



# АТОМНИК АУКРАЇНИ

№ 42 (360) 18 жовтня 2007 року

Заснована 1 грудня 2000 року

ГАЗЕТА ПРОФЕСІЙНОЇ СПІЛКИ  
ПРАЦІВНИКІВ АТОМНОЇ ЕНЕРГЕТИКИ ТА ПРОМИСЛОВОСТІ УКРАЇНИ

АТОМПРОФСПІЛКА: КОНТРОЛЬ ЗА ДОТРИМАННЯМ ТРУДОВОГО ЗАКОНОДАВСТВА

## ГЛАВНОЕ — БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧИХ МЕСТАХ

Профсоюзная организация — единственная общественная организация, которой согласно Закону Украины «Об охране труда» дано право общественного контроля за соблюдением работодателем законодательства Украины об охране труда. Общественный контроль за соблюдением законодательства об охране труда осуществляют профсоюзы, их объединения в лице своих выборных органов и представителей: общественные инспектора по охране труда, комиссии профсоюзных комитетов по охране труда, технические инспектора труда.

В 2004 году своим постановлением №П-18-6 президиум центрального комитета Атомпрофсоюза за возродил институт технических инспекторов труда. Представителем ЦК Атомпрофсоюза в городах Кировограде и Желтые Воды, пгт Смолино и с. Алексеевка был назначен автор этих строк, до этого работавший в ООО «Восток-Руда» начальником подземного участка, а также неосвобожденным председателем профсоюзного комитета ООО «Восток-Руда».

Начал свою работу с ознакомления с первичными профсоюзными организациями, входящими в состав Восточной групповой организации Атомпрофсоюза (председатель — Филиппов Б.Н.), а их на то время было — 20, в том числе и самая крупная первичная профсоюзная организация — ГП «ВостГОК». Первички расположены на территории двух областей — Днепропетровской и Кировоградской, что существенно усложняет работу инспектора. Поэтому в первую очередь были налажены деловые отношения с руководителями предприятий, организа-

ций и учреждений, входящих в состав Восточной групповой организации Атомпрофсоюза.

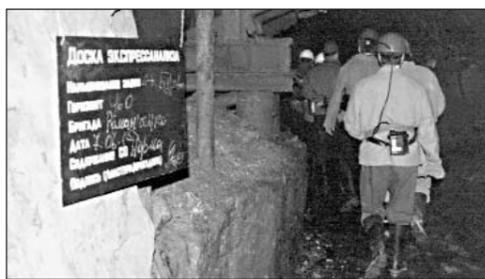
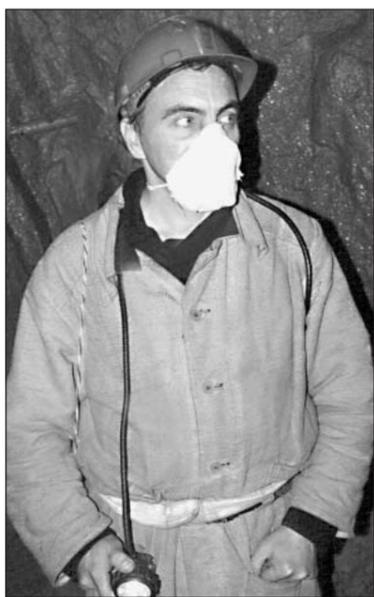
За прошедшее время принимал участие в целевых проверках состояния охраны труда на ГП «ВостГОК», ООО «Восток-Руда», СМСЧ-9, СМСЧ-17, в высшем профессиональном училище №70, УкрНИПИпромтехнологии, научно-техническом центре «КОРО», СЭС г. Желтые Воды и др. При

этом было выдано предписаний 29, выявлено нарушений 145, остановок оборудования 14. Совместно с отделами охраны труда ГП «ВостГОК», ООО «Восток-Руда» участвовал в комплексных проверках состояния охраны труда на этих предприятиях. Вследствие чего было выдано предписаний 11, выявлено нарушений 60, остановок оборудования 8. Большое значение в моей работе имеет участие в деятельности комиссий по проверкам состояния охраны труда, которые проводит Криворожское территориальное управление Госгорпромнадзора Украины (руководитель Чередищенко О.Е.) Во время этих проверок я не только выявляю нарушения в области охраны труда, но и сам учусь, как

проводит такие мероприятия у опытных работников Госгорпромнадзора. С 2004 по 2007 годы принял участие в работе 11 комиссий по проверке состояния охраны труда. Выдано предписаний 12, выявлено нарушений 70, остановок оборудования 10. Выдано два представления об отстранении от занимаемой должности руководителей участков, которые нарушали Закон Украины «Об охране труда». Один из них освобожден от занимаемой должности.

Проводится совместный контроль за соблюдением законодательства Украины о труде и об охране труда с главным специалистом правового отдела Атомпрофсоюза Охрименко И.В.

(Окончание на 2-й стр.)



„АТОМНИКУ УКРАЇНИ” ВІДПОВІДАЮТЬ:  
„ПОТЕНЦІАЛЬНИЙ „ЦИРКОНІЙ”,  
16.08.2007 року №33

## НАЙВАЖЛИВІШЕ ЗАВДАННЯ ДНВП «ЦИРКОНІЙ» — успішна реалізація плану санації та налагодження випуску конкурентоспроможної продукції

Редакції газети „Атомник України”  
Майдан Незалежності, 2, м. Київ, 01012

Міністерство палива та енергетики України розглянуло відповідно до Вашого листа від 22.08.2007 року о/к №43-р опубліковану у газеті „Атомник України” статтю „Потенційний „Цирконій” і повідомляє.

Від дня створення ДНВП „Цирконій”, тобто з 1998 року, Мінпаливенерго постійно опікується проблемами підприємства, фінансуючи проект його технічного переоснащення в рамках реалізації Комплексної програми створення ядерно-паливного циклу України. Освоєння виробництва цирконієвої та гафнієвої продукції є одним з провідних напрямів у створенні вітчизняного виробництва ядерного палива для АЕС України.

На жаль, в реальних ринкових умовах ДНВП „Цирконій” не змогло забезпечити рентабельність своєї поточної виробничої діяльності. Змушені констатувати, що підприємство досі перебуває у процедурі банкрутства (стадія санації).

Отже, найважливішим і першочерговим завданням підприємства на цей період є успішна реалізація плану санації, погодженого Мінпаливенерго 23 травня 2007 року, відновлення платоспроможності підприємства та налагодження випуску конкурентоспроможної продукції.

Мінпаливенерго, розуміючи важливість збереження майнового комплексу підприємства в частині виробництва цирконієвої та гафнієвої продукції для майбутнього створення виробництва ядерного палива в Україні, в межах своїх повноважень докладає всіх можливих зусиль для забезпечення підтримки та розвитку ДНВП „Цирконій”. Лише за 2006 рік для вирішення виробничих проблем Мінпаливенерго виділило ДНВП „Цирконій” близько 43 млн. грн., за 9 місяців поточного року виділено 21,5 млн. грн.

Однак вирішення цього завдання неможливе без активної позиції керівництва та зусиль трудового колективу підприємства.

З повагою  
Директор департаменту  
ядерної енергетики  
та атомної промисловості

Н.Ю. ШУМКОВА

МІСТО-СУПУТНИК АЕС: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

## ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР — РЕШАЮЩИЙ «ЭНЕРГОРЕСУРС»

От других видов энергетики ядерная отличается тем, что в производстве электроэнергии она использует незначительный объем природных ресурсов и живет, прежде всего, на интеллекте и высоком профессионализме персонала. Поэтому человеческому фактору в ядерной генерации электроэнергии, наращивании ее производства, при условии постоянного повышения уровня безопасности работы энергоблоков, отводится решающая роль.

Примечательно, что за прошедшее с начала этого года время в деятельности атомных энергоблоков зафиксировано в два раза меньше нарушений, нежели за два предыдущих года. Анализ коренных нарушений в работе энергоблоков АЭС за январь—июнь 2007 года засвидетельствовал об отсутствии ошибок персонала, что указывает на рост культуры безопасности атомщиков. Развитие социальной сферы в ядерно-энергетической отрасли по восходящей также определяет отношение работника к выполнению своих функциональных обязанностей. Во многом качество и надежность работы специ-

алиста-атомщика зависят от его психофизического здоровья. Этой «человеческой составляющей» ядерной безопасности, кстати, придают огромное внимание наши соотечественники. Проводимые по заказу Госкомитета ядерного регулирования Украины в этом году социологические исследования подтвердили эту «обеспеченность людей». На вопрос респондентов «Что может вызвать аварию на АЭС?», 58% из них назвали «недостаток в проектировании АЭС», 48% — «халатность, неосторожность персонала».

Причиной таких проблем могут стать, по мнению известного украинского специалиста по защите сознания, директора Центра безопасности жизнедеятельности, старшего преподавателя Межотраслевого института последипломного образования при техническом университете Харьковского политехнического университета, основателя и руководителя авторской школы выживания «Оптималист» Евгения Никитенко, негативные политические, социально-экономические, психологические процессы, происходящие в обществе и отражающиеся, в частности, на жизнедеятельности городов-спутников АЭС.

Евгений Иванович нередко бывает в г. Энергодар. Его специальные семинары для оперативного персонала Запорожской атомной электростанции, членов семей атомщиков, городских педагогов, молодежи и подростков приносят все новые плоды, обнажают большие проблемы этого особенного города. Ведь нацелены эти предельно информационно насыщенные практические занятия на избавление от деструктивного мышления, которое проявляется в различных формах девиантного (отклоняющегося от нормы) поведения — вплоть до актов агрессии. А причин для деструктивности нашего мышления сегодня — с избытком: хроническая некомпенсированная скука, психологическая усталость, различные скрытые пограничные проявления психопатологий и процессы шизофренизации. И если мы пока не имеем новых катастроф и крупных техногенных аварий, предупреждает Никитенко, то в этом огромная заслуга многих тысяч профессионалов разного уровня. Чрезвычайно добросовестные и ответственные, они еще сохраняют достаточный запас надежности, поддерживая порой ценой своего

здоровья благополучное функционирование огромного количества промышленных предприятий, объектов и технических систем в пределах устойчивой и безопасной работы, обеспечивая нас благами цивилизации.

Шоковый эффект производит уже сама вступительная лекция семинара — так много здесь ужасающей информации о масштабах и глубине деструктивных процессов в сознании наших соотечественников. Причиной таких процессов автор считает тотальную наркотизацию нашего общества и, что особенно опасно, молодежи, специалистов-технократов и их руководителей. А при хроническом недофинансировании программ, направленных на решение проблем безопасности, снижении надежности и биологического качества населения в целом и работающих в техносфере людей могут усугубиться проблемы техногенного характера. Это, заявляет Никитенко, способно породить эффект бинарного оружия, на устранение последствий которого в Украине может не оказаться ни сил, ни средств.

(Окончание на 3-й стр.)

У сфері впливу Атомпрофспілки перебувають підприємства Мінпаливенерго, МНС, Мінохорони природи, Мінпромполітики України тощо. <http://www.atomprofspilka.org.ua>

# ГЛАВНОЕ — БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧИХ МЕСТАХ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Основные нарушения, выявленные во время проверок: санитарно-бытовые условия не отвечают санитарным нормам, рабочие и служащие не в полном объеме обеспечены спецодеждой, спецобувью и другими средствами индивидуальной защиты — ВПУ №70, СМСЧ, СЭС. Руководители, специалисты не всегда проходят обучение и проверку знаний по вопросам охраны труда — ГП «ВостГок», СМСЧ, СЭС. Работодатель иногда «забывает» ознакомить под роспись рабочих и ИТР с условиями труда на рабочем месте — ГП «ВостГок», СМСЧ, СЭС. Не работает система управления охраной труда (СУОТ) на предприятиях и в организациях (ВПУ-70, СМСЧ, СЭС). Инструкции по охране труда не соответствуют «Положению о разработке инструкций...» (ГП «ВостГок», СМСЧ, СЭС).

Не может не беспокоить большое количество несчастных случаев производственного характера и профессиональных заболеваний на предприятиях, входящих в состав Восточной групповой организации Атомпрофсоюза — ГП «ВостГок», ООО «Восток-Руда». Несмотря на увеличение затрат на охрану труда, количество несчастных случаев не

уменьшается. В 2006 году на ГП «ВостГок» произошло 25 несчастных случаев, связанных с производством, что на 6 случаев больше, чем за 2005 год.

Взято на учет ГП «ВостГок» 97 случаев профзаболеваний против 76 в 2005 году. Имеются примеры необъективного расследования несчастных случаев, связанных с производственной деятельностью, — ГП «ВостГок», ООО «Восток-Руда». Бывает и такое, когда комиссия по расследованию несчастного случая обвиняет пострадавшего в происшедшем инциденте. Так было с работницей ООО «Восток-Руда» Тихоновой С.А. При расследовании несчастных случаев представителям профсоюза необходимо занимать более жесткую и принципиальную позицию, защищая интересы члена профсоюза.

Каждый второй вторник месяца мною ведется прием членов Атомпрофсоюза по личным вопросам. Уже обратились 85 человек. Вопросы самые разные — от обеспечения спецодеждой, спецобувью и другими СИЗ до проведения аттестации рабочих мест и правильности составления санитарно-гигиенической характеристики рабочего места. Совместно с главным специалистом правового отдела Атомпрофсоюза Охрименко И.В. проводи-

лись выездные приемные дни для работников Ингульской и Смоленской площадок.

Осуществляется большая работа по жалобам членов Атомпрофсоюза. Были коллективные обращения работников автотранспортного хозяйства, железнодорожного цеха ГП «ВостГок» по обеспечению спецодеждой и спецобувью — вопрос решен положительно, внесены изменения в коллективный договор работников ведомственно-военноизбранной охраны (ВВО) Желтоводской площадки — по предоставлению молока, работников ВВО Смоленской шахты ГП «ВостГок» — по выдаче лечебно-профилактического питания. Эти вопросы тоже решены положительно, работники получили льготы и компенсации за работу во вредных условиях труда. К сожалению, пока не решен вопрос по предоставлению дополнительных отпусков за работу во вредных условиях труда и за особый характер работы труженикам ООО «Восток-Руда».

Одно из основных направлений работы технического сектора труда Атомпрофсоюза — обучение профсоюзного актива по вопросам охраны труда. Согласно плану такие занятия проводятся ежегодно.

В 2006 году на базе Смоленской шахты проведен семинар профактива

на тему: «Общественный контроль за соблюдением законодательства Украины об охране труда — залог сохранения жизни и здоровья членов Атомпрофсоюза». Там же было организовано обучение общественных инспекторов по охране труда Смоленской шахты ГП «ВостГок». В сентябре 2007 года осуществлена выездная учеба профсоюзного актива первичных профсоюзных организаций, входящих в состав Восточной групповой организации Атомпрофсоюза. Не проведено обучение общественных инспекторов по охране труда всех первичных профсоюзных организаций, входящих в состав Восточной групповой организации Атомпрофсоюза. Это задача №1 для меня на ближайшее будущее.

В заключение хочется отметить, что создание института технических инспекторов труда Атомпрофсоюза положительно отражается на работе профсоюзных организаций по контролю за соблюдением собственником норм и правил по охране труда, это позволяет поднять общественный контроль за состоянием охраны труда на более высокий уровень.

**Виталий СКУБА,**  
главный специалист —  
технический инспектор  
труда Атомпрофсоюза

## МІЖНАРОДНІ АТОМНІ КОНТАКТИ

**«Продовження терміну експлуатації енергоблоків АЕС. Оцінка технічного стану та управління старінням обладнання і кабельних виробів»**

Під такою назвою у Києві відбулася міжнародна конференція. В її роботі взяли участь близько 100 спеціалістів-атомників з України, Росії, Чехії, Словаччини та Швеції.

Тема конференції є актуальною не лише для українських фахівців, а й для зарубіжних, адже нині продовження експлуатації енергоблоків стало міжнародною тенденцією в практиці експлуатації атомних станцій, — наголосив, відкриваючи форум, перший віце-президент з економічної політики і корпоративного розвитку ДП НАЕК «Енергоатом» Микита Константинов. Він зауважив, що роботи з продовження експлуатації проводяться в усіх країнах, які експлуатують ядерні установки, і особливу увагу цьому питанню надає МАГАТЕ.

Продовження експлуатації енергоблоків АЕС України є пріоритетним державним завданням і відображено в «Енергетичній стратегії України на період до 2030 року», якою передбачено продовження терміну експлуатації блоків на 15 років. Микита Константинов підкреслив, що всі роботи будуть виконуватися відповідно до національних норм безпеки з урахуванням міжнародної практики МАГАТЕ, а також відзначив вагому допомогу цієї авторитетної міжнародної організації в розробці української нормативної документації з продовження експлуатації.

Пілотними в Україні щодо продовження експлуатації є енергоблоки №1,2 РАЕС і енергоблок №1 ЮУАЕС, проектний термін експлуатації яких вичерпується в період з 2010 до 2012 років. На майданчиках АЕС уже створено відповідні підрозділи, розроблено нормативну документацію, узгоджену регулюючим органом (ДКЯРУ), роботи сплановано і забезпечено необхідним фінансуванням.

Микита Константинов повідомив присутнім, що сьогодні завершується обстеження обладнання на енергоблоці №1 Рівненської АЕС, де особлива увага приділяється оцінці таких критичних елементів, як корпус реактора, внутрішньокорпусні пристрої, обладнання головного циркуляційного контура, приміщення і споруди. У виконанні цих робіт беруть участь не лише провідні організації України, а й організації Росії (ОКБ «Гідропрес») та Чеської Республіки (Інститут ядерних досліджень м. Ржеж).

Відповідно до вимог Держкоматомрегулювання продовження терміну експлуатації енергоблоків здійснюється на основі переоцінки безпеки. Як зауважив перший віце-президент «Енергоатома», для пілотних енергоблоків Рівненської АЕС розпочато розробку звіту з переоцінки безпеки, з висновками якого буде обґрунтовано безпечний термін їх подальшої експлуатації.

## НОВИНИ ЕНЕРГОАТОМА

### Енергоблоки №3 і №4 Хмельницької АЕС доцільно будувати на базі проекту ВВЕР-1000

Реактор російського виробництва ВВЕР-1000 за своїми технічними й економічними характеристиками та рівнем безпеки є найбільш ефективним для використання при спорудженні нових енергоблоків №3 і №4 Хмельницької АЕС. Такого висновку дійшли члени Науково-технічної ради ДП НАЕК «Енергоатом» на своєму засіданні 10 жовтня.

«Зі свого власного зарубіжного досвіду скажу, що необхідно встановлювати той тип енергоблока, під який були запроєктовані його будівельні конструкції. Крім того, енергоблок ВВЕР-1000 повністю відповідає українським вимогам ядерної безпеки», — сказав на засіданні виконавчий директор з виробництва ДП НАЕК «Енергоатом» Віктор Стовбун.

Будівництво енергоблоків №3 і №4 було призупинено в 1990 році після встановлення Верховною Радою мораторію на будівництво нових АЕС на території України. На сьогодні будівельна готовність енергоблока №3 ХАЕС становить 75%, №4 — 28%. При спорудженні будівельних конструкційних енергоблоків було освоєно 17% їх загальної проектної вартості. За словами спеціалістів НАЕК «Енергоатом», для можливості спорудження на енергоблоках №3 і №4 ХАЕС інших реакторів, окрім ВВЕР-1000, необхідно знести існуючі будівельні конструкції, на що додатково знадобиться близько 1 млрд. гривень.

Як вважає директор Державного науково-інженерного центру систем контролю і аварійного реагування Людвіг Литвинський, істотними перевагами, що свідчать на користь вибору ВВЕР-1000 при спорудженні енергоблоків №3 і №4 ХАЕС, є економічність реактора російського виробництва, потреба в меншому проміжку часу для завершення будівництва енергоблоків, а також наявність в Україні необхідної інфраструктури поводження зі свіжим та відпрацьованим ядерним паливом, яке використовується на діючих енергоблоках ВВЕР.

Окрім того, за висновками фахівців НАЕК «Енергоатом», можливість використання при будівництві енергоблоків №3 і №4 ХАЕС інших реакторів зарубіжного виробництва обмежується відсутністю транспортної інфраструктури для перевезення комплектуючих, відсутністю досвіду їх експлуатації в Україні та невідповідністю вимогам вітчизняної нормативно-правової бази у сфері ядерної безпеки.

Разом з тим члени Науково-технічної ради ДП НАЕК «Енергоатом» вважають за необхідне розглянути можливість спорудження в Україні зарубіжних легко-водяних реакторів, зокрема, реакторів AP-1000 виробництва американської Westinghouse та EPR-1600 виробництва французької AREVA, на інших майбутніх енергоблоках.

Як раніше повідомили керівники ДП НАЕК «Енергоатом», спорудження зарубіжного легко-водяного реактора американського, європейського або корейського виробництва планується, зокрема, на енергоблоці №4 Южно-Української АЕС.

За попередніми висновками фахівців Компанії, прогнозована середня вартість будівництва в Україні енергоблока на базі ВВЕР-1000 становить близько 1,67 млрд. дол., AP-1000 — 2,15 млрд. дол., EPR-1600 — 4 млрд. дол.

Енергетична стратегія України на період до 2030 року передбачає спорудження енергоблоків №3 і №4 Хмельницької АЕС до 2016 року.

Відповідно до проекту «Стратегії розвитку ядерно-енергетичного комплексу України на період до 2030 року» в Україні планується побудувати 15 нових енергоблоків АЕС.

## СОЦІАЛЬНЕ СЕРЦЕ КЕРІВНИКА

### ВІН ЗАЛИШИВ ДОБРУ ПАМ'ЯТЬ

14 жовтня минуло 100 років від дня народження першого директора виробничого об'єднання «Підніпровський хімічний завод» (м. Дніпродзержинськ) Михайла Прокоповича Аношкіна, з ім'ям якого пов'язане створення уранового виробництва в Україні.

Михайло Прокопович залишився в пам'яті заводчан та міських жителів легендарною особистістю, талановитим керівником, надзвичайно простою і навдивовижу чуйною людиною. Кредом його керівництва було: «усе в ім'я людини». З ним пов'язаний найкращий період розвитку не лише виробництва, а й соціально-побутового розвитку міста: будівництво спортивного комплексу (одного з найкращих в Україні), палацу культури, закладів оздоровлення та відпочинку тощо. Ці роки згадують на колишньому ПХЗ із щемним відчуттям ностальгії, особливо з огляду на сьогоднішнє вкрай тяжке становище підприємства.

Днями в Дніпродзержинську відбулися урочистості, приурочені роковинам. Було проведено міжнародний тенісний турнір (на збудованих колись Аношкіним кор-



На знімках (зліва праворуч): останній директор ВО ПХЗ Юрій КОРОВІН і директор ДП «Бар'єр» Валентин МОСКАЛЕНКО; Представник Атомпрофспілки Тамара ФЕДОРЕНКО і донька М.П. АНОШКІНА — Катерина ШЕРШНЬОВА



тах), участь у якому взяли, крім спортсменів українських атомних підприємств, працівники Калінінської, Білоярської АЕС (Росія), відкрито меморіальну дошку Михайлу Прокоповичу Аношкіну на проспекті, що названий його ім'ям, а також відбувся вечір-зустріч ветеранів та працівників ПХЗ. Ініціатором цих заходів виступила Дніпродзержинська об'єднана організація Атомпрофспілки, яка також оголосила добродійну акцію для встановлення по-

груддя М.П. Аношкіну. Проблема — у зібранні необхідних коштів, а це 200 тисяч гривень. Міська рада уже виділила 50 тисяч гривень. Профспілка звернулася до директорів підприємств колишнього ПХЗ, щоб накопичити усю суму потрібних коштів. А поки що збирають усією громадою: в установлену на прохідній заводу скриньку роблять грошові внески зі своєї платні працівники та ветерани ПХЗ.

**Фотоінформація Лілії СОКОЛОВОЇ**



Голова профкому ЗАТ ДЗМД Валерій СИДОРЕНКО



Працівники і ветерани Придніпровського хімічного заводу

# ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР — РЕШАЮЩИЙ «ЭНЕРГОРЕСУРС»



(Окончание.  
Начало на 1-й стр.)

Ведь национальная независимость и суверенитет страны определяются еще и тем, насколько суммарный потенциал экологически опасных производств и объектов в государстве обеспечивается необходимым количеством специалистов и людей, принимающих решения (ЛПР) с ясным, трезвым сознанием, гарантирующим нам и соседям безопасность жизни и здоровья. Но исходя из опыта общения лидеров школы «Оптималист» с аудиториями разных уровней, эффективно защищать свое психическое здоровье большинство людей не умеет. Особенно наглядно, считает Никитенко, это прослеживается в коллективах атомных станций и жителей городов энергетиков. Негативные процессы (политические, социально-экономические, психологические и другие) в такой профессиональной среде непосредственно отражаются на качестве и надежности деятельности персонала АЭС.

Если в семье оператора или начальника смены блока кто-либо имеет серьезные проблемы с наркозависимостью, то высокой надежности деятельности от таких специалистов ожидать не приходится. Невозможно, заступив на смену, отключить сознание от семейных, родительских проблем. Сейчас в городах энергетиков часть молодежи потребляет алкоголь, табачные изделия и даже наркотики, имеет доступ ко всем соблазнам западноевропейской цивилизации. Обыденным явлением среди многих из них стало употребление нелегальных наркотиков.

Состоявшийся по результатам семинаров Никитенко третий общегородской «круглый стол», который транслировало местное телевидение, приобрел широкий общественный резонанс. В его работе приняли участие не только участники семинара, педагоги, психологи, но и руководство горисполкома Энергодара.

— Участники «круглого стола» признали семинары весьма эффективными, — говорит Евгений Иванович. — Многим «семинаристам» удалось покончить с вредными привычками, улучшить отношения с окружением, решить ряд психологических проблем.

**«АУ»: — Какие же психологические проблемы характерны именно для работников АЭС?**

**Е.Н.:** — Они жалуются на высокий уровень утомляемости, стрессогенности. Среди них весьма распространена привычка «расслабляться» с помощью алкоголя, курения. А это, конечно же, не решает проблемы, а лишь «загоняет» их глубже. Подростки от 12 до 18 лет преимущественно жаловались на слабое здоровье, проблемы с учебой и тоже на быструю утомляемость.

**«АУ»: — Приведите, пожалуйста, самые яркие примеры такого «освобождения» участников от проблем.**

**Е.Н.:** — Вот очень дорогое для меня «выпускное сочинение» нашей «семинарстки», матери четырех детей, которая страдала от тяжелой алкогольной зависимости. Она никак не могла решить эту проблему. А в ходе семинара ей удалось это сделать. Показателен пример одной молодой женщины, которая после приема тайских таблеток для похудения еще больше усугубила свою проблему и была на грани суицида. Ее состояние не позволяло ей посещать семинар, поэтому я провел с ней три индивидуальных занятия, в ходе которых передал ей технологию управления своим психологическим состоянием. Как мне недавно сообщили из Энергодара, ее состояние нормализовалось.

**«АУ»: — Почему вы выбрали именно Энергодар?**

**Е.Н.:** — Меня пригласил сюда и посдействовал организацией семинара для горожан сотрудник одного из местных предприятий. Он посещал мой семидневный семинар по коррекции зрения в 2003 году в городе Сумы, где тогда работал. В ходе занятий он не только улучшил зрение, но и избавился от алкогольной проблемы, у него улучшилась работа сердца, которое его беспокоило. Ведь на всех этих семинарах участники учатся управлению не только своими эмоциями, мыслями, но и своим здоровьем в целом, повышать адаптационные возможности своего организма.

**«АУ»: — Каким же образом?**

**Е.Н.:** — В основе системы — вербальная аутокоррекция психического состояния, то есть, с помощью слова, которое обращено к самому себе. Это не лечение, не целительство. Здесь не используется ни гипноз, ни медитация, нет никакого вторжения в подсознание. Осуществляется самоанализ, самодиагностика, самоконтроль, психологическая саморегуляция, элементы самовоспитания. Это психолого-педагогическая система, базирующаяся на таких «китах» отечественной исследовательской мысли, как система психологической коррекции, как система перепрограммирования сознания известного психофизиолога Геннадия Шичко и система словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием Георгия Сытина. И новое направление, научно-практическое — комплекс технологий руководства здоровьем. А укрепить свое здоровье желают многие жители города энергетиков. Семинар, призывали на «круглом столе», помог участникам лучше концентрировать свое внимание, быстрее находить правильное решение в экстремальных ситуациях, уменьшить количество ошибок. Кстати, ряд работников предприятий города смогли благодаря семинару распрощаться с тяжелой алкогольной зависимостью.

**«АУ»: — К сожалению, среди черноморцев распространено мнение, что алкоголь, якобы, выводит из организма радионуклиды. Этим оправдывают свое пьянство. Но ведь спирт — растворитель, и поэтому он растворяет и разрушает не только неорганические, но и органические вещества, из которых построены ткани организма.**

**Е.Н.:** — О том, что «алкоголь имеет радиопротекторные свойства», заявил в свое время по телевидению академик Морозов. Эту ошибку, осознанно или неосознанно, начали распространять практикующие врачи. На научной конференции, которая состоялась в Киеве в 1990 году, ученые обратили внимание на эту «неточность» в заявлении

академика Морозова. Оказывается, для того, чтобы спирт приобрел радиопротекторные свойства, в нем должно быть не менее 44 атомов водорода, как в легучем спирте батиоле. А в этиловом спирте всего шесть атомов водорода (C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH). Поэтому для защиты от радиации понадобилось бы выпить накануне облучения приблизительно 10 литров чистого спирта, что несовместимо с жизнью. Ведь после первого же литра наступит «летальный исход» — огромное количество просто не поглотится. Уже восемь граммов на килограмм веса является смертельной дозой. Тем более преступно распространять эту чушь сегодня, когда организмы черноморцев (и работников АЭС) более ослаблены по сравнению с обычными людьми, а их психика более подвержена пагубному воздействию наркотических веществ (каким, собственно, является алкоголь). Это, безусловно, тема отдельного разговора, ведь наш харьковский Центр безопасности жизнедеятельности входит в структуру Международной академии трезвости (денаркотизации). Создание такой академии поддержано правительствами более десяти стран Европы. Украинское отделение, по решению президиума академии, создано в Харькове. Я руководитель украинского отделения, сооснователь и руководитель проблемно-отраслевого отделения «управление здоровьем».

**«АУ»: — Будет ли какое-то продолжение у ваших семинаров в Энергодаре?**

**Е.Н.:** — По итогам «круглых столов» было принято решение о создании в городе Центра безопасности жизнедеятельности по программе моей авторской школы выживания «Оптималист». Одной из функций центра будет подготовка специалистов, которые могли бы работать по этой программе. Особое внимание будет уделяться информационной безопасности с целью защиты сознания. В частности, от необъявленной информационно-психологической войны против граждан с использованием электронных и печатных СМИ, рекламы, где используются подпольные и неосознаваемые методы подачи информации, в том числе пресловутый «25-й кадр» и ряд других психологических и технических средств и методов. Для этого необходимо осуществить переход от уровня обыденного сознания на уровень оптимального мышления. Этот тип мышления обеспечивает решение сложнейших проблем и задач в экстремальных условиях наиболее экономным путем.

**«АУ»: — Возможно, стоит воспользоваться западным опытом решения подобных проблем?**

**Е.Н.:** — Эта проблема чрезвычайно остро стоит и в такой благополучной стра-

не, как США. К примеру, в 1987 году американские специалисты-атомщики знали о Чернобыльской катастрофе почти все. Казалось бы, были проанализированы все факторы и причины, приведшие к трагедии. Однако по результатам проверки работы персонала американских АЭС только за 1987 года на американских станциях в результате различных неполадок было произведено 430 экстренных остановов реакторов. Персонал АЭС допустил 432 нарушения установленных норм эксплуатации. Более того, в апреле 1987-го обследование персонала самой крупной в США АЭС Теннесси Вэли Оторити показало, что 14 из 26 (!) операторов и рабочих употребляли наркотики. На АЭС в штате Пенсильвания все операторы были найдены сидящими в зале управления в то время, как реактор работал на полную мощность. В Украине, которая уже не первый год находится в состоянии хронического системного кризиса, положение на предприятиях атомной энергетики несопоставимо более тяжелое, чем в США, по всем показателям. А мировая практика говорит о том, что примерно 60% всех техногенных аварий и катастроф происходит из-за ошибок человека. Поэтому ведущие специалисты в области безопасности работы предприятий атомной энергетики в Европе и Америке пришли к пониманию того, что основой оптимальной базовой надежности действий персонала является полная трезвость. Добиться полной трезвости на подобных техногенно опасных объектах — сверхзадача «Оптималиста» и моя лично.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

не, как США. К примеру, в 1987 году американские специалисты-атомщики знали о Чернобыльской катастрофе почти все. Казалось бы, были проанализированы все факторы и причины, приведшие к трагедии. Однако по результатам проверки работы персонала американских АЭС только за 1987 года на американских станциях в результате различных неполадок было произведено 430 экстренных остановов реакторов. Персонал АЭС допустил 432 нарушения установленных норм эксплуатации. Более того, в апреле 1987-го обследование персонала самой крупной в США АЭС Теннесси Вэли Оторити показало, что 14 из 26 (!) операторов и рабочих употребляли наркотики. На АЭС в штате Пенсильвания все операторы были найдены сидящими в зале управления в то время, как реактор работал на полную мощность. В Украине, которая уже не первый год находится в состоянии хронического системного кризиса, положение на предприятиях атомной энергетики несопоставимо более тяжелое, чем в США, по всем показателям. А мировая практика говорит о том, что примерно 60% всех техногенных аварий и катастроф происходит из-за ошибок человека. Поэтому ведущие специалисты в области безопасности работы предприятий атомной энергетики в Европе и Америке пришли к пониманию того, что основой оптимальной базовой надежности действий персонала является полная трезвость. Добиться полной трезвости на подобных техногенно опасных объектах — сверхзадача «Оптималиста» и моя лично.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

**«АУ»: — Трезвость — и только?**

**Е.Н.:** — Для реального повышения и предсказуемости в деятельности руководителей и персонала АЭС необходимо вести мониторинг всех факторов, разрушающих психику человека, ослабляющих процессы мышления, а также анализировать их взаимосвязь и взаимообусловленность. И самое главное, необходимо сделать доступным и обеспечить освоение наиболее эффективных средств повышения качества, количества и надежности психического и психофизического здоровья каждым специалистом. Все совокупные затраты в этой сфере профессиональной деятельности дают наиболее быстрый результат в повышении надежности и безопасности работы объектов атомной энергетики.

Марина КАЗБАН

**От редакции:** когда этот материал уже был отдан в печать, пришло печальное известие о преждевременной внезапной кончине Е.И. Никитина. Выражаем глубокое соболезнование родным и близким покойного.

## ФОРМУЛА САМОУБЕЖДЕНИЯ

1. Я спокойный и уравновешенный человек.
  2. Я умею расслабляться в работе с глазами и во время отдыха.
  3. Я стремлюсь к восстановлению своего здоровья и зрения.
  4. Я навсегда разрушу программу ношения очков, табачного отравления в своем сознании.
  5. Алкоголь, табак, плохое зрение — это мое плохое самочувствие, болезни, слепота, старость, ранняя смерть.
  6. Трезвость, естественное раздельное питание, расслабление и упражнения для глаз — это моя молодость, красота, надежное здоровье, превосходное зрение и жизнь.
  7. Мои глаза становятся лучистыми, яркими, зоркими, чистыми.
  8. Я вижу и далеко и близко мельчайшие детали.
  9. Я часто моргаю и прикрываю глаза.
  10. Я даю отдых моим глазам 5—7 минут каждый час.
  11. Я каждый день чувствую улучшение моего здоровья и зрения.
  12. Солнце и естественный свет — друзья моих глаз.
  13. Я навсегда прекращаю травить себя наркотическими ядами, носить очки, которые калечат мои глаза, отравлять себя пищей.
  14. Мое здоровье укрепляется, мое зрение восстанавливается.
  15. Впереди у меня прекрасная здоровая жизнь и отличное зрение.
- ЖИЗНЬ — ЗРЕНИЕ — ЖИЗНЬ**

**Предлагаем читателям оригинальный текст антиалкогольной и антитабачной анкеты Геннадия Шичко, которые заполняют ежедневно слушатели семинаров. Анкеты рекомендуется писать вечером перед сном. Таким образом сознание «запускает» глубинный самоанализ проблемы и начинает замену деструктивной программы на положительную. Включаются механизмы саморегуляции и адаптации. Анкеты рекомендуется писать в течение трех месяцев (а для достижения стойкого положительного результата — шести месяцев).**

### ДНЕВНИК АЛКОГОЛЬНЫЙ

Описание событий прошедшего дня проводится ежедневно перед сном под копиру с тем, чтобы иметь у себя копию и периодически перечитывать ее.

#### Форма ведения дневника

1. Фамилия, имя, отчество.
2. Дата заполнения.
3. Отношение к спиртному. В случае срыва надлежит подробно описать все связанное с ним: причины, побудившие выпить, название и количество выпитых изделий, самочувствие до и после выпивки, последствия, оценка своего поведения, реакция близких.
4. Пребывание в компании пьющих, самочувствие и поведение в ней.
5. Отношение к предложению употребить алкоголь, к соблазнам и алкогольной ситуации, алкогольным заведениям.
6. Отношение к пьяницам и алкоголикам.
7. Употребление спиртного во сне.
8. Мысли о спиртном.
9. Программа дальнейшего отношения к спиртным изделиям.
10. Алкогольные и трезвеннические убеждения.
11. Проясненность сознания.
12. Угасание привычки к употреблению алкоголя.
13. Угасание потребности в алкоголе.
14. Переживания, вызванные воздержанием от потребления спиртного, их проявления, выраженность, угасание.

15. Отношения к пьяным, виду и запаху спиртного, алкогольным заведениям.

16. Физическое самочувствие (недомогание, сон, аппетит и т.п.).

17. Психическое самочувствие (настроение, мысли, желания, эмоции).

18. Моральное самочувствие (отношение к собственным поступкам, удовлетворенность своим поведением, взаимоотношения с другими).

19. Взаимоотношения с родственниками, друзьями, товарищами по работе в связи с переходом к трезвому образу жизни.

20. Впечатления от проведенного занятия (просьбы, неясные вопросы).

21. Самостоятельная работа, содействующая избавлению от алкогольной зависимости (чтение конспектов, дневников, соответствующей литературы, просмотр телепередач, критическое осмысление пьяного прошлого, проведение пропаганды за здоровый образ жизни и т.д.).

22. Взаимоотношения с другими слушателями курсов.

23. Настроенность на трезвость на завтрашний день.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** В дневнике обязательно указывать порядковый номер.

### ДНЕВНИК ТАБАЧНЫЙ

Дневник заполнять перед сном.

#### Форма ведения дневника

1. Фамилия (псевдоним), имя, отчество.
2. Дата.

3. Число затяжек, курений (сигарет — папирос) в течение дня.

4. Пребывание в накуреном помещении и среди курильщиков, самочувствие в такой обстановке.

5. Число пассивных курений.

6. Отношение к курящим.

7. Мысли о курении.

8. Курение во сне.

9. Курительные соблазны и соблазнитель.

10. Переживания, вызванные отсутствием курева или отказом от курения и их содержание.

11. В случае срыва — подробное описание всего связанного с ним: самочувствие перед срывом во время и после курения. Оценка случившегося.

12. Программа дальнейшего отношения к табачным изделиям.

13. Курительные и противокурительные убеждения.

14. Проясненность сознания.

15. Выявленность привычки к курению (угасание, всплески и т.д.).

16. Угасание потребности в табачном дыме.

17. Взаимоотношения с родственниками, друзьями и сослуживцами в связи с нашим отказом от курения.

18. Впечатления от проведенного занятия, критические замечания и пожелания в адрес руководителя по повышению эффективности занятий.

19. Дополнительные сведения, которые по вашему мнению помогут более эффективно избавиться вас от курения.

20. Ваш детальный план на завтрашний день (предстоящий период) в отношении курения или некурения.

«На грани» засыпания и пробуждения утром Евгений Никитенко рекомендует писать от руки вот такие формулы самоуверения, которые ускоряют формирование программы здоровья и активной творческой жизни. Приводим текст для кор-

## ДОЗВІЛЛЯ АТОМНИКІВ

ОТ КРАСОТЫ КАРПАТСКИХ ГОР  
ЗАХВАТЫВАЛО ДУХ

По инициативе начальника управления по обеспечению функционирования объектов ЧАЭС Сергея Мартынова и при поддержке директора Группы управления проектом «План осуществления мероприятий на объекте «Укрытие» (ГУП ПОМ) Лорина Додда 13 октября делегация представителей ЧАЭС и ГУП ПОМ совершила восхождение на Говерлу, самую высокую горную вершину украинских Карпат.

Раннее утро 13-го встретило в Карпатах группу из Славутича низкой облачностью и холодным, морозящим дождем, переходящим в снег, но никто не отказался от восхождения, хотя оно не обещало быть легкой прогулкой.

Туристическая база, где мы остановились, находится на высоте 1300 метров. До вершины каких-то 800 метров, но сам маршрут растянулся на 3,5 километра постоянного подъема, с небольшим плато (так называемой малой Говерлой).

Первый участок прошли в сказочном лесу. По-другому сказать о

дремучей красоте вековых смерек просто нельзя. Ощущение нереальности присутствовало постоянно. Маленькие елочки, припорошенные снегом, ютились рядом с пышными елями, которым не хватало блестящих игрушек и разноцветных гирлянд, чтобы превратиться в новогодних красавиц.

Где-то внизу был слышен шум воды: это река Прут берет здесь свое начало. Из леса вышли в заросли можжевельника. Идти стало труднее. Здесь уже чувствовался холодный ветер вперемешку со снежной крупой. Подъем становился все круче и круче. Без дополнительной опоры в виде лыжной палки или собственных рук продвигаться вперед было проблематично.

На плато — малой Говерле — ветер был уже шквальный. Шли практически в облаках. И лишь когда увидели перед собой памятный вертикальный обелиск, поняли, что мы на вершине.

Видимость не более 10 метров. Казалось, что ветер дует со всех сторон сразу. Куртки покрыв-



лись инеем, а волосы превратились в снежные сосульки. Но чувство глубокого удовлетворения и гордости, что мы все-таки это сделали, несмотря на плохую погоду, было выше усталости. Одно досадно — мы не увидели панораму Карпат.

Развернули флаг ЧАЭС. Сфотографировались на память и пошли вниз. Спустившись на малую Говерлу, убедились, что погода в горах — дело непредсказуемое: первый раз выглянуло солнце и в образовавшемся разрыве облаков появились горы. Когда прояснилось окончательно, от открывшейся картины просто захватывало дух. Даже ради этих минут здесь стоит побывать.

Вечером за ужином Лорин Додд поделился впечатлениями: «Когда человек подводит итоги своей жизни, он не вспоминает, сколько заработал денег и накопил имущества — он вспоминает хорошие и добрые моменты своей жизни, которые грели душу, которые выше материальных благ. После сегодняшнего восхождения у меня в жизни стало на один такой момент больше. Большое спасибо, что пригласили меня участвовать в этом походе, я получил огромное удовольствие». Лучше сказать трудно.

Александр КУПНЫЙ  
Фото автора

## АТОМНИКИ-ЛИРИКИ

## КЛЕНОВЫЙ ЛИСТ

Подобрал Октябрь убранство, И, куда ни бросишь взгляд, В праздничном наряде царском Клены стройные стоят. Ветер теплый, ветер южный Кружит золотом листья. Постоят спокойно нужно, Насмотреться красоты. Как она соизмерима Давней трепетной мечте. Красота, что правит миром, Не подвластна суете. А мечта, как сказка, вечна И спокойно ждет свой час. Как природа человекна. Словно создана для нас. Облака в зените тают. Солнце смотрит с высоты. Клены тоже понимают Быстротечность красоты. Но сейчас они ликуют. Торжествует мысль одна: И когда еще задует Та холодная зима! Лист упал ко мне на плечи, Словно выбился из сил. И шепнул мне: «Человече! Посмотри, как я красив!» Я секрета не открою: Он об этом не просил. Но листочек взял с собою И на память сохранил.

Валентин СЕРЫХ

## ДОБРОГО ЗДОРОВ'Я

## П'ять продуктів для вашого мозку

Учені дійшли висновку, що продукти, котрі корисні для серця, так само корисні й для мозку.

Дослідники вважають, що найрозумнішими людьми стають від журавлини. Дієта, головним компонентом котрої є журавлина, поліпшує пам'ять.

## ПОВІДОМЛЯЄ ІНФОРМАЦІЙНО-АНАЛІТИЧНА ГРУПА ДСП „ЧОРНОБИЛЬСЬКА АЕС“

## «Сенсації», замешанні на беззастенчивій лжи

Іменно такою «сенсацией» являється сюжет, показаний в програмі «За вікнами» на СТБ 8 жовтня 2007 року. В сюжеті розповідається о том, як просто було журналістам «пронести взривчатку на режимний об'єкт».

Тщательно просмотрев видеозапись программы, можем заявить следующее: место, показанное в сюжете как «место проноса взрывчатки», на самом деле находится... за пределами охраняемой территории Чернобыльской АЭС. Таким образом, о «проникновении» не может быть и речи.

Здесь следует обратить внимание еще на одну деталь: согласно данным группы организации визитов ГСП ЧАЭС, журналисты СТБ в последний раз посетили территорию, прилегающую к станции, еще в марте 2007 года. Поразительно, как долго и старательно они молчали, имея на руках «скандальный» материал!

Более того, доподлинно известно, что, согласно заявке предприятия «Чернобыльинтеринформ», в частности предлагающего экскурсионные туры в Зону отчуждения, журналисты Оксана Яковенчук и Антон Степюк посетили исключительно территорию, прилегающую к ЧАЭС, и смотровой павильон об'єкта «Укрытие», находящийся за пределами охраняемого периметра станции. Проще говоря, на Чернобыльской АЭС они не были, а лишь побродили вокруг нее. Но точно так же они могли побродить и вокруг любой другой

АЭС Украины — для этого им даже не надо было бы ехать в Чернобыльскую зону.

И в заключение. В погоне за «сенсационностью» канал СТБ поместил 11 октября интервью с ведущим проекта Богданом Кутеповым, в котором журналист с особой гордостью отмечает, что благодаря его программе был снят с должности генеральный директор ЧАЭС Игорь Грамоткин. К сожалению для «разоблачителей и правдолюбцев» и эта информация явно искажена. «За вікнами» вышла в эфир глубоким вечером 8 октября, когда приказ об отстранении директора от должности уже был подписан министром МЧС Нестором Шуфричем. При этом журналисты как-то «не заметили» даты подписания приказа. Оно и понятно: в стремлении, чтобы все было «как у больших», авторы проекта не стеснялись обманывать зрителя и, за отсутствием подлинных сенсационных расследований, довольствуются продуцированием фальшивок.

Есть еще один немаловажный аспект проблемы. Показанный на СТБ сюжет является грубым нарушением ряда положений ядерного законодательства.

Принимая во внимание все изложенное выше, руководство ГСП ЧАЭС требует извинений от телекомпании СТБ и авторов проекта, а также размещения правдивой и адекватной информации о деятельности ГСП ЧАЭС. В противном случае предприятие оставляет за собой право обращения в судебные инстанции.

Друге місце після журавлини посідає чорниця. Ця ягода має ті самі властивості, що й журавлина, але плус речовини, котрі поліпшують зір.

Третє місце поділили між собою буряк і капуста. Слідом за овочами йде жирна риба. Такі сорти риби, як лосось, сардини і оселедець, містять жирні кислоти, котрі розщеплюють шкідливі ферменти. Дослідження довели:

якби хоча б раз на день вживати один із сортів жирної риби, можна істотно знизити ймовірність захворювань.

Почесне п'ять місце у рейтингу «розумної» їжі належить шпинату. Вчені встановили, що шпинат уповільнює негативні процеси у нервовій системі, спричинені старінням, а також перешкоджає виникненню порушення пізнавальних здібностей.

## ВИСЛОВИ ДО ЧАСУ

## Держава і влада

● Держава є інструментом політиків влади для здійснення визначеного ними суспільно-політичного устрою країни.

● Від дня зародження держави, як органу диктатури та примусу, людина і влада знаходяться у конфлікті. Проте такі стосунки не лише формують їх, а й розвивають суспільство. Головне, щоб у їхніх правовідносинах була відповідальність за наслідки дій кожного з них.

● Етапи державотворення засвідчують: коли правителі зневажливо ставляться до народу, настає занепад царств, розпад князівств та імперій, знищуються країни.

● Мудрі вожді нації завжди вважають суспільні інтереси вищими від особистих, за що нащадки канонізують їх у святих.

● Конституція має гарантувати жінці місце у триаді президент — спікер — прем'єр. Без жінки державо-владці будуть чубитися, політики маятися, а народ страждати. Із введенням такої конституційної норми політики приречені домовлятися, жінка займе своє крісло у державному тріумвіраті, а Україна підтвердить свій демократичний вибір.

● Політика і влада без жінки, як сім'я без матері.

● У ситуації, коли політики ще не визріли, їх законодавча діяльність підпорядкована власним амбіціям, інтересам, а не народу, країну може врятувати Президентська республіка, і це не шлях до диктатури, а до відповідальності. Адже усвідомлений крок назад краще двох навромацки вперед.

● Боротьба за владу не є справжнім віддзеркаленням моралі її учасників.

● Для здобуття влади потрібні віддані тобі люди, але створювати органи влади лише з них — не що інше як стати на шлях її знищення.

● Закон — це не лише регулятор стосунків суб'єктів правовідносин. Закон — це і пута, рамки поведінки, за межі яких не можна виходити, щоб не оступитися. Шануй закон, але пам'ятай, що єдиним джерелом влади є народ. Отже, ти є і законотворець. Скористайся своїм правом.

● Влада не нянька, не розраховуй на неї. Будь самодостатнім.

● Сівши у воза, не думай, що доїхав.

● Не засуджуйте молодь у її вчинках. Вона є такою, якою ми її зробили своїми діями або бездіяльністю. Треба владі взяти на себе відповідальність і змінити стиль її життя на краще.

## Лідер і команда

● Не можна говорити людям неправду, але правда не завжди має бути публічною.

● Арифметична більшість — це самообдурення і ніщо інше. Її насправді у високоцивілізованому, насправді демократичному суспільстві не може бути. Справжня парламентська більшість — це коли за справедливе рішення голосують ліві та праві, опозиціонери і провідні депутати. Саме тоді найбільш виважені закони приймаються на користь своїх виборців, свого народу, а не чийогось блоку чи партії або олігарха.

● Хочеш встигнути — не поспішай.

● Вулиця дає політику успіх, але він швидко спливає, якщо за ним не починається кропітка, плідна праця.

● Справжнє обличчя підлеглого узнаєш тоді, коли він перестає ним бути.

● Дійсний авторитет керівника, як людини, підтверджується лише тоді, коли він залишив свою посаду.

● Якщо ти не починав упізнавати життя у вирі звичайного людського середовища, на вершині влади ти його не впізнаєш, яким воно є насправді. Не відчують і люди твоєї справжньої турботи про них, хоч би як ти цього хотів.

● Бійтеся задолізів, якщо насправді хочете мати успіх.

● Політик — «мігрант», що жінка, яка зрадила чоловікові раз і вже не може уникнути наступної зради. Бійтеся таких.

● Вір, але обов'язково перевіряй, кому 100-відсотково довіряєш.

● Не зазіхай на чуже, свого не матимеш.

● Критика, як повітря, потрібна публічній людині.

## Людські стосунки і мораль

● Пам'ятай, Господь Бог усе бачить і кожному віддає належне, якщо не на землі, то на небесах. Не допусти, щоб твоя душа здохла вічні муки.

● Знання визначають освіченість людини, але вони ніщо, якщо залишаються лише знаннями.

● Якщо не вмєш цінувати себе — когось не зможеш.

● Ніколи не жалій себе, якщо хочеш бути успішним та щасливим.

● Краще вчитися «тонкощів» життя у звичайному вулику простих людських душ, ніж у тих, які називають себе елітою.

● Кожна жінка — чийсь щастя, вмій знайти його.

● Не перебирай чийсь кістки, свої збережеш.

● Помста — віддзеркалення психіки. Схильність до помсти — шлях до самогубства.

● На зло відповідати злом може лише психічно неурівноважений.

● Випита зайва чарка може миттєво змінити про тебе враження і для поновлення його знадобиться час.

● Не стрибай у воду, не знаючи дна.

● Мамо, а що я маю робити, коли заміж вийду? Чоловіка кохати, доно, чоловіка кохати, щоб не утік із хати.

● Щира порада — це людська доброта. Але що робити, маєш вирішувати сам.

Борис ВОЛОШИН



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

Адреса редакції: 01012, Київ, Майдан Незалежності, 2.  
Газета «Атомник України»

Головний редактор  
Микола ПЕТРИЧЕНКО  
Телефон/факс: 278-88-35  
E-mail: atomnik@union.kiev.ua  
http://www.atomprofspilka.org.ua

Газета виходить щотижня  
Індекс — 21766

За точність викладених фактів відповідальність несе автор  
Редакція листується з читачами лише на сторінках газети  
При передруку посилання на «Атомник України» обов'язкове

Свідоцтво про реєстрацію  
КВ № 4480 від 21.08.2000 року  
Газета віддрукована у ВАТ «Видавництво «Київська правда»: 04136, Київ-136, вул. Маршала Гречка, 13.  
Замовлення 3493 Тираж 5100  
Ціна договірною