

Опыт/

Безопасное пространство

В АО «Башнефтегеофизика» развернули массовую вакцинацию сотрудников от COVID-19

Что тут говорить, охватившая мир пандемия коронавируса никого не обошла стороной: если удалось не заболеть самому, то страха и тревоги за близких натерпелись все без исключения. В группе компаний АО «Башнефтегеофизика» сумели выстроить надежную систему защиты работников от инфекции и уже в январе приступили к массовой вакцинации коллектива. Первым в компании привился генеральный директор Рустем Адиев.

Татьяна КРУГЛОВА

На переднем крае

Список желающих сделать прививку от коронавируса на предприятии начали составлять еще до того, как в республику прибыли первые дозы препарата «Спутник V». Уже тогда, в декабре, добровольцев набралось около четырехсот человек.

К вакцинации в компании подходят очень серьезно. Пандемия многое поменяла в сознании людей, научила более ответственно относиться к своему здоровью и думать об окружающих. До 1 июня ставим задачу охватить иммунизацией всех, у кого нет противопоказаний, — рассказывает руководитель службы промышленной безопасности, охраны труда и окружающей среды — главный инженер Рихат Шаррафудинов.

Возглавляемая Рихатом Шаррафудиновым служба оказалась на переднем крае борьбы с инфекцией еще в марте. Когда по всей стране объявили карантин и многие организации приостановили работу, распустив людей по домам, «Башнефтегеофизика» позволила себе этого не могла. Если встанет серьезная компания, которая оказывает весь комплекс услуг предприятиям нефтегазового сектора, — встанут и они. Значит, в первую очередь нужно было думать о том, как сохранить здоровье работающих — а это, считая вместе с филиалами, порядка семи тысяч человек.

У нас очень большое количество полевого персонала, люди трудятся и вахтовым, и сезонным методом, проводя в суровых условиях севера по три-шесть месяцев подряд, — поясняет Рихат Шаррафудинов. — Поэтому первоочередным было не допустить, чтобы в партию попал хоть один инфицированный. Мы сразу же начали обеспечивать сотрудников масками, антисептиками и другими средствами защиты, продумали комплекс антиковидных мероприятий, которые выполнялись на сто процентов. Например, перед вылетом на удаленный объект вахтовики трижды сдавали тест на коронавирус в период обследования и только потом, если результат был отрицательным, отправлялись к месту работы. Для всех подразделений приобрели бактерицидные рециркуляторы, установили тепловизоры для автоматического измерения температуры у всех входящих, при входе в центральный офис поставили дезинфицирующую арку.

Антиковидные инспекторы появились на предприятии с начала лета: были выделены сотрудники, которым поручили следить за соблюдением санитарных мер на рабочих местах. Они не только проверяли самочувствие коллег утром перед работой, но и в течение дня проходили по кабинетам с термометрами, выявляя заболевших, а также выдавали сотрудникам защитные маски. По примеру оперштабов регионов с самого начала в компании стали вести собственную статистику заболеваемости, которая ежедневно обновляется: сколько человек под-



На предприятии сотрудников вакцинируют без отрыва от производства. // Фото предоставлено АО «Башнефтегеофизика».

хватили вирус, сколько выздоровели, сколько пока лечатся. Так, по данным на конец февраля, в целом по «Башнефтегеофизике» отмечено чуть более 500 случаев заболевания коронавирусом, двоих сотрудников, к сожалению, спасти не удалось. Сейчас кривая заболеваемости резко пошла вниз. Во многом, считают на предприятии, это связано со стартом массовой иммунизации.

Вопрос самосознания

Надо сказать, что вакцинация для сотрудников «Башнефтегеофизики» — дело привычное: ежегодно они прививаются от гриппа, от клещевого энцефалита. Однако в таком масштабе прививочная кампания развернута здесь впервые.

Мое четкое убеждение: мы должны понимать, зачем нужна прививка, — обратился к коллективу генеральный директор предприятия Рустем Адиев. — Прежде всего это вопрос самосознания. А сейчас именно вакцина — единственное средство борьбы с пандемией коронавируса. Поэтому лучше привиться всем, кто не имеет противопоказаний.

Как уже было сказано, Рустем Явдатвич первым проверил вакцину на себе, сделав прививку еще в ноябре. Все прошло успешно, организм отреагировал правильно, выработав высокий уровень антител. Вслед за ним привились все его заместители и центральный аппарат управления. С 20 января началась массовая вакцинация сотрудников — первый компонент препарата «Спутник V» получили в тот день сразу 215 человек.

Я сам уже сделал оба компонента, 20 января и 10 февраля. Еле дождался, когда пройдет десять дней: не терпелось быстрее сдать тест на антитела, проверить результат, — признался Рихат Шаррафудинов. — Оказалось, что уровень антител у меня 15 — такой же, как если бы я переболел ковидом в тяжелой форме. После введения препарата оба раза я действительно чувствовал себя не очень хорошо — сильно болели мышцы, навалилась слабость, но на второй день все как рукой сняло. Я считаю, лучше потерпеть два дня небольшое недомогание и приобрести защитные антитела, чем переболеть тяжелой пневмонией и получить другие опасные осложнения, да еще поставить под угрозу жизнь и здоровье близких.

Вакцинация на предприятии организована по всем правилам. За два дня до введения препарата всех добровольцев на всякий случай тестируют на ковид и проверяют наличие антител. Вакцинируют сотрудников без отрыва от производства, в специально оборудованном кабинете.

Перед прививкой каждого вновь осматривает терапевт; на случай, если кому-то станет плохо, рядом находится сотрудник «скорой помощи», которая дежурит здесь уже полгода. Впрочем, практика уже показала, что в экстренной помощи необходимости нет: не было ни одного случая резкого ухудшения самочувствия, аллергии или анафилактического шока. После инъекции человек еще в течение получаса находится под наблюдением медиков, а на следующий день имеет право отлежаться дома.

Мы сейчас плотно сотрудничаем с фимской поликлиникой № 46: она выделяет необходимое количество доз и в назначенный день направляет к нам на объекты бригаду в составе двух врачей и медсестер. Стараемся выбирать для вакцинации дни ближе к концу недели, чтобы за выходные люди успели восстановиться, — замечает собеседник.

На данный момент в компании привиты уже 627 человек. Добровольцев пока еще очень мно-

Говорят сотрудники

Альбина ШАМСУАРОВА, ведущий специалист департамента по управлению персоналом:

— У меня в семье многие переболели ковидом, в частности, моя мама, и я видела, как тяжело протекает эта болезнь, никому не пожелаешь. А «Спутник V» мне посоветовали родственники, живущие в Америке. Сказали, что вакцина очень хорошая и, если бы у них была такая возможность, они бы сделали только ее. Поэтому, когда на предприятии началась вакцинация, я записалась в числе первых.

Первый этап, надо сказать, перенесла довольно тяжело, пару дней держалась высокая, до 38,6, температура, зато вторую прививку совсем не почувствовала. А самое приятное началось потом: я стала без опаски выходить в людные места. Даже в кинотеатр сходила, где не была уже очень давно. Могу наконец позволить себе и фитнес-центры, не думая при этом, что подвергаю опасности себя и близких. Это действительно очень большое облегчение. Но все равно, конечно, и маску надеваю, и антисептик ношу при себе: лучше перестраховаться, чем недосмотреть.

Вадим ФИЛИППОВ, ведущий специалист службы промышленной безопасности и охраны труда:

— Вакцинируюсь каждый год — от гриппа, клещевого энцефалита, поэтому сомнений никаких не было: защитить себя от ковида надо. После введения первого компонента на следующий день была температура 37,1 и общая слабость, но уже наутро от недомогания не осталось и следа. Второй этап прошел вообще без симптомов. Теперь, конечно, доволен. Вместе с коллегами проверили уровень антител — у всех высокий, выше, чем если бы мы переболели коронавирусом. Супруга пока без прививки — кормит грудью, но летом, думаю, тоже сделает. По крайней мере, я порекомендую.

Наталья ОГУРЦОВА, специалист по охране труда ООО НПП «Геостра» (дочернее Общество):

— Вакцинация далась мне тяжело: после введения первого компонента поднялась температура. На второй день осталась небольшая ломота в мышцах, а к вечеру я уже была как огурчик. После второго компонента мое состояние стабилизировалось быстрее. Сейчас уверяю вакцинироваться и маму. Она пока колеблется, но, думаю, все-таки сумею ее убедить. Могу сказать всем — ничего страшного в этой прививке нет, зато будете знать, что если и заразитесь, то перенесете болезнь без тяжелых последствий. Кстати говоря, мы уже поняли на собственном опыте, что чем человек моложе, тем более бурно реагирует его организм на вакцину. А кому за 50, те в основном никаких неприятных ощущений не испытывают.

го: большинство прекрасно понимает, что победить вирус можно только одним способом — с помощью вакцин сформировать коллективный иммунитет. Как и где, есть, конечно, и те, кто настроен против прививок, боится, сомневается. Но люди смотрят на своих коллег, и после очередной волны вакцинации желающих защитить себя прибавляется.

В минувшую пятницу прививки сделали еще 140 сотрудников предприятия, в том числе вахтовики: теперь перед отправкой на рабочие объекты им не придется сидеть две недели на observации. Хочется уже и на море поехать, и маски снять, говорят уставшие от вынужденных ограничений геофизики. Конечно, соблюдают все меры предосторожности: все равно придется — вокруг еще очень много тех, кто пока не привит. Но для своих работников в компании создали безопасное пространство: люди могут не опасаться, что принесут инфекцию с работы домой.

Конкурсы/

Выбираем спорт

На звание «Трезвое село» претендуют 54 деревни, по одной из каждого района республики

Презентовали свои проекты первые семь конкурсантов — представители Альшеевского, Архангельского, Аскинского, Аургазинского, Балтачевского, Белебеевского, Белокатайского районов. Их оценила экспертная комиссия, в состав которой вошли представители профильных министерств и ведомств. Мероприятие прошло в Госсовете Республики Башкортостан.

Жанна МИРОНОВА

— Участники уверенно борются за победу в этом конкурсе. Главное, конечно же, не победа, а то, что участие в конкурсе объединило всех жителей села, сплотило в поиске новаций и стимулировало творческую активность. В рамках конкурса были проведены интересные мероприятия, и участники делились своим опытом. Они рассказали нам, что некоторые мероприятия, организованные на республиканском этапе, впрямь будут проводиться ежегодно, — отметила Эльвира Аиткулова, председатель Всемирного културта башкир.

Делегация Белокатайского района из деревни Нижнеутяшево выступила в единой форме. Как рассказали активисты, женщины деревни посещали дома, где нелегально продавался алкоголь, и вели разьяснительные беседы с людьми. В итоге все они дали расписки,

обязуясь не торговать алкоголем. Также в районе эффективно действует социально-профилактический центр, работающий с неблагополучными семьями, трудными подростками.

— Если мы победим на республиканском этапе, то приобретем оборудование для спортивных площадок, тренажеры, — рассказала глава сельского поселения Розалия Дильмухаметова.

В селе Кундашлы Балтачевского района алкоголь не продается, на прилавках нет даже

пива, рассказал глава сельского поселения Ильгиз Сахипов. Сельсовет издал специальное постановление, запрещающее продажу спиртных напитков.

Делегацию Аскинского района возглавил глава администрации района Ришат Дихин. Здесь учрежден собственный призовой фонд для муниципального этапа: победитель получил 200 тысяч рублей, особо активным участникам районного этапа тоже были выделены денежные призы.

Как сообщила делегация из Аургазинского района, в селе-победителе муниципального этапа Таштамаке также перестали продавать спиртное. Это заслуга участкового оперуполномоченного, религиозных деятелей, а также общественных активистов села.

Еще один участник конкурса, Абзанов Архангельского района называет себя «спортивным селом»: здесь проходят лыжные соревнования на клубок

заслуженного учителя РБ Раиса Файзуллина, а волейбольная команда считается одной из сильнейших в районе. Из десяти семей, состоявших до этих пор на учете как пьющие, пять встали на путь исправления, поделились активисты села.

В селе Ташлы Альшеевского района также уделяют большое внимание спорту. Каждый год здесь организуется кросс в память о погибшем в Чечне односельчанине Байне Нафикове.

На публичной защите конкурсанты представили видеопрезентации своей деятельности в рамках конкурса и ответили на вопросы членов жюри. После защиты финалиста предстоит еще один этап — с 10 по 20 марта состоится народное голосование. Победителей конкурса «Трезвое село-2020» объявят 25 марта. Будет выбрано 12 по четырем категориям, зависящим от размеров населенных пунктов. Победители получат дипломы правительства Республики Башкортостан, а также сертификаты на право включения в программы благоустройства населенных пунктов министерства жилищно-коммунального хозяйства РБ и Государственного комитета РБ по транспорту и дорожному хозяйству.

ЗОЖ/

Все познаётся в движении

В этом уверены энтузиасты спортивно-досугового центра

Нередко приходится слышать сетования молодых агидельцев: практически нигде провести досуг, нет в городе кинотеатров и клубов по интересам. А вот те, кто постарше, свою нишу нашли. Ежедневно, по вечерам, они держат путь в спортивно-досуговый центр, на занятия клуба «Активное долголетие».

Андрей НИЧКОВ

Скоро два года, как отсчитывает он свою недолгую пока историю. Во многом произошло это благодаря перебранным из Ижевска в Агидель супругам Владимиру и Татьяне Порсевым. Владимир, большой энтузиаст здорового образа жизни, не пожалел времени на обход необходимых учреждений, создал группу таких же подвижников, и вскоре начались первые занятия. Тогда же перешла в клуб из ДЮСШ тренер Лилия Гусманова.

— Не раздумывала, наоборот, была так рада! — вспоминает Лилия Флюсовна. — Ведь я закончила Уральский университет физической культуры, имею диплом по адаптивной физкультуре. Где, как не в работе с пожилыми, можно полноценно реализовать полученные знания?

Популярность клуба росла стремительно, и сегодня он объединяет 80 человек — доволно внушительная цифра для небольшого городка. Занимаются акваэробикой в бас-

сейне, учатся правильно дышать, а также осваивают оздоровительную ходьбу и курс специальных упражнений «Здоровая спина».

— Ходьба — именно оздоровительная, не путайте со скандинавской, — уточняет Лилия Гусманова. — Разница существенная. Ходить по скандинавски нужно правильно, под контролем специалистов. Иначе можно очень себе навредить. Мы же практикуем пешее хождение на десять, двадцать, для наиболее подготовленных — на тридцать километров по окрестностям. Привалы, товарищеское чаепитие у костра — домой люди возвращаются помолодевшими и жизнерадостными. А чтобы избежать непредвиденных неприятностей, Владимир Порсев за день-два до похода проходит маршрут сам. Поэтому неудивительно, что для многих занятия в клубе стали делом семейным.

И еще, члены клуба — неизменные участники всех городских мероприятий, их ждут на праздниках и акциях. Примечательно: идут в клуб не только пенсионеры. Эрнесту Идрисову, скажем, немного за сорок. А Габдулла Салимгареев буквально на днях отметит восьмидесятилетие. У большинства с возрастом накопились хронические болячки. Здесь помогают о них забыть. Отступающий коронавирус все же не обошел стороной и членов клуба. Но те, кто не пропускает занятия, перенесли напасть сравнительно легко. В основном же вовсе не болели.

— Конечно, пандемия существенно повлияла на работу клуба, — продолжает собеседница. — На помощь пришли видеуроки, заменившие контактные занятия. У нас процесс прерывать не рекомендуется. Зато восстанавливается подвижность суставов, заметно улучшается общее самочувствие, стабилизируется давление. Подтверждением тому хотя бы то, что члены клуба успешно сдают нормы ГТО в своих возрастных категориях, а Владимир Поснев и Василья Ахметянова стали обладателями золотых знаков.

Еще одна изюминка клуба — балльные и народные танцы. Их стали изучать по общему желанию, положительных эмоций и здоровья они прибавляют весомо. А держать в тонусе мозг помогают интеллек-

туальные игры. Вообще, постоянное обновление, разнообразие занятий стали здесь правилом. Чтобы стали они еще интереснее и полезнее, Лилия Гусманова продолжает

повышать свой уровень — постоянно проходит онлайн-обучение. Все это не мешает заниматься любимой легкой атлетикой, завоевывать призовые места в беге. А недавно она открыла для себя триатлон. Вот что Лилия Флюсовна перелада нашим читателям.

— Девиз «Движение — это жизнь» известен еще с античности. Человек своей природой создан для движения, активного времяпрепровождения. Тем, кто хочет жить дольше, сохраняя при этом здоровье, просто необходима гимнастика, прогулки. Лучше это делать с друзьями, в группе, ведь командный дух вещь великая. Такие клубы, где работают специалисты, сегодня созданы повсюду. Поверьте, жизнь можно изменить в лучшую сторону в любом возрасте, было бы желание.

Многого в клубе не хватает, если говорить об оснащении — мячей-фитболов, бодибаров (проще — гимнастических палок), спортивных матов. Самая большая мечта — велосипеды. Все придет, главное, есть стремление к заветным целям. Имя им — здоровье и долголетие.

г. Агидель.



Участники клуба практикуют пешие походы на расстояние до 30 километров. // Фото предоставлено автором.