНОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ТОЩО



ВОЇНИ СВІТЛА

Тільки єднання зробить державу сильною

Сотні працівників ядерної галузі України долучилися добровольцями до лав Сил Оборони. Серед них — Юрій Зімінський, який у мирному житті працював на ЗАЕС начальником зміни електричного цеху. У вересні 2022 року він став командиром взводу 113-го окремого батальйону ТРО. Сьогодні Юрій продовжує службу у тому ж підрозділі, з 2024 року — за напрямом безпілотних систем.

ПРЕДСТАВНИК ДИНАСТІЇ

Вибір професії для мене був очевидним, — починає розповідь про себе Юрій Зімінський. — Мій батько, Володимир Михайлович, працював на ЗАЕС, коли ще тривало будівництво станції. На його зміні запускався перший енергоблок, чим він дуже пишався, зберігаючи випуск газети «Енергія» з репортажем про цю знакову подію.



За прикладом батька я обрав електричний напрям атомної енергетики, і з 2009 року розпочав свій шлях на ЗАЕС, дійшовши від чергового електромонтера до начальника зміни електричного цеху. Я прагнув розвитку, здобував ще одну вищу освіту, будував плани, у вільний час любив порибалити... Та все змінила війна.

ЗАХОПЛЕННЯ ЗАЕС

Поки окупанти ще не зайшли в Енергодар, я долучився до патрулів, які забезпечували правопорядок.

Закінчення на 3-й стор.

СхідГЗК — 75!

Вірю, що СхідГЗК знову розквітне

Закінчення.
Початок на 1-й стор.



Петро КУЧА,
головний інженер
СхідГЗК 2003-2007

Після того, як шахтарям кілька місяців не виплачували зарплату, прокотилася перша хвиля страйків. Основним аргументом, який тоді навели на користь того, щоб продовжувати роботу, стали суттєві зміни в оборонній сфері: «Не хочете видобувати уран? То завтра сюди підженуть танки, і ви будете виробляти для оборони копійчані деталки, отримуючи за це, відповідно, копійки». І дійсно, це був період, коли доля уранового виробництва була під великим питанням. Україна під тиском міжнародної спільноти відмовилася від ядерного статусу, віддала наявне озброєння та розпочала конверсію оборонної промисловості. Окрім того, що на країну тиснули ззовні, всередині подекуди спостерігалася нерозуміння того, наскільки важливою є уранова галузь. Представники міністерств, які приїжджали на комбінат, казали: «Навіщо нам ваш уран, що ми з ним робитимемо?» Я відповідав тоді: «А як же наші атомні станції? Їм же потрібне паливо!» Бо ж комбінат на той час забезпечував 30% потреб атомних станцій країни. Схоже, у Києві не всі розуміли суть питання. Багато хто навіть не знав, що в Україні є власне уранове виробництво — настільки все було засекречено. На щастя, держава усвідомила необхідність власного видобутку і переробки, і СхідГЗК запрацював на мирний атом.

«ПРИДУМАЙ ЩОСЬ!»

■ Розкажіть, будь ласка, як складався ваш трудовий шлях на комбінаті?

Я приєднався до колективу в 1978 році, прийшов гірським майстром, з часом почав обіймати керівні посади. Надалі головний інженер комбінату Микола Михайлович Трапенко запитав мене, чи не хотів би я від роботи у шахті перейти до роботи за куляманою — мовляв, у тебе червоний диплом, а фахівців, які розбираються в гірській справі, у нас не такі багато... Аргумент «Я ж виробничник!» не пройшов, тож надалі я шість років пропрацював над проектуванням шахт. Потім головний інженер поцікавився: «Ну що, Петре, посидів над паперами? Я ж знаю, що ти і з людьми вмієш працювати, хочи тепер побачити, як ти зможеш керувати великим колективом!» Мені дали час на завершення навчання в аспірантурі і після того призначили на Смолінську шахту начальником виробничо-технічного відділу. Робота на посаді, де потрібно було забезпечувати виробництво відповідними проектами, розрахунками, кресленнями, плануванням та нести відповідальність за виконання плану, стала дуже хорошою школою.

За 10 років мене знову викликали в Жовті Води та призначили начальником гірського відділу, який відповідає за всі шахти. Надалі з 1998 по 2004 рік я обіймав посаду заступника головного інженера комбінату, а потім до 2007 працював головним інженером СхідГЗК. Потім повернувся до роботи в проектному відділі управління комбінату.

Період, коли мене призначили головним інженером, жартома називали настанням «Петровських часів». Окрім того, що я — Петро, то ще й посаду генерального директора обіймав Петро Георгійович Перьков, а Центральну науково-дослідницьку лабораторію (ЦНДЛ) очолював Петро Якимович Кислий.

Генеральний директор Петро тоді поставив завдання: розробити план заходів для підвищення заробітної плати без звільнення працівників, а виключно за рахунок підвищення обсягів виробництва. Він сказав: «Звертаюся до тебе не як до гірничого інженера, а як до головного інженера комбінату — нам потрібно розвиватись!»

Ідеї щодо модернізації виробництва було багато, адже технології, які напрацьовувалися ще у 1940-50-х роках, на зламі тисячоліть не могли не застаріти. Однак для їх реалізації потрібні були великі інвестиції, а на значні асигнування з бюджету ми сподіватися не могли. Розраховувати можна було в основному на власні обігові кошти.

Першим принципово важливим моментом стала заміна приводу гірничо-шахтних машин зі стислого повітря (з ККД 5%) на електрогідрравлічний привод (ККД — 45%). Це не було останнє слово техніки — на найновіші розробки у нас не було грошей, однак порівняно зі старим обладнанням придбані машини врізалися в породу, наче в масло!

Другим проривним моментом стала переробка відвалів основного виробництва. На базі ЦНДЛ під супроводом головного геофізика комбінату Анатолія Васильовича Копанева була розроблена та впроваджена у виробництво установка, яка відокремлювала зовсім порожню породу від урановмісної. І на переробний завод попрямували додаткові вагони з рудою!



Це дало можливість не тільки зберегти робочі місця, колектив, а й тричі помітно збільшувати зарплати.

ІДЕЯ, ЩО ВИПЕРЕДИЛА ЧАС

■ Окрім вирішення поточних завдань, ви значну увагу приділяли науці. У чому осо-

бливість методу видобутку урану, який ви обґрунтували у своїй дисертації?

Моя робота була присвячена розрахунку того, як можна було б застосувати в наших умовах методику підземного блочного вилюговування (це фізико-хімічний метод видобутку корисних копа-

луків). Інертність гірничої справи. Прорахувати і впровадити — це дуже різні речі. У наявну систему видобутку та переробки було вкладено колосальні гроші, і для того, щоб перейти до підземного блочного вилюговування, також потрібні значні капіталовкладення та час.



На
30%

забезпечував Східний гірничо-збагачувальний комбінат потреби наших АЕС у урані на момент набуття Україною незалежності

«НЕОБХІДНО РОЗВИВАТИ ТЕ, ЩО МИ ВЖЕ МАЄМО»

■ Яким ви бачите майбутнє комбінату?

Я переконаний, що його потрібно розвивати, максимально використовуючи ті засоби, які в нас уже є, та застосовуючи нові технології. Радикального підходу потребує сірчаноокислотний завод: його треба створювати наново, оскільки на нинішньому підприємстві безнадійно застаріло не тільки обладнання, а й сама методика виробництва. Щодо руди, то багаті на уран запаси можна було б підняти на поверхню у класичний спосіб, а для видобутку з бідних пластів застосувати вже згадану методологію підземного блочного вилюговування.

Для цього потрібні два ключові моменти: інвестиції і фахівці. Сьогодні в Україні немає закладів, які випускають «готових» спеціалістів з видобутку урану. Криворізький національний університет готує основу гірників, але для того, щоб працювати в урановій галузі, їм потрібно більше специфічних знань. До освітнього процесу потрібно залучити як співробітників колишнього Криворізького гірничорудного інституту, так і співробітників унікальних лабораторій та підрозділів СхідГЗК, і це могло б покращити ситуацію з кадрами в урановидобувній промисловості.

Я дуже сподіваюся на те, що війна закінчиться нашою перемогою, і підприємство, якому я віддав значну частину свого життя, знову розквітне та посідає належне місце в розвитку промисловості країни.

Любов Наточій, Марічка СМЕРЕКА

ПРОФСПІЛКОВЕ НАВЧАННЯ

12-14 серпня у Львові відбулося навчання другої групи представників профспілки «Сила профспілки: право, безпека, майбутнє», організоване первинною профспілковою організацією Рівненської АЕС для підвищення професійної компетентності профспілкового активу та обміну практичним досвідом.

СТАРТ НАВЧАННЯ

Захід відкрив голова ППО РАЕС Іван Мельник, який наголосив на важливості постійного професійного розвитку профспілковців, поглиблення правових знань та набуття практичних навичок, необхідних для ефективного захисту спільнот. Адже саме компетентність, активність та згуртованість профактиву є запорукою сильної та дієвої профспілки.

Програма навчання охопила актуальні питання, з якими профспілкові представники



В основі ефективності сильної профспілки —

стикаються у своїй щоденній роботі. Лекції проводили досвідчені фахівці: заступник Голови Атомпрофспілки Павло Прудніков, завідувачка відділу колективно-договірної та правової роботи Атомпрофспілки Олександра Кравчук, заступник завідувача відділу колективно-договірної та правової роботи Валерій Сіпеев, юрист відділу колективно-договірної та правової роботи Оксана Міхновець, інспектор технічної праці відділу колективно-договірної та правової роботи Микола Гладіч та психолог відділу розвитку персоналу філії «ВР ПАЕС» Наталія Федіна.

НАГАЛЬНІ ТЕМИ

Учасники обговорили актуальні питання застосування трудового права, організацію колективно-договірної роботи на підприємстві, діяльність профспілок у сфері охорони праці та здійснення громадського контролю.

ВОЇНИ СВІТЛА

Тільки єднання зробить державу сильною

Закінчення.
Початок на 1-й стор.

Зранку 3 березня якраз змінився, ліг відпочити, та мене розбудила сирена — ворог заходив у місто. Зі свого балкона бачив колону, що сунула в бік станції. Потім звіди почали рухатися стрілянина, кулеметні черги, постріли з танків. Зрозумів, що відстрілюються наші хлопці, які захищали станцію. При обмеженій чисельності бійців, незважаючи на значну перевагу ворога, вони дали сильний бій. Це героїчний вчинок.

Дуже переймався за колег, які були на станції. Також тривожно було через сухе сховище відпрацьованого ядерного палива (ССВЯП), щоб туди не прилетіло. Загалом усе це сильно шокувало, бо завжди була впевненість: АЕС — стратегічний об'єкт, захищений апріорі від подібних дій. Проте в реальності по АЕС стріляли з танків.

Поступово зашморг окупації затулювався. Друзі з Донецчини розповідали, як це відбувалося у них. За цією ж методичкою рахувати чинили і в Енергодарі. Спочатку вони діють приховано, а далі починається жорсткий пресинг. Такі сталосся. Ми встигли виїхати до цього. До Запоріжжя дісталися за добу. У моїх друзів, які їхали пізніше, цей шлях тривав кілька днів, почалися фільтрації, на блокпостах — списки атомників тощо.

У ЛАВАХ ЗСУ

Приєднатися до війська — для мене це питання було вирішеним, відколи зрозумів, що війна триватиме довго. А для дружини стало несподіванкою, та знаючи мене, мій характер, вона підтримала і попросила берегти себе. Щодо 113-го батальйону я теж визначився раніше. Його й називали енергодарським, бо там було багато наших.

Пройшовши військову кафедру в університеті, я мав звання молодшого лейтенанта та спеціалізацію зв'язківця. Проте моя технічна підготовка була нульова, кафедра давала знання за радянськими технологіями, що застаріли років на 50-60. Та все ж я мав розуміння, що таке війсьсько, зв'язок тощо.

Від початку мене призначили командиром взводу. У перші дні на позиціях усе було взагалі нове. На щастя, зустрів наших, із ЗАЕС, вони допомогли адаптуватися. За тиждень прийняв свій взвод — і почалося окопне життя... За місяць я багато чого навчився, пройшовши перші обстріли, заїзди-виїзди, критичні ситуації. Основне

правило піхотинця: хто краще закопується, той довше живе. Наш взводний опорний пункт був справжнім підземним містечком. Тоді ще була така війна, яка дозволяла закопуватися, краще підготуватися до бою. Зараз інакше. Важче.

ІНШИЙ ФОРМАТ ВІЙНИ

Під час контрастну пішов розвиток дронів, обстріли стали набагато щільнішими. Коли підійшли до Приютного, там взагалі обстрілювали майже щодня, і танк працював, і кулемети, і ще багато чого — і все це могло бути зенацька. Тоді, на жаль, ми зазнавали багато втрат — загинули, поранені. Того літа 2023-го загинули Костя Лаврик, Платон Шпак, Коля Бірюков — мій друг дитинства, інші хлопці. Багато хто отримав поранення, несумісні зі службою. Це був дуже важкий період для батальйону. Потім потроху нас замінили, вивели на відновлення.

На початку вересня я потрапив під танковий обстріл, отримав контузію, коли був на спостережному пункті на чергуванні. Мене вивезли до лікарні в Запоріжжі, контузія була легка, і через кілька тижнів я повернувся до війська.

Зараз у моєму взводі й роті не залишилися нікого, з ким починав у 22-му. Когось уже немає. А з тими, хто переживав або списався, ми постійно щільно спілкуємося. Адже військове братерство —



це надовго. На чергуваннях, на постах — постійне спілкування, один пайок, одна пляшка води. І чим більше проходиш із людиною важких моментів, тим ближче стаєш, більше того — довіряєш своє життя. Насправді дружба скріплюється підтримкою у складні часи, у стресових ситуаціях, які на війні постійно. Тож людина там стає тобі як брат.

ДОПОМОГА БЛИЗЬКИХ

Окрім дружнього плеча, мотивує підтримка родини. Ті, що самі прийшли у військові, вони ж насправді й доєдналися до лав Збройних Сил для захисту своєї родини. І коли вони їдуть додому і бачать, що їхні близькі у безпеці, що все добре,

це заспокоює, надихає, хлопці працюють далі.

Підтримка друзів, колег — також надважлива. У мене друзів багато, не всі служать. Та більшість дзвінків від них — зазвичай про те, чим допомогти, що потрібно. Колеги також дуже швидко реагують. Декілька разів звертався, зокрема й до начальника електроцеху ЗАЕС Олександра Борисенка, начальника дільниці ЕЦ Сергія Цукіло, і завжди отримував швидку допомогу.

Допомагають волонтерські організації, ГО «Вартові світла», ВП «Козацький», Енергодарська міськрада. Велика подяка усім!

І знаєте, оця допомога — вона показує, що ми на правильному шляху, робимо свою справу. Буває, що з'являється нотка негативу, та коли бачиш, чуєш друзів, відчуваш підтримку, це надзвичайно підсобоє. І навіть коротенька розмова за кавою реально підіймає дух.

КОЛИ ДО ВІЙСЬКА ПІШЛИ ЦИВІЛЬНІ

Я переконаний, саме цивільні, які стали військовими, змінили нашу армію на краще. Вони розбавили ту радянську-паркетчину, що панувала у війську до 2014 року. Взімьмо за приклад хоча б аеророзвідку — коли на початку війни, під час АТО, почали використовувати побутові дрони, це напевно була ініціатива когось із тих, хто нещодавно вдягнув піксель. І зараз багато що



посади. Адже кожна їхня нагорода — дійсно заслужена, кров'ю і потом. Військова робота на позиціях сама по собі важка, не кажучи про постійну небезпеку. І кожного разу, коли командир вручає нагороди бійцям, спілкується, висловлює підтримку — це надзвичайно важливо. У хлопців просто розправляються плечі! А якщо це супроводжується поїздкою додому бодай на кілька днів — то взагалі щастя! Коли вони повертаються з відпустки, готові зробити нереальні речі.

ОБ'ЄДНУВАТИСЬ, АБИ ПЕРЕМАГАТИ

Насамперед суспільство має розуміти, що війна триває. Хто має рідних, друзів на війні, хто, на жаль, втратив близьких, ті люди мають розуміння. Кого це не торкнулося — для більшості з них війна десь там, далеко. Тоді як прифронтові міста — під постійними атаками, коли населений пункт ворог «розбирає» обстрілами щодня.

У війську багато бійців, які воюють з 2022 року, є й такі, хто на передовій з 2014-го. І їм потрібна заміна.

А ще хлопці гинуть...

Соціум має розуміти: якщо на їхній вулиці, у місті чи селі, десь поряд, немає війни, це не означає, що її немає. І якщо дистанціюватися, думати, що війна «десь там» — це життя в кредит. Тобто якщо ми зараз не зупинимо ворога, це доведе до роботи нашим дітям, онукам, правнукам. Тому маємо об'єднуватися, як це було у 2014 та 2022 роках, підтримувати фронт і перемогати.

На сильну державу ніхто ніколи не нападе. Тому тільки наше єднання зробить країну сильною, яка зможе дати відповідь на усі посягання. Тоді переможемо. Та маємо завжди бути напоготові. Маємо створювати сильну армію — технологічну, в якій кістка — молоді, вмотивовані, ініціативні, перспективні військові.

МАЛІ Й ВЕЛИКІ МРІЇ

Про що я мрію? Дуже хочу, щоб після перемоги Україна стала серйозним гравцем на світовій арені. А прямо зараз хотів би просто відпочити. Хоча б кілька місяців. Побути вдома, в Енергодарі, прийти до татів. І можливо, поїхати у подорож, кудись, де ще не бував. Раніше ми з дружиною дуже хотіли мандрувати Україною. Тепер вона постійно приїжджає до мене, туди, де перебуваю, а це різні напрямки. І якось каже: «Це не зовсім те, про що я мріяла». Тож, мабуть, захочеться сісти в автівку та десь покататися нашою рідною країною, над якою майорить синьо-жовтий прапор.

Підготувала Ірина ОВДІЄНКО

знання, досвід і професійність



Окремий блок був присвячений психологічним аспектам професійної інтеграції військовослужбовців — темі, яка набуває особливого значення в умовах сьогодення.

Окрім того що профспілка має простежити, щоб права працівника, який повертається до роботи після військової служби, не були пору-

Програма навчання охопила важливі актуальні питання, з якими спілчачі стикаються у своїй щоденній роботі

шені, не менш важливим завданням є допомога в адаптації такого працівника на робочому місці в колективі.

В результаті учасники отримали практичні рекомендації щодо підтримки військовослужбовців, які повертаються в трудовий колектив, та сприяння їхній успішній адаптації.

ПРОФСПІЛКОВІ ДИСКУСІЇ

Завершальним етапом навчання стала зустріч, присвячена звітам та виборам у профспілку. Учасники мали змогу поглибити свої знання в цій сфері перед майбутньою виборчою кампанією та отримали практичні рекомендації щодо ефективної її організації.

Особливо цінною складовою навчання була активна участь слухачів. Учасники не залишалися пасивними: ставили запитання, ділилися власним досвідом, долучалися до обговорень з актуальних питань, разом з тренерами шукали відповіді на практичні питання. Жвава дискусія та зацікавленість аудиторії засвідчили актуальність обраних тем і бажання профспілкового активу постійно вдосконалювати свої знання. Підсумками навчання учасники позитивно оцінили його зміст, форму та практичну спрямованість.



Такі навчання — це не лише можливість здобути нові знання. Це простір професійного спілкування, пошуку спільних рішень для актуальних питань та обміну досвідом, але не лише між тренерами, а й між учасниками, адже до навчання долучилися як досвідчені профспілковці, так і початківці в цій сфері.

Сильна профспілка починається з компетентних людей, які знають свої права, вміють їх обстоювати та готові діяти разом.

Оксана МІХНЕВЦЬ

АТОМНИЙ СПОРТ

Рухатися вперед, завжди прагнути перемоги

Цим принципом Надія Слівінська, старший юристконсульт відділу претензійно-позивної роботи «Енергоатом-Трейдинг», послуговується і в роботі, і в спорті. Волейбол для неї — невід'ємна частина життя, а спілкування зі своєю командою вона називає «мій спортивний антидепресант».



Надіє, розкажіть, будь ласка, наскільки важливим для вас є захоплення грою?

Волейбол завжди був у моєму житті — і сподіваюся, буде! Моя мама, вчителька, записала мене до секції ще в першому класі. Я була найменшою і найнижчою серед інших дівчат, під волейбольною сіткою проходила, навіть не пригинаючись. Вправності мені вдалося досягти аж ніяк не одразу, але з часом успіхів ставало дедалі більше, і я глибше занурилась у вир спортивного життя. Після школи представляла на спортивному майданчику свій ВНЗ. Коли у 2019 році почала працювати в НАЕК «Енергоатом», приєдналася до тушешної волейбольної команди.

Наскільки організованим був спортивний рух?

У компанії була група тих, хто всерйоз цікавився волейболом, але тоді про регулярні тренування ще не йшлося. Ситуація змінилася, коли було ухвалено рішення орендувати майданчик для занять. Нам вдалося знайти зал з зручними для всіх місцями та переконати керівників в університеті

ім. Драгоманова, щоб вони знайшли у розкладі спортзалу час для нас — і відтоді заняття набули системного характеру.

Як відбуваються тренування зараз?

До них долучаються усі охочі — від тих, хто вперше бере у руки м'яч, до тих, хто вже виборов звання майстра спорту. Професійний тренер, який з нами працює, розподіляє групи так, щоб кожному було цікаво, і я спостерігаю, як люди, котрі раніше не грали, досягають суттєвого прогресу.

Для широкого загалу заняття відбуваються двічі на тиждень, для команди, яка представляє наш колектив на змаганнях — частіше. Якщо у нас виникають якісь потреби — чи то думка про те, щоб тренуватися двічі на тиждень, чи закупити нові м'ячі — ми завжди можемо розраховувати на допомогу профспілки, Ганна Заєць підтримує нас і наші ініціативи.

Команду, яка виступає на змаганнях — як би ви її охарактеризували?

Це — кістяк спільноти, яка цікавиться волейбольною грою. Восьмеро наших гравців — це дуже різні люди, і за професіями, і за регіонами, звідки ми приїхали до Києва. Але ми настільки притерлися одне до одного, що діємо в процесі гри не наче шестерні одного механізму. Розуміємо одне одного з пів слова, з пів погляду! Це дуже дружній колектив, де всі підтримують одне одного — це мій волейбольний антидепресант!

У колективі я — єдина жінка, і мої товариші дуже турботливо до мене ставляться. Серед них я почуваюся так само впевнено, як і моїми старшими братами, готовими завжди стати на захист.

Наскільки є успішними для вашого колективу головні профспілкові змагання цього року?

Найбільш емоційним моментом було змагання із найзапеклішим конкурентом, командою ЧАЕС. Наше протистояння триває вже доволі довго — перевага то на їхньому, то на нашому боці. Цьогоріч нам вдалося перемогти! Це стало можливим за рахунок того, що ми зібрали в команді найсильніших гравців Дирекції НАЕК «Енергоатом»,

і кожен із них у ході наполегливих тренувань зміг суттєво підвищити свій індивідуальний рівень.

Що для вас є важливішим у грі — сама по собі участь чи перемога?

Однозначно — перемога. Коли я чую, що для когось спорт — просто спосіб приємно провести час, незважаючи на результати, мені це складно зрозуміти. Я завжди прагнула йти вперед, перемагати, вдосконалюватися.



Загалом, що дає вам спорт?

Насамперед — емоції переживання. Те, що заняття допомагають підтримувати фізичну форму, це радше додатковий бонус, який для мене стоїть аж ніяк не на першому місці. Головне — можливість відволіктися від нашого страшного сьогодення — від постійного перенапруження, від тривоги перед черговими обстрілами. Плюс — ти можеш відвернути увагу від обдумування робочих або побутових питань. Гра вимагає перебувати «тут і зараз» та потребує потужної концентрації уваги на процесі.

Чи допомагають навички, здобуті завдяки захопленню спортом, у роботі?

Припускаю, що це так. Я дійсно завжди прагну перемагати. Розпочинала роботу із супроводу договорів. Але з часом це почало здаватися нудним, і нині я захищаю інтереси нашої компанії у судах. Будучи дуже самокритичною, вкрай ретельно аналізую кожне судове засідання — чи саме ті слова потрібно було добрати, чи саме цю стратегію застосувати? Докладаю усіх можливих зусиль для того, щоб уникати помилок, а якщо вони трапляються — вивчаю, які передумови до цього призвели. Для того, щоб удосконалюватися, уважно придивляюся до дій моїх колег і опонентів, аби навчитися всього, чого досі не знала або не враховувала. Якщо ти зупинишся і не будеш рухатися вперед — конкуренти обійдуть тебе.

Так само у спорті. Я придивляюся до партнерів по грі: як вони розминаються, як екіпірування використовують, які рухи застосовують для досягнення кращих результатів. Кажуть, що найкращий спортсмен — це той, хто постійно навчається. Досліджуючись до порадишого тренера, я переконує в цьому. Цінними для мене стали й поради мого реабілітолога. Цього року мені не пощастило — отримала кілька спортив-

Якщо зупинишся і не будеш рухатися вперед, конкуренти обійдуть тебе

них травм. Спеціаліст, який допомагав відновитися, порадив не зятягувати з поверненням на поле, щоб страх травмуватися не був надто сильним і не став на перешкоді подальшим заняттям.

Окрім того, щоб рухатися до мети, попри негаразди, будь-що прагнути перемоги, напевно, і у спорті важливу роль відіграє вміння працювати в команді?

Обов'язково! Так само я прагну не підвести своїх колег, у команді роблю все, щоб не помилилися. Моє завдання — передати м'яч так, щоб хлопці могли його забити. І я щоразу хвилююся, аби все відбулося правильно.

Чи підтримує вас родина у вашому захопленні волейболом?

Так, хоча у кожного в нашій сім'ї інші спортивні вподобання. Чоловік займається вправами з кардіонавантаженнями. У нього залізна воля — якщо він уклав для себе певну програму занять, то обов'язково її виконає!

Дочки, 15 і 10 років, віддали перевагу карате. Старша у підлітковому віці припинила займатися, а молодша продовжує вдосконалювати свою вправність, вона — чемпіонка України в цьому виді спорту. Вона ж для мене — суворий «контролер». Буває, що втомившись після роботи бере гору, або ж просто трапляються такі дні, коли все валиться з рук, і ні на яке тренування вже не хочеться. Тоді дочка у командно-наказовому тоні каже мені збиратися й не уникати спортивних занять за жодних обставин.

А ще я доволі часто обговорюю зі своїми дітками ключові моменти гри, переживаю, чи правильно вчинила в тій чи іншій ситуації. Я помічаю, що вони оцінюють конкретні випадки зовсім з іншої точки зору, ніж це роблю я, що допомагає мені ще краще осмислити і проаналізувати гру. І знову подумати про те, як рухатися далі.

ФОТОФАКТ

Атомники знову на п'єдесталі! У рамках Всеукраїнських змагань серед працівників енергетичних галузей України відбувся турнір зі стрітболу — у форматі баскетболу 3х3. Три команди, які посіли призові місця — наші! Рівненська АЕС виборола золото, Хмельницька АЕС — II місце, а Дирекція НАЕК «Енергоатом» — III місце. Всього в змаганнях взяли участь 7 команд, і наші атомники знову підтвердили свою силу на спортивному майданчику.



АТОМНИК
України

Засновник: Професійна спілка працівників атомної енергетики та промисловості України
Видавець: Редакція газети «Атомник України»

Поштова адреса редакції: вул. Хрещатик, 22, а/с 393 м. Київ, 01001
Газета «Атомник України»
Головний редактор: Марічка КОРМУШКІНА
Телефон: (044) 205-74-20
E-mail: atomnik@union.kiev.ua
atomnik@gmail.com
http://www.atomprofspilka.info

Газета виходить 2 рази на місяць
Індекс — 21766
За точністю викладених фактів відповідальність несе автор
Редакція не завжди поділяє позицію авторів публікацій
При передруку посилання на «Атомник України» обов'язкове

Свідectво про реєстрацію
КВ №4480 від 21.08.2000 року
Газета віддрукована
у ТОВ «МЕГА-ПОЛІГРАФ»:
04073, м. Київ,
вул. Марка Вовчка, 12/14.
Тираж 2000