

Серия решений для ЦБП

Разработчик программного обеспечения для промышленности — группа компаний «Цифра» — анонсировала серию решений для целлюлозно-бумажной промышленности, базирующихся на платформе Zifra Industrial IoT Platform (ZIIoT).

Новинки призваны заменить системы автоматизации, которые ранее на российский рынок поставляли зарубежные компании. С помощью продуктов на базе платформы ZIIoT предприятия ЦБП могут снизить число незапланированных простоев, повысить качество продукции и ритмичность работы, а также выстроить процессы диспетчеризации на производстве. На базе платформы можно организовать выполнение задач персонала, диспетчеров, специалистов служб технического обслуживания, аналитиков, специалистов по качеству, энергетиков и руководителей предприятия.

«Цифровая трансформация с использованием платформы ZIIoT позволит предприятиям лесопромышленного комплекса России достичь больших успехов, в том числе в глубокой переработке древесины, произвести импортозамещение используемых программных продуктов. Как правило, первые результаты от внедрения платформенного решения достигаются в течение полутора лет после старта работ», — пояснил генеральный директор ГК «Цифра» Сергей Емельченков.

Новое применение

В Швеции идут испытания экологически чистого асфальтового покрытия, в котором часть битума на основе ископаемого топлива заменена крафт-лигнином.

Лигнин, обладает значительным потенциалом в качестве устойчивого материала. Сегодня он используется в основном в качестве связующего вещества в химической промышленности и, прежде всего, в различных видах клея. Но, возможно, его более широкое использование, поскольку фенольная структура лигнина превосходна в качестве основы для химикатов и сырья, которые в настоящее время основаны на ископаемых.

Лигнин также используется в течение нескольких десятилетий, в том числе, в качестве диспергатора для бетона и гипскартона, в качестве связующего вещества для стабилизации дорог и корма для животных.

Сейчас появился лигнин второго поколения — крафт-лигнин, доступный в твёрдой форме, предлагающий множество новых применений.

Примерно четверть дерева состоит из лигнина, а это значит, что надо стремиться максимально эффективно использовать лесное сырьё. Лигнин может заменить ископаемые материалы и способствовать переходу на экологически чистые технологии.

По информации сайта <https://lesprominform.ru>

БУМАЖНИК

стр. 3

ШАНС ПОБЕДИТЬ ЕСТЬ У КАЖДОГО!

15 октября состоялись соревнования по настольному теннису среди бумажников. Своими впечатлениями делятся организаторы и участники турнира.

стр. 4



ВЫЙТИ ЗА РАМКИ КОМФОРТА

О том, как проходил II Форум работающей молодёжи Пермского края нам рассказывает его непосредственный участник.

■ Слово специалисту

ДЕЛИЛИСЬ ОПЫТОМ И ЭНЕРГИЕЙ

13 и 14 октября в Соликамске прошла Российская научно-практическая конференция «Актуальные проблемы энергетики. Импортозамещение. Энергоёмкость. Энергоэффективность. Собственные источники энергии. Возобновляемая энергетика – 2022».

Конференция была посвящена важной для энергетиков нашего региона дате — 25-летию создания Ассоциации энергетиков Западного Урала (АЭЗУ). Газета «Бумажник» попросила поделиться впечатлениями о конференции члена ассоциации, директора по энергообеспечению и энергоэффективности АО «Соликамскбумпром» **Дмитрия Александровича Яшина**:

— За 25 лет существования АЭЗУ проведена не одна конференция. Все они были по-своему интересными и полезными. Эта научно-практическая конференция собрала специалистов в то время, когда происходят кардинальные изменения в мировой экономике, в энергетике. Важно



Директор по энергообеспечению и энергоэффективности АО «Соликамскбумпром» Д. А. Яшин знакомит участников конференции с энергообъектами предприятия

было обменяться опытом решений актуальных для отрасли задач.

На конференции обсуждали также ветровую генерацию, зелёную энергетику — темы, которые до недавнего времени были самыми актуальными. Сегодня же на первый план вышли более насущные проблемы, обусловленные

политико-экономической ситуацией в мире. Тем не менее, о новых научных разработках в этих направлениях интересно было узнать.

— **Дмитрий Александрович с каким докладом Вы участвовали в работе конференции?**

— На конференции мною был представлен доклад

о проведённой АО «Соликамскбумпром» работе по созданию собственных источников энергии с небольшим историческим экскурсом, сравнительными данными. Мы продолжаем идти по пути развития, чтобы оставаться конкурентоспособными на рынке. О нашем опыте, о нашей истории развития я и рассказал коллегам в своём докладе.

Продолжение на стр. 2

■ Актуально

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

В Соликамске стартовала неделя здорового питания. Здоровье человека индивидуально и во многом определяется образом жизни, привычками, экологией. Особую роль для нашего здоровья играет питание.

Как правильно питаться, чтобы оставаться здоровым, об этом рассказывают специалисты Центра общественного здоровья и медицинской профилактики Соликамского филиала:

Проблема здорового питания в России стоит очень остро и является социально значимой.

По статистике Института питания РАМН: 60% женщин и 50% мужчин старше 30 лет в нашей

стране страдают избытком веса. Ожирение и сопутствующие ему заболевания значительно сокращают жизнь человека. При избыточной массе тела необходимо в первую очередь изменить свой режим питания, сделав его более рациональным для организма. Но помимо этого, для профилактики ожирения необходимо кардинально менять и образ жизни. Активный образ жизни, умеренность в еде, занятия физкультурой, сбалансированный рацион

питания — это залог здоровья и долголетия.

ТОП-5 привычек в еде, от которых лучше избавиться:

1. Выбирать продукты только потому, что они «полезные».
2. Заглядывать в холодильник ночью и ужинать перед сном.
3. Всегда доедать до конца.
4. Отказываться от завтрака.
5. Есть на ходу.

По материалам сайта: <https://adm.solkam.ru>

■ Городские новости

Целое столетие

В 2022 году Центральная детская библиотека г. Соликамска, или всеми известная — «Библиотека Кота в сапогах» празднует своё 100-летие!

1922 — год образования детской библиотеки. Тогда посещаемость была 25 человек в день. На сегодняшний день, библиотеку в день посещают 70 человек.

За годы существования библиотека развивалась, получила статус «Центральной», неоднократно становилась «Библиотекой года», победителем в различных проектах муниципального и краевого значения.

Историю библиотеки, интересные факты и прочую информацию можно прочитать на страничке библиотеки, которая стала победителем Всероссийского конкурса среди библиотек РФ, обслуживающих детей — «Лучшая страничка для детей в социальной сети».

Поздравляем сотрудников, юных и взрослых читателей Центральной детской библиотеки с этим юбилеем! Желаем и дальше показывать достойный уровень библиотечного дела, сохранять и приумножать книжную сокровищницу.

Хранители природы

Дирекцией особо охраняемых природных территорий Пермского края в 2022 году объявлен конкурс рисунков и видеороликов «Хранители природы».

Конкурс посвящён юбилейным датам — 80-летию создания системы особо охраняемых природных территорий (24 января 1943 г.) и 5-летию природного парка «Пермский» (31 января 2018 г.).

Конкурс проводится с целью формирования экологической культуры и активной жизненной позиции к проблемам уязвимости уральской природы, вопросам сохранения редких и находящихся под угрозой исчезновения видов растений и животных Пермского края.

Сроки проведения конкурса: 20 октября — 20 декабря 2022 года.

В процессе конкурса будет проведён отбор работ с целью организации выставки «Хранители природы».

Подробнее в положении конкурса: <https://adm.solkam.ru/about/info/news/31534/>.

Сообща, где торгуют смертью

С 17 по 28 октября в СГО проходит второй этап общероссийской антинаркотической акции «Сообща, где торгуют смертью».

Если у вас имеется информация о местах хранения и сбыта наркотиков, наркопритонах и лицах, распространяющих запрещённые вещества. Сообщите об этом в период с 17 по 28 октября в отделение по контролю за оборотом наркотиков отдела МВД России по СГО по телефонам: 6-07-25, 8-999-363-62-43, либо можете сообщить всю имеющуюся информацию в любое время по телефонам дежурной части: 02, 102, 6-07-02. Анонимность гарантируется.

По материалам сайта: <https://adm.solkam.ru>

■ Слово специалисту

ДЕЛИЛИСЬ ОПЫТОМ И ЭНЕРГИЕЙ

Продолжение. Начало на стр. 1

После доклада прибавилось число участников конференции, проявивших интерес к экскурсии в АО «Соликамскбумпром», желающих ознакомиться именно с нашим опытом. Если учитывать потребности предприятия по теплу и электроэнергии, то наше предприятие одно из самых мощных, энергоёмких производств города.

— Где именно побывали специалисты, приехавшие к нам на экскурсию?

— Коллегам интересно было побывать на таком большом комплексном энергохозяйстве, как ООО «Соликамская ТЭЦ», которое обеспечивает энергией и АО «Соликамскбумпром», и теплом всю северную часть города Соликамска, где проживает около пятидесяти тысяч жителей. На участке ТММ древесно-массного производства внимание наших гостей привлекли, прежде всего, двигатели мощностью 17–19 мегаватт. Потому что некоторые коллеги трудятся на предприятиях, вся мощность которых меньше, чем мощность одного такого двигателя.

Самый большой интерес вызвали новые газопоршневые агрегаты. Такое оборудование в крае пока только у нас. Коллегам хотелось увидеть его в работе. Было задано



Директор ООО «Соликамская ТЭЦ» С.А. Гуральник отвечает на вопросы участников экскурсии

много технических вопросов, мы на все постарались ответить.

— Дмитрий Александрович, а Вас какие темы конференции особенно заинтересовали?

— Мне было интересно услышать, как сейчас живут и работают наши компании, после ухода из страны большинства европейских компаний. У нас много оборудования зарубежных фирм, официальные представительства которых в России сегодня закрыты. Надо понимать, как в этих новых условиях поддерживать работоспособность предприятия, где можно найти замену

запасных частей, каким образом организовать обслуживание. Коллеги делились своим опытом, поставщики оборудования предлагали определённые программные продукты, причём замены можно подобрать в режиме онлайн.

Опыт импортозамещения, поставок, закупки электрооборудования, запчастей, программного обеспечения в новых условиях интересны и полезны сегодня всем без исключения предприятиям. Было, что взять на заметку.

— Каковы, на Ваш взгляд итоги конференции? Как сегодня специалисты оценивают

роль своего профессионального объединения?

— Ассоциация энергетиков Западного Урала создавалась 25 лет назад, когда был острый дефицит информации о работе профильных компаний и профессионального общения. Она играет и сегодня важную роль в жизни энергетической отрасли региона. В создание ассоциации вложен огромный труд. Сегодня, правда, больше общаемся с помощью новых интернет-технологий.

Инициативу проведения Международной научно-практической конференции по актуальным проблемам энергетики мы с энтузиазмом поддержали. Это очень хорошее продолжение традиций. И мне очень приятно было увидеть среди участников конференции людей, которые стояли у истоков ассоциации: ветерана АО «Соликамскбумпром» **Евгения Ивановича Дукки**, ветерана ОАО «Соликамский магниевый завод» **Вячеслава Ивановича Даниленко**, ветерана ООО «Камский кабель» **Михаила Валентиновича Антонова**.

Главным итогом конференции можно назвать оптимистичный настрой всех её участников, уверенность в перспективах развития энергетики.

Елена Налётова

■ Доска почёта

И ДОЖДИНКИ, И СЛЕЗИНКИ

Я знаю точно, что в цехе очистных сооружений осадков выпадает гораздо больше, чем в других структурных подразделениях «Соликамскбумпрома». И заметьте это не связано с погодой или деятельностью цеха. Осадки здесь выпадают в виде слёз. Возможно, это происходит от того, что работают здесь женщины с тонкой душевной организацией.

Вот так, от слёз к смеху и обратно, проходил наш разговор с **Галиной Владимировной Седолобовой**, оператором на аэротенках ЦОС.

— На бумкомбинат нас, выпускников училища, как говорится, буквально за ручку привели, — улыбается моя собеседница. — Здесь мы проходили преддипломную практику, а потом сюда же устроились на работу. В советское время выпускник был обязан отработать «по распределению» три года.

В цехе очистных сооружений Галина Владимировна трудится с 1981 года. За ежедневными делами-заботами три года незаметно превратились в сорок один. Сначала работала на вакуум-фильтрах оператором установок по обезвоживанию осадка, а затем в 2004 году освоила новую для себя профессию оператора на аэротенках.

— Перевод на другую специальность дался мне

нелегко, — вспоминает работник. — Совершенно другая специфика работы. Начиная с того, что оператор установок по обезвоживанию работает в помещении, а оператор на аэротенках большую часть рабочего времени проводит на улице... Очень переживала, но желания уйти не было. Постепенно нашлись плюсы и в новой профессии — стало интересно, появился определённый опыт.

— Галина Владимировна — грамотный специалист, отзывчивый, честный и коммуникабельный человек, — так о работнице отзывается **Елена Николаевна Никитина**, инженер по нормированию труда ООТиЗ. — К своему делу относится с большим вниманием. Любовь к труду и высокая степень ответственности являются её отличительными чертами. А многолетний опыт делают её ценным работником и отличным наставником, настоящим гуру для своих учеников. Особо



хочется отметить то уважение, с каким к ней обращаются коллеги.

— 41 год, — замолчала, задумалась о своём Галина Владимировна, и на только что улыбавшемся лице блеснула слеза.

— Молодёжь обычно удивляется, когда узнаёт, сколько времени я проработала на бумкомбинате, — старается незаметно смахнуть слезинку собеседница. — А ведь я — не одна такая. В цехе работают девочки и подольше, чем я — это **Ольга Анатольевна Зибзеева**, **Надежда Николаевна Киселёва**, **Галина Васильевна Поповцева**... И как молодым всё объяснить? Не знаю. Возможно, воспитание у нас другим было...

Постепенно перевожу разговор на семью, отдых и увлечения. Потому, как улыбнулась Галина Владимировна, понимаю, что эти темы для неё близки и важны. Рассказ о нынешнем урожае сопровождается показом фотографий в телефоне: вот цветы, вот помидор весом почти полкило, а вот красавцы-перцы. Следующими появляются фотографии с недавней поездки в Питер: летали вместе с дочерью - впечатлений море.

— Сейчас передышка получается? — спрашиваю я.

— Нет, мне отдыхать некогда, — смеётся огородница. — Дети маленького щенка подарили на день рождения. Теперь занимаюсь его воспитанием, хотя результаты пока не очень. Это мой первый опыт, так что приходится учиться. А ближе к зиме вязанием займусь — шапки, снуды для внучки связать надо.

Вот на таком позитиве мы попрощались. А слёзы? Как говорил один известный философ: «Я не считаю, что слёзы — это слабость. Это вовсе не слабость! Это доказательство того, что у человека есть душа и сердце» (Эмануэль Левинас).

Светлана Мельникова

ШАНС ПОБЕДИТЬ ЕСТЬ У КАЖДОГО!

По утверждениям некоторых специалистов, настольный теннис обязан своим рождением дождливой погоде, которая заставляла переносить матчи большого тенниса в помещения. Вот и 15 октября в Соликамске — сыро и пасмурно. А в спортивном зале ДК «Бумажник» стоит настоящая жара — здесь проходят соревнования по теннису среди работников АО «Соликамскбумпром».



Турнир организован профкомом предприятия, а проводит соревнования председатель Федерации настольного тенниса Соликамского городского округа **Дмитрий Александрович Яшин**:

— В этом году мы решили изменить формат соревнований для того, чтобы участникам было интереснее. Каждый мог выбрать категорию, в которой будет соревноваться: профессионально занимающиеся или начинающие. Не стали отказывать желающим — заявляют сразу в обеих категориях. Не было разделения и по гендерному принципу. Знаю по себе, для спортсменов важно играть с более сильным противником. Это всегда даёт возможность для совершенствования игровых навыков, получения нового опыта и в дальнейшем применения в своей игре.

Турнирная сетка сформирована — начались соревнования. Игры в парах «начинающих» проходят до двух побед до 11 очков, в группе сильнейших до трёх побед. Сегодня игрок сможет помериться силами с каждым в своей категории и по окончании игр будут известны победители. А пока одни игроки ведут жаркие баталии, другие в короткие минуты отдыха делятся своими впечатлениями.

— В соревнованиях по теннису я участвую уже в четвёртый раз, — рассказывает **Ирина Евгеньевна Сурсякова**, слесарь по контрольно-измерительным приборам и автоматике цех КИПиА. — Ракетку удаётся взять в руки только на игре, поэтому заявляюсь в категории «начинающие». Стараюсь жить интересно и полноценно, вести активный образ жизни, и считаю, что занятия спортом, участие в соревнованиях — лучший способ для этого.

— Последний раз участвовал в соревнованиях по теннису в 2009 году, когда ещё работал в «Соликамскстрое», — вспо-

минает **Владислав Викторович Патрушев**, контролёр технического состояния автотранспортных средств АТЦ. — Увидел объявление о проведении соревнований и решил участвовать. Зарегистрировался в категории «начинающие» — в профессионалах мне пока делать нечего. Я играю в волейбол, но теннис мне тоже нравится. И я настроен на победу!

— На данный момент я нахожусь в отпуске по уходу за ребёнком. Узнала про соревнования — решила принять участие. Вот и думаю: успею ли я со всеми поиграть? Играю, а обед у маленьких детей по расписанию, — улыбается **Наталья Дмитриевна Муха**, инженер-технолог по отгрузкам ЦОПП. — За победой не гонюсь, главное — участие!

Пожелав всем удачи, отправляюсь к болельщикам.

— Пришёл болеть за моего папу — **Максима Андреевича Вдовина**, — говорит **Ростислав Вдовин**. — Вообще-то он у нас не спортсмен, но увлёкся настольным теннисом. Теперь почти каждый день тренируется и я очень этому рад. Приехал с учёбы домой на выходные, а тут как раз — соревнования по теннису. Поэтому пришёл поддержать папу. Желаю ему победы!

— Я болею за спортсменов из БП № 2, — отвечает **Михаил Егорович Елькин**, ветеран АО «Соликамскбумпром». — Дело в том, что я раньше сам играл в настольный теннис, являюсь поклонником этого вида спорта, был неоднократным чемпионом города. Сегодня пришёл посмотреть, как играют ребята. Приятно видеть увлечённых людей. А уж кто выиграет, это пока не знаю, но возможность победить есть у каждого. Пока ты в игре, шанс есть всегда!

Светлана Мельникова

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Светлана Владимировна ЕЛИСЕЕВА, председатель первичной профсоюзной организации АО «Соликамскбумпром»:

— Нашему коллективу очень повезло потому, что председатель Федерации настольного тенниса Соликамского городского округа **Дмитрий Александрович Яшин** является работником предприятия и членом профсоюза АО «Соликамскбумпром».

Он выступил с инициативой проведения соревнований по настольному теннису. У нас есть свой зал, есть свои теннисисты и главное — желание соревноваться, поэтому профком с радостью его поддержал. Настольный теннис — это увлекательно, азартно, доступно и, конечно, полезно!

Проведение спортивных мероприятий — это наша давняя традиция. Но ковид внёс свои коррективы. Сейчас мы начинаем возобновлять график спортивных состязаний по отдельным видам спорта. С наступлением нового календарного года планируем проведение Спартакиады трудящихся АО «Соликамскбумпром», куда будут включены новые виды спорта.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

■ **В категории «профессионально занимающиеся»:**
1 место — **Д.А. Яшин**, директор по энергообеспечению и энергоэффективности АО «Соликамскбумпром».
2 место — **А.Р. Фасхутдинов**, машинист БДМ БП №2.
3 место — **С.А. Гуральник**, директор ООО «Соликамская ТЭЦ».

■ **В категории «начинающие»:**
1 место — **В.В. Патрушев**, контролёр технического состояния автотранспортных средств АТЦ.
2 место — **Д.В. Мартынов**, начальник БП №2.
3 место — **Н.Н. Жунёва**, оператор оборудования промывки и сортирования небеленой целлюлозы КВУ.

НАВИГАТОР



Фотографии и видео вы можете увидеть на нашей пятой полосе: страница ВКонтакте «Бумажник плюс»

<https://vk.com/id718882740?ysclid=18jo9lpvmp91840433>

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ДЕНЬ

Представьте себе — в нашем календаре выделена дата, которая напоминает, что нужно привести в порядок аптечку. 21 октября значится как День «Проверьте свои лекарства!».

И действительно, стоит взглянуть в домашнюю аптечку. Да, и в ту, что в одном из отделений сумки, и в одном из ящиков рабочего стола тоже!

Чтобы обеспечить качество, безопасность и эффективность лекарственных препаратов, необходимо чётко соблюдать условия их хранения и сроки их годности. Желательно, раз в месяц делать ревизию в своих аптечках и не допускать наличия просроченных препаратов.

В каждом доме должен быть необходимый набор лекарств, антисептики, перевязочные и вспомогательные материалы на случай срочной необходимости.

Чтобы не перепутать, какой медикамент лежит дома в аптечке, не нужно вынимать их из фирменной упаковки. Для каждого препарата сохраняют вкладыш-инструкцию, даже если она хорошо знакома. В экстренном случае это поможет быстро определиться, в какой дозе принимать лекарство.

В ПРОСТУЮ ДОМАШНЮЮ АПТЕЧКУ ВХОДЯТ:

■ **Обезболивающие препараты** — это нестероидные противовоспалительные средства, наиболее популярные лекарственные препараты включают парацетамол, ибупрофен. Они помогают не только обезболить, но и снижают температуру.

■ **Спазмолитики** — лекарства, которые убирают спазм гладкой мускулатуры, сосудов, также помогают устранить боль: дротаверин (но-шпа), папаверин.

■ **Средства от желудочно-кишечных проблем.** Изжогу и спазмы желудка можно снять антацидными медикаментами: гастрал, фосфалюгель, маалокс. Улучшить пищеварение после обильного принятия пищи помогут мезим, фестал. Устранит вздутие живота смекта. Справиться с рвотой можно с помощью мотилиума, выпускающегося в суспензии или таблетках. К средствам от диареи относятся сорбенты, которые помогают вывести из организма токсины и вредных бактерий: смекта, уголь активированный, полисорб, энтеросгель. А для восстановления после диареи — регидрон.

■ **Противоаллергические** — в содержимое аптечки добавляют антигистаминные средства, даже если симптомы аллергии никогда не было: диазолин, тавегил, супрастин.

■ **Лекарства от простуды.** Для уменьшения насморка необходимы простые сосудосуживающие капли, солевые растворы. От боли в горле можно иметь под рукой спрей-ингалятор, пастилки для рассасывания стрепсилс, фарингосепт.

■ **Успокоительные** — чтобы уменьшить тревогу и непредвиденные переживания, нужно иметь дома таблетки валерианы, валидол или корвалол.

■ **Средства от ожогов** — пантенол в форме спрея должен обязательно быть в списке необходимых лекарств домашней аптечки. Он хорошо справляется с небольшими ожогами и помогает дожидаться прихода врача, если требуется квалифицированная медицинская помощь.

■ **Средства для обработки ран.** Лучше всего иметь дома перекись водорода, раствор йода, зеленки. Для промывания раны у взрослых и детей можно использовать хлоргексидин, мирамистин, фурациллин.

■ К нужным компонентам домашней аптечки относятся различные типы фиксирующих и перевязочных материалов. Какой минимальный набор должны иметь все дома: большой и маленький по ширине стерильный бинт; вата или стерильные повязки из нетканого материала; эластичный бинт; несколько видов пластыря.

■ В состав аптечки для использования дома должны входить вспомогательные медицинские изделия: пинцет, чистые ножницы, которыми можно отрезать бинт или пластырь, термометр, тонометр.

■ При хронических заболеваниях членов семьи домашнюю аптечку дополняют лекарственными препаратами, рекомендованными им врачом. Так, людям, страдающим от гипертонии, нужно иметь в достатке таблетки от повышенного давления, которые прописаны врачом.

ПРАВИЛА ХРАНЕНИЯ АПТЕЧКИ

Чтобы аптечка всегда была под рукой, необходимо правильно организовать хранение лекарств. Для них нужно выделить пластиковую коробку, контейнер, который плотно закрывается и не пропускает солнечный свет. Большая часть лекарств боится яркого света и требует комнатной температуры хранения. Для лекарств опасна высокая влажность, хранить их в ванной комнате не рекомендуется.

Свечи, препараты интерферона и некоторые другие лечебные средства хранят в холодильнике. В тёплой комнате они могут таять, а препараты с белковыми компонентами — инактивироваться.

Коробку с домашней аптечкой хранят в месте, до которого не смогут добраться маленькие дети или животные! Лекарства — это источник опасности для них.

По информации сайтов
<https://gorzdrav.org>,
<https://moezdorovie.ru>,
<https://aptstore.ru>

ВЫЙТИ ЗА РАМКИ КОМФОРТА

Можно ли объединить молодых людей разных специальностей, территорий и интересов за пару дней, чтобы каждый работал на общее дело, чтобы каждый раскрыл свой талант? Да, можно!

С 14 по 16 октября прошёл II Форум работающей молодёжи Пермского края. Масштабное событие проходило в Кунгуре. На базе гостинично-туристического комплекса «Сталагмит» собралось 150 человек — участников, экспертов, гостей, спикеров и волонтеров.

Программа форума включала в себя обширный образовательный блок, в котором каждый участник мог приобрести навыки переговоров, научиться понимать эмоции человека при помощи невербальных сигналов, не только слушать, но и слышать собеседника, а также правильно вести соцсети, вовлекая аудиторию в свою деятельность.

8 представителей активной молодёжи Соликамского городского округа приняли участие в форуме.

О том, как это было, нам рассказала участница форума, председатель молодёжного объединения АО «Соликамскбумпром» — **Юлия Павловна Митракова**:

— Три дня прошли на одном дыхании. График был плотный, насыщенный: экскурсии на градообразующие предприятия, деловые игры, творческие мероприятия и многое другое. День начинался в 8 утра и заканчивался глубокой ночью. Перерывы длились 10 минут, каждые 2,5 часа.

В первый день участники разделились на группы и отправились на экскурсии. Наша группа посетила Кунгурский мясокомбинат, другие побывали на заводе «Металлист», на предприятии «Кунгурская керамика», в колхозе имени Чапаева, а также в музеях: купечества, воздухоплателей, художественном и краеведческом. Вечером с нами проводили игры



на командообразование. Во время выполнения различных игровых заданий мы знакомились, так само собой наладились дружеские и профессиональные контакты.

Второй день начался с выступлений спикеров образовательного блока. На первой встрече обсуждались темы семейных отношений: общение с детьми, межличностные отношения. Лично мне эта лекция понравилась — много интересного узнала, кое-что взяла себе на заметку.

Ещё хочу отметить очень полезный, как оказалось, практикум, где мы учились управлять своими эмоциями, вести переговоры так, чтобы они проходили гладко и в нужном русле. Для себя я почерпнула много фишек, которые непременно опробую на практике.

После образовательного блока наступило время деловых игр. Я выбрала — «Рейтинг предприятий», по показателям которого будет оцениваться лояльность к молодёжи, успешность работы молодёжных объединений. Например, какие условия созданы для молодёжи, социальные гарантии, участие молодёжного объединения в муниципальных и краевых мероприятиях, и много других критериев. Этот рейтинг будет доступен каждому, и будет постоянно меняться. Так что любой может зайти и посмотреть, чем и как живёт работающая молодёжь того или иного предприятия.

Третий день был творческий — мы пели, танцевали, сочиняли, снимали клипы. Надо

отметить, что если на первом форуме участники были очень серьёзными, зажатыми, то атмосфера второго была по настоящему молодёжной — позитивной, активной, деятельной, в общем — драйвовой!

Я хоть и приехала «выжатая, как лимон», но очень довольная, заряженная энергией. Осталось только все полученные знания разложить по полочкам, чтобы донести до других и начать действовать.

— Зачем нужно участвовать в форумах?

— Кто-то едет за новыми знакомствами, кто-то хочет выиграть грант, для кого-то в приоритете образовательная программа. У всех разные мотивы. Многие жалуются, что жизнь у работающей молодёжи скучная — с работы домой, бытовая рутина заела. А ведь всё зависит от вас самих. Время от времени необходимо выходить из зоны комфорта и менять жизнь вокруг себя. Не обязательно сразу же кардинально переворачивать свою жизнь, нужно постепенно двигаться к цели. Каждый день по одному шагу, и вы сами не заметите, как её достигли, и вместе с этим изменились вы, изменился мир вокруг вас. И пока ты сам не увидишь, не испробуешь на себе, нельзя говорить: я не хочу, мне не интересно. Нужно обязательно пробовать, на то она и молодёжь!

Лана Веткина

НАВИГАТОР



Смотрите, как прошли три дня форума работающей молодёжи Пермского края в Кунгуре:

#нужные_люди #молодежка59
#молодежка59 #пермскийкрай
<https://vk.com/mp59reg>

Подробнее узнать о молодёжном объединении АО «Соликамскбумпром» можно здесь:



■ Ветераны

НАБОР В ЮБИЛЕЙНУЮ ШКОЛУ

Школа самореализации для пенсионеров «Золотая пора – 25» объявляет набор.

Запись в классы проводится с 24 по 28 октября.

Уважаемые пенсионеры, у вас есть отличная возможность провести свободное время активно и с пользой организовать свой досуг! Это позволит вам оставаться бодрым физически, проявить свой творческий потенциал и раскрыть в себе новые таланты.



В 25-М СЕЗОНЕ БУДУТ РАБОТАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ КЛАССЫ:

■ **«Основы компьютерной грамотности»** (10 человек) — занятия будут проходить в Ресурсном центре по адресу: ул. Калийная, д. 138-а.

■ **«Хатха-йога»** (10 человек) — занятия будут проходить в ЦРТДиЮ «Звёздный» по адресу: ул. 20-летия Победы, д. 44.

■ **«Сувенир»** (10 человек) — занятия будут проходить в ЦРТДиЮ «Звёздный» по адресу: ул. 20-летия Победы, д. 44.

■ **«Живопись»** (10 человек) — занятия будут проходить в ЦРТДиЮ «Звёздный» по адресу: ул. 20-летия Победы, д. 44.

■ **«Будь здоров!»** (оздоровительная физкультура) — занятия будут проходить в клубе «Изумруд» по адресу ул. Коминтерна, 18 (структурное подразделение ЦРТДиЮ «Звёздный»).

Школа самореализации открыта только для неработающих пенсионеров, проживающих на территории Соликамского городского округа, ранее не проходивших обучение в «Школе самореализации для пенсионеров «Золотая пора».

ЗАПИСЬ В ШКОЛУ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ:

■ **24 октября с 9.00 до 11.00 часов** — на курс обучения «Основы компьютерной грамотности». Необходимо обратиться лично в управление внутренней политики по адресу: ул. Всеобуча, д. 86, кабинет №5, при себе иметь документ, удостоверяющий личность;

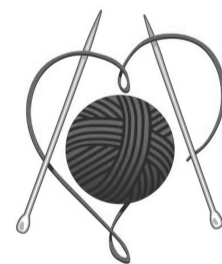
■ **с 25 по 28 октября с 10.00 до 13.00 часов, с 14.00 до 17.00 часов** — на творческие направления по телефонам **7-05-04 и 5-12-42**.

Справки о проекте «Школа самореализации «Золотая пора» можно получить по телефону: **7-05-04**.

Управление внутренней политики администрации Соликамского городского округа



ВНИМАНИЕ!



ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЛЮБИТЕЛЕЙ ВЯЗАНИЯ!

В музее истории АО «Соликамскбумпром» вновь начинает работу кружок «ВЯЗАЖИСТ» под руководством И. И. Федуловой.

Первое занятие состоится **27 ноября в 16.00**.
Дополнительную информацию можно получить по телефону: **2-29-02**.

Ответы на кроссворд в газете «Бумажник» №40:

По горизонтали: 1. Черчение. 6. Рани. 8. Джинн. 9. Срез. 10. Опера. 11. Меандр. 14. Винт. 16. Распутье. 17. Пинта. 18. Надя.
По вертикали: 1. Черномор. 2. Рунс. 3. Надзор. 4. Единение. 5. Ганза. 7. Иран. 12. Аксон. 13. Джуба. 14. Выюн. 15. Троя.

Учредитель: АО «Соликамскбумпром».

Адрес издателя: 618548, Пермский край, г. Соликамск, ул. Коммунистическая, 21.

Адрес редакции: 618548, Пермский край, г. Соликамск, ул. Коммунистическая, 21.

Тел. редакции: 8(34253) 6-48-44.

Эл. почта: gazeta-oso2010@yandex.ru

Главный редактор: Е.А. Налётова. Вёрстка: В.В. Сидоров.

Газета зарегистрирована 25 октября 2007 г. Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Приволжскому федеральному округу; ПИ № ФС 18-3602.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов публикаций.

Ответственность за содержание рекламы несёт рекламодатель.

Отпечатано в ООО «Типограф».

Адрес типографии: 618540, г. Соликамск, Соликамское шоссе, 17.

Печать офсетная. Объём 1 усл. п.л. Заказ № 2406. Тираж 1582 экз.

Подписано в печать 20.10.2022 г.

По графику в 17.00, фактически в 17.00.

Свободная цена. Распространяется по внутренней подписке.

Стоимость годовой подписки - 120 рублей. Подписной индекс 53483.

