

# «Энергия жизни для Своих»

«Россети Урал» при поддержке Департамента внутренней политики Свердловской области запустили первую корпоративную программу абилитации для сотрудников – участников специальной военной операции и их семей



Основные цели программы – обучение техникам саморегуляции в стрессовых обстоятельствах

Инициатива направлена на успешную интеграцию в трудовой коллектив и общество работников, завершивших службу. Участникам предстоит пройти многоступенчатую программу абилитации, которая охватывает персональную и групповую психологическую помощь, а также оздоровительные практики, направленные на восстановление физического и эмоционального равновесия.

Основные цели программы – смягчение проявлений посттравматического стрессового расстройства, выработка позитивного взгляда на будущее, обучение техникам саморегуляции в стрессовых обстоятельствах, а также создание позитивной атмосферы и поддержки через командное взаимодействие и помощь.

Проект реализуется при экспертной поддержке управляющего партнера HR-лидера **Ольги Чебыкиной** и осуществляется по рекомендациям Сверд-

ловского областного союза промышленников и предпринимателей и Уральской торгово-промышленной палаты.

**Артём Кислицин**, инженер Артёмовских электросетей свердловского филиала, ветеран боевых действий СВО:

– Благодаря этому проекту я стал лучше понимать себя, свои эмоции и свои чувства. Узнал, как преодолевать негативные ситуации. Помощь специалистов помогает нам постепенно вливаться в мирную социальную сферу: развиваться, ра-



ФОТО: ПРЕДОСТАВЛЕНО «РОССЕТИ УРАЛ»

ботать, взаимодействовать и общаться с людьми уже на новом уровне.

**Наталья Балдова**, заместитель генерального директора-руководитель аппарата «Россети Урал»:

– Эти люди прошли сложный путь, выполнили важную задачу. И теперь от нас зависит создание среды поддержки. В рамках программы участники заново знакомятся с собой, со своим близким окружением, ищут внутренние ресурсы и внешние возможности выстра-

ивания конструктивных взаимоотношений – в семье, в трудовых коллективах. Мы очень рады, что программа нашла отклик, потому что впереди нам предстоит большая работа, и мы очень надеемся, что сегодняшние участники станут для нас опорой в работе со следующими бойцами, возвращающимися с СВО.

**Мария ОВЧИННИКОВА**, начальник отдела психофизиологического обследования «Россети Урал»

## Морозный экзамен

← Начало на стр. III

При нарушении нормального режима работы оборудования принимаются меры к предотвращению развития технологического нарушения, ликвидации аварийного положения и восстановлению нормального режима работы. Все это направлено на безаварийную работу оборудования энергообъекта и надежное электроснабжение потребителей.

«Дружить с электричеством» я начал еще в школьные годы, – признается **Рамиль Алиулов**. – Как и все мальчишки, увлекался радиотехникой. Любил ремонтировать сломанные электроприборы. «Чинил» все, что попадалось под руку: начиная от радиоприемника и заканчивая телевизором. Сейчас понимаю, что это было не просто хобби, а первый шаг к моей будущей профессии.

Поэтому после окончания школы, не раздумывая, решил выучиться на электромонтера и подал документы в профессиональное училище. Учеба давалась легко, но для того, чтобы хорошо освоить специальность, одной теории было мало. Поэтому на производственной практике я оттачивал те-



«Дружить с электричеством» Рамиль Алиулов начал еще в школьные годы

орию, полученную в учебном заведении.

В 1989 году пришел устраиваться на работу в Серовские электрические сети. И с тех пор, на протяжении 37 лет, работаю здесь электромонтером, в настоящее время – на переключательном пункте 220 кВ «Сосьва», который обеспечивает надежное электроснабжение градообразующего предприятия Серовского муниципального округа – Надеждинского металлургического завода, а также потребителей Серово-Богословского энергоузла.

Мне приятно, что сын решил пойти по моим стопам и то-

же стал электромонтером. Я считаю, что энергетика – это люди дела, а не разговоры. Если у человека нет заинтересованности в работе по специальности, он быстро уйдет из профессии. У меня интерес к электричеству появился с детства и не угасает до сих пор, поэтому моя работа доставляет мне удовольствие и я горжусь, что выбрал профессию энергетика.

**Александр ОРЛОВ**, начальник ситуационно-аналитического центра «Россети Урал»

### КОНТРОЛИРУЙ ПОТРЕБЛЕНИЕ!

В связи с наступлением морозов энергетики напоминают жителям Свердловской области о необходимости контролировать потребление электроэнергии.

Специалисты несколько раз в день анализируют показатели на питающих центрах, линиях электропередачи и трансформаторных подстанциях. Чтобы не допустить превышения нагрузки, специалисты компании постоянно следят за потреблением.

Особое внимание уделяется тем энергообъектам, что расположены в активно застраиваемых пригородах, где нет газа, – это Полевской, Сысертский и Белоярский районы. Там раньше случались перебои из-за превышения разрешенной мощности.

Энергетики напоминают всем жителям: следите за суммарной мощностью всех включенных одновременно приборов и не превышайте значения, которые указаны в документах о подключении.

Если вы понимаете, что превышаете свою разрешенную мощность, подайте заявку на ее увеличение. Сделать это можно через портал ТП.РФ. А если хотите правильно рассчитать, сколько вам нужно мощности, воспользуйтесь онлайн-калькулятором на сайте компании.

Напоминаем, что по всем вопросам электроснабжения можно позвонить по бесплатному номеру

☎ 8 (800) 220 0 220

с мобильного – по короткому номеру

☎ 220 (МегаФон, МТС, Билайн, Т2),

или написать в Telegram по номеру

☎ 8 (912) 29 01 220.

На сайте «Россети Урал» [rosseti-ural.ru](http://rosseti-ural.ru) есть интернет-приемная. Там же есть сервис для сообщений об отключениях. Просто заполните форму и сообщите энергетикам о проблеме.

