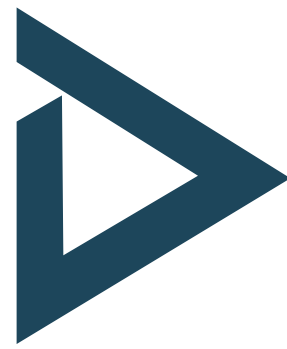


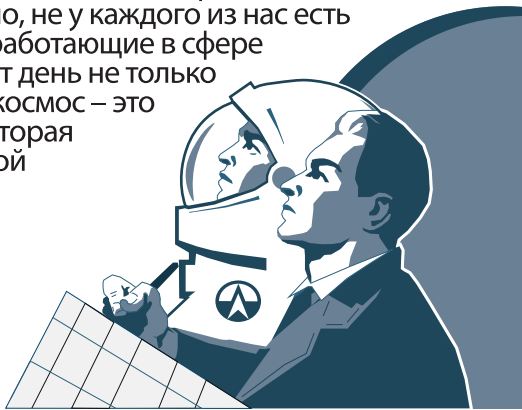
УСТОЙЧИВЫЙ КУРС

ВЫПУСК №4
АПРЕЛЬ 2024



С Днём космонавтики!

Уважаемые сотрудники АО «Равенство», 12 апреля отмечается День космонавтики. Безусловно, не у каждого из нас есть родственники или знакомые, работающие в сфере освоения космоса. Однако, этот день не только про первый полёт человека в космос – это также день заветной мечты, которая обязательно сбудется, и великой цели, которая обязательно будет достигнута. Поэтому от всей души поздравляем каждого из вас с этим праздником и желаем обрести свою путеводную звезду!



Сотрудники АО «Равенство» провели патриотическую акцию!



26 апреля 2024 года сотрудниками АО «Равенство» была организована патриотическая акция, приуроченная ко Дню Победы. Участники акции совершили велопробег от предприятия до площади Победы. Маршрут составил 9,5 километров. Участники велопробега посетили памятное место, связанное с Великой Отечественной войной – Монумент героическим защитникам Ленинграда

- возложили цветы и почтили светлую память тех, кто погиб, защищая свободу Родины, выразили благодарность и глубокое уважение ветеранам Великой Отечественной войны и труженикам тыла. Выбор места был не случаен. Московский проспект с первых дней войны стал фронтовой дорогой, по нему шли дивизии народного ополчения, техника и войска. В непосредственной близости от него про-

ходил передний край обороны. В июле 1945 года, когда жители города встречали войска, возвращавшиеся с фронтов Великой Отечественной, именно здесь была возведена временная триумфальная арка. Сооружение мемориала частично велось на средства многочисленных добровольных пожертвований. Благодарим наших коллег за организацию и участие в велопробеге, посвящённом Дню Победы!

Торжественный вечер ко Дню Победы!

Уважаемые коллеги!

Приглашаем вас на торжественный вечер, посвящённый Дню Победы!

7 мая в 15:00 в клубе АО «Равенство» состоится торжественный вечер, посвящённый 9 мая. В программе вечера будут творческие номера от работников предприятия: танцевальные номера, песни, чтение стихов и выступления от приглашённых гостей. Ждём вас!

Внимание членов профсоюза!

9 мая в 21:00 для членов профсоюза будет организована речная прогулка с последующим просмотром праздничного салюта у Петропавловской крепости. В программе музыка и дискотека! По всем вопросам обращайтесь в профсоюзный комитет.

В НОМЕРЕ:

СУББОТНИК 2 СТР

«ТИХИЙ ПОДВИГ» 2 СТР

ОБУЧЕНИЕ 223-ФЗ 4 СТР

ДОРОГУ МОЛОДЫМ 4 СТР

КОРОБКА ДОВЕРИЯ 4 СТР

СПОРТ 4 СТР

В АО «Равенство» состоялся субботник!

24 апреля 2024 года в АО «Равенство» прошла генеральная уборка территории. Сотрудники предприятия с удовольствием подключились к традиционному весеннему субботнику благоустройства территории предприятия. Отложив на время свои прямые обязанности, вооружившись необходимым инвентарем, работники вышли на улицу и привели в порядок прилегающую к производ-

ственным и административным зданиям территорию. Совместными усилиями собрали опавшие ветки и прошлогоднюю листву, подмели тропинки.

Субботник - добрая традиция АО «Равенство», он проводится ежегодно весной и осенью на территории предприятия. Дух субботника сближает любой коллектив и позволяет ненадолго отвлечься от работы.



«Тихий подвиг»: истории доноров АО «Равенство»

20 апреля 2024 года отмечается Национальный день донора. Держать организм в тонусе, проходить регулярный медосмотр и, главное, помогать другим - все это можно делать, если начать сдавать кровь. В России около полутора миллионов человек ежегодно нуждаются в переливании крови. Донорскую кровь используют во время сложных операций, тяжелых родов, после аварий, пожаров, терактов, при лечении онкологических заболеваний, болезней печени и гемофилии. Для того чтобы своевременно помочь людям, нуждающимся в крови или препаратах на ее основе, в центрах переливания всегда должен быть запас. В Национальный день донора мы решили поговорить с сотрудниками АО «Равенство», которые уже выбрали регулярное донорство, о том, почему это важно, какую пользу приносит обществу и их собственному здоровью.

«Попробовать сдать я хотела ещё давно».

Интервьюируемый пожелал остаться анонимным.

- Здравсвуйте! Как давно

вы занимаетесь донорством?

- Первая донация была в ноябре 2023.

- Что стало первопричиной, чтобы стать донором крови?

- Попробовать сдать кровь я хотела еще давно - хотелось понять, что это такое, и как поведет себя организм в стрессовой ситуации - но то времени не было, то настроения. А потом мне предложили сходить сдать кровь совместно.

- Почему, по Вашему мнению, важно сдавать кровь?

- На самом деле причин много. Самая очевидная - сданная кровь поможет кому-нибудь. А еще, точное знание своей группы крови и резус-фактора в экстренных ситуациях ускоряет получение помощи. И дополнительный приятный бонус: перед сдачей крови проходят осмотр у терапевта и сдают анализы, соответственно вы можете отслеживать состояние своего здоровья.

- Возникали ли у Вас когда-нибудь трудности при сдаче крови?

- Лично у меня трудностей не



возникало, хотя я и наблюдала

некоторые не слишком приятные ситуации, которые хотелось бы избежать. Например, одному из доноров проткнули вену насквозь, отчего случилось избыточное кровоизлияние.

- Какой бы Вы дали совет тем, кто только собирается в пер-

вый раз сдать кровь?

- Во-первых, ознакомьтесь с противопоказаниями и ограничениями. Если вы подпадаете под ограничения или вас что-то не устраивает, то не стоит сдавать кровь. Во-вторых, если вы решились, сытно позавтракайте и возьмите с собой

что-нибудь перекусить. И после донации необходимо поддержать организм. В-третьих, если есть возможность, приходите не один/одна.

«Раз могу, почему бы и нет?»

Федосеева Алла Анатольевна, ведущий инженер-электроник, почётный донор.

- Когда вы начали заниматься донорством?

- Я занималась донорством на протяжении десяти лет, каждые два месяца сдавала кровь. А когда начала, уже не вспомню.

- Что вас сподвигло на первую донацию? Или, может быть, кто?

- У меня муж сдавал плазму крови, и я последовала его примеру. А что его на это подвигло, не могу сказать.

- Почему для вас важно было сдавать кровь?

- Не задумывалась как-то я на эту тему... Вообще, кровь сдавать надо. Донорство помогает больным людям, тем, кто попал в аварию или иную катастрофу. Для меня сдача крови никогда не была проблемой – никаких негативных ощущений не было, как и отрицательных последствий для здоровья и как-то так втянулась – раз могу, так почему бы и нет? Кроме того, конечно, для почётных доноров существуют различные льготы – дополнительный отпуск, например.

- Какой бы вы совет дали тем, кто задумывается о том, чтобы сдавать кровь?

- Ничего не бояться, и, если здоровье позволяет и действительно такое желание есть – сдавать кровь. Вреда, во всяком случае на себе, я не ощутила.

«Для меня важно спасение человеческой жизни».

Ковях Сергей Иванович, слесарь-ремонтник, почётный донор.

- Когда случилась ваша первая донация? И как давно вы этим занимаетесь?

- Первая моя кровосдача случилась в 15 лет. Кровь сдавал я брату, после тяжёлой травмы, и с тех пор продолжаю этим заниматься. Дважды сдавал плазму, а прямые переливания у меня были 8 раз. Некоторые люди думают, что ты кровь сдаёшь – и это пустяк. На самом деле, это не так – это спасение жизни тех людей, которые зависят от того лекарства, которое вырабатывается из твоей крови.

- Прямые переливания для донора переносятся сложнее чем сдача плазмы?

- Ну, как сложнее... Если ты сдаёшь плазму, ты 400 или 450 грамм сдал, затем отдыхаешь, а потом компоненты крови, от которых отделили плазму, возвращают в кровяное русло и ещё раз берут. А во время прямых переливаний, ты лежишь по 3-4 часа, когда больной на операции. Было такое, что два с половиной часа лежал, пока больному останавливали кровопотерю.

- У вас были какие-то неприятные последствия от сдачи крови?

- Нет, даже наоборот – после сдачи крови чувствую себя лучше. Медицински доказано, что доноры живут дольше, сдача крови омолаживает кровь и оздоравливает организм.

- Какие плюсы вы для себя находите в том, чтобы быть донором? Почему это важно для вас?

- Для меня важно спасение человеческой жизни.

- Какой совет вы бы дали людям, которые задумываются о том, чтобы сдать кровь?

- Не жалейте люди крови, кровь – она не водица, кровь – она всегда восполнится, а кому-то она нужна.

«Ничего страшного в этом деле нет».

Добролюбов Андрей Викторович, слесарь-ремонтник, почётный донор.

- Когда случилась ваша первая донация?

- Меня на мою первую донацию позвал Сергей Иванович где-то 30 лет назад. На протяжении десяти лет я сдавал кровь, как и положено, 40 раз, и всё. Мне сказали: «Если хотите сдавать дальше – сдавайте, а если не хотите – не сдавайте». А там, как мне врачи уже объяснили, у меня выскочила жирность в крови – ну, это, часто у доноров бывает под конец сдачи, распространённая проблема. С тех пор не сдаю.

- Может быть, вы помните, какие были эмоции у вас были при первой сдаче крови? Было волнительно или страшно?

- Да не было страшно! Единственное, не люблю, когда меня колот иглой от шприца, но тут просто голову отвернуть – кольнули, и всё. А так ничего страшного в этом деле нет.

- Почему для вас стало важно заниматься донорством?

- Помощь людям. Я отцу сдавал кровь, также мы помогали людям из Кронштадта – они пришли, сказали, мол, надо помочь. Надо значит надо – сдали кровь, нам сказали спасибо.

- Какой совет вы бы дали новичкам в этом деле?

- Не бояться! По первому разу будут брать не 400 грамм, а 250. Потом после пяти раз будут брать по 400. Быть донором полезно не только для других, но и для себя – при регулярных донациях обновляется кровь, а кроме того уменьшается риск появления тромбов.

«Если ещё раз понадобится – я всегда готов сдать кровь».

Буров Владимир Васильевич, заместитель председателя профсоюзного комитета, почётный донор.

- Как давно вы занимаетесь донорством?

- Вообще, донорством занимаюсь с 1962 года. Я занимался этим безвозмездно – в то время я начинал свою трудовую деятельность в институте Крылова, куда приезжали выездные бригады и брали кровь раз в три месяца. Затем я ушёл на срочную службу в армию, там тоже приезжали. Три года я служил, кровь сдавали – за это нам давали увольнение и обед, что было немаловажно. А после, когда я уже вернулся со срочной службы, то продолжал донорскую деятельность уже здесь, на заводе. Моя мама, тоже работница нашего завода, – как и я является почётным донором. Она была донором в блокаду. Почему? Из чувства патриотизма, да и кроме того – давали паёк в виде яичного желтка. Она-то мне и сказала в 1984: «А чего ж ты – хочешь помочь людям, иди донором профессионально!» Так в 1984 году я прошёл медкомиссию и стал сдавать профессионально. Интересный факт – не знаю, почему, но у меня всегда кровь брали именно на детскую расфасовку. В трудные 90-е годы продолжал сдавать. Зарплаты на заводе выплачивались крайне нерегулярно, а донорам за донацию давали денежное вознаграждение. Конечно, это была какая-то помощь семье, ну и какая-то инерция уже была – раз начал, надо продолжать. Прекратил я сдавать профессионально после того, как мне исполнилось 60 лет – в те годы было такое ограничение

для донора. Сейчас оно снято, важен лишь рост и вес, но тогда считалось иначе. И я перестал. Однако после этого несколько случаев было здесь, на заводе, когда, зная, что я донор, ко мне обращались люди и я ездил сдавать для них кровь. Например, для Тани Коротковой, работницы ОКБ, уже ушедшей из жизни. Потом для свекрови Наташи Алексеевой, работницы службы режима, тоже ездил сдавать. Ну, и я уже не помню для кого, раза четыре я так сдавал. И если ещё раз понадобится – я всегда готов сдать ещё, лишь бы только взяли.

- Раньше было сложнее сдавать кровь, чем сейчас?

- Мне кажется, сложнее, хотя я не особо представляю, как сейчас сдают кровь. Раньше мне назначали день сдачи крови, я должен был съездить в эпидемстанцию и взять справку, что никаких инфекционных заболеваний в квартире нет. Регулярно нужно было проходить медосмотр – нас осматривали как новобранцев.

- А расскажите, пожалуйста, что вас сподвигло на самую первую донацию?

- В комсомоле сказали, что приезжает бригада – и я, как комсомолец, пошёл на первую сдачу. Правда, с некоторыми опасениями – меня напугали, что возьмут таз, сделают надрез и будут над тазом кровь пускать. Но, слава Богу, всё обошлось. Я переносил процедуру достаточно легко – никаких головокружений и прочего, только повышенная утомляемость разве что. Но знаете, то дело, которым я занимался, оно в какой-то степени вернулось ко мне. В 2013 году я попал в аварию с женой – мне понадобилось переливание крови. Я выжил, но моя жена, которая ехала вместе со мной, погибла на месте.

- Почему, как вам кажется, важно сдавать кровь?

- Помощь людям, конечно же. Материальное обеспечение сейчас не особо существенно, как мне кажется, по сравнению с 90-ми. Поэтому сейчас только помощь людям.

- Для людей, которые задумываются о том, чтобы сдавать кровь, какой совет вы бы дали?

- Сдавать. Добро вернётся добром, понимаете. Дай Бог, чтобы этого не понадобилось людям, как в моей жизни случилось, но, если позволяет здоровье, почему бы и нет? Не бойтесь ничего, сдавайте.

В АО «Равенство» прошло обучение в рамках 223-ФЗ

С 8 по 26 апреля 2024 года в АО «Равенство» проходило обучение по организации закупок товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц в рамках 223-ФЗ для сотрудников коммерческих служб предприятия.

Закупочная деятельность организаций должна быть прозрачна, стимулировать поставщиков к участию в закупках, развивать конкуренцию. Также закон № 223-ФЗ позволяет эффективно расходовать средства и минимизировать риск злоупотребления в закупках. В связи с этим с каждым годом требования закона № 223-ФЗ ужесточаются, становятся более регламентированными. Всё это ведет к увеличению ответ

ственности сотрудников заказчика, занятых в сфере закупок, поэтому особенно важно следить за порядком разработки положений о закупках и долей стоимости контрактов, сроками подготовки и правилами планирования закупочных процедур, а также другими нововведениями.

Обучение по закупкам согласно 223-ФЗ является превентивной мерой, направленной на снижение риска применения штрафных санкций к персоналу заказчика, работающего по 223-ФЗ. Пройденное обучение будет способствовать прозрачности закупочной деятельности АО «Равенство» и минимизирует риски нарушения порядка закупок.



Внимание! «Корбка доверия»

Уважаемые сотрудники АО «Равенство»! Благодарим всех, кто оставил свои обращения в «коробке доверия» – вы помогаете в улучшении условий работы в АО «Равенство». Так как «коробка» только начала свою работу, в данный момент участники Молодёжного совета выстраивают систему взаимодействия - обращения переданы в соответствующие руки и находятся в обработке. Ответы на них будут даны в колонке майского выпуска «Устойчивый курс». Спасибо, что не остались равнодушны!



Дорогу молодым!

АО «Равенство» вновь принимает у себя юных гостей! 24 апреля 2024 года на предприятие приехали будущие электромонтёры из уже знакомого нашим читателям Промышленно-технологического колледжа имени Н.И. Путилова. Так же, как и прошлых посетителей, студентов провели в конференц-зал, где главный специалист ОПиОТ рассказала им о сфере деятельности нашего завода, а затем, по уже привычному и отработанному сценарию, ребятам провели экскурсию в заводской музей.



Члены профкома приняли участие в соревновании по дартсу



Команда членов профсоюза АО «Равенство» 3 апреля 2024 года приняла участие в соревновании по дартсу. Турнир

проходил в рамках спартакиады, организованной территориальной организацией Российского профсоюза работ-

ников судостроения Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Помимо команды АО «Равенство», также участвовали команды профсоюзов АО «Адмиралтейские Верфи», АО «Балтийский завод», ЦНИИ - 50 за бросок. За попадание в «Электроприбор», АО «Концерн «МПО-Гидроприбор» для того, чтобы удвоить количество очков сектора, необходимо попасть во внешний узкий круг, чтобы устроить – во внутренний. Круги окрашены в тивной, дружеской обстановке развивающая игра. Она подходит для всех возрастов и любого пола. Правила игры просты и понятны: за бросок шестью дробками необходи-

мо набрать большее количество очков, чем набрали игроки других команд. В центре мишени находится «яблочко», в которое дают наибольшее количество очков. За попадание в зеленый круг дается 25 очков. Для того, чтобы удвоить количество очков сектора, необходимо попасть во внешний узкий круг, чтобы устроить – во внутренний. Круги окрашены в тивной, дружеской обстановке развивающая игра. Она подходит для всех возрастов и любого пола. Правила игры просты и понятны: за бросок шестью дробками необходи-

Главный редактор: Михайлов Н.С.

Дизайнер: Бочкарёва Е.С.

Редакционная коллегия: Кондрашова Т.Б., Бочкарёва Е.С., Ковешникова Н.В., Саламонов К.А., Козлова Е.В.

Тираж: 200 экземпляров

Дата печати: 01.05.2024