12+

ЕДИНСТВО ● СОЛИДАРНОСТЬ ● СПРАВЕДЛИВОСТЬ

# Действие

Еженедельная общественно-политическая газета Федерации профсоюзов Республики Башкортостан

vk.com/deystvye

№ 40 (1593) 11 октября 2024 года, пятница

# КВН объединяет!

**5 октября, в канун Всемирного дня действий «За достойный труд!», в Уфе состоялся II Всероссийский профсоюзный фестиваль КВН среди трудящейся молодёжи «Голосящий профком», организованный Федерацией профсоюзов РБ при поддержке Молодёжного совета ФНПР, Государственного комитета РБ по молодёжной политике и Общественной организации «Клуб весёлых и находчивых г. Уфы».**







Генеральным спонсором фестиваля выступило АО «Башкирская содовая компания», официальным спонсором стало ООО «Техноавиа-Уфа», также в числе спонсоров Региональное объединение работодателей «Башкирский союз промышленников и предпринимателей», Суксунский оптико-механический завод, Башкирский межотраслевой институт.

На фестиваль собрались зрители и болельщики из разных уголков России и нашей республики, а также почётные гости: представители законодательной, исполнительной власти, работодатели, руководители профсоюзных объединений и крупных первичных организаций из разных регионов страны. Участников и гостей тепло приветствовала депутат Госсобрания – Курултая РБ, заместитель председателя парламента Тамара Тансыккужина:

– Зал сегодня заряжен по-особенному бодро. Мы ждём праздник искромётных шуток, юмора, ума, по-настоящему молодёжного драйва! Я рада, что на фестивале присутствуют новые команды – это говорит о том, что фестиваль живёт, развивается. Спасибо председателю Федерации профсоюзов РБ Гузель Мирошниченко за то, что она зародила и поддерживает эту идею. Надеюсь, что фестиваль станет хорошей, доброй традицией, а любителей КВН с каждым годом будет становиться всё больше и больше!

## А судьи кто?

Судить качество юмора команд доверили компетентному жюри, в состав которого вошли заместитель председателя ФНПР Александр Шершуков, заместитель начальника Управления Главы РБ по социальным коммуникациям Дмитрий Черенков, замминистра семьи, труда и социальной защиты населения РБ Ирина Небогатова, директор БИСТ (филиала) АТиСО Танзиля Нигматуллина, завсектором возможностей для самореализации молодёжи Госкомитета РБ по молодёжной политике Егор Кирсанов, российский политический деятель, депутат Госдумы РФ четырёх созывов Михаил Бугера, председатель КВН г. Уфы Тимур Шайхутдинов.

## Вперёд – и с песней!

На сцену были приглашены команды, которым предстояло выступить с «визитной карточкой» на тему «Za безопасный труд!» Приветствовались музыкальные номера: не зря соревнование весёлых и находчивых назвали «Голосящий профком»!

За довольно короткое по времени выступление нужно было показать максимум хорошего юмора, чтобы вдохновить членов жюри на высокие оценки.

Выступить первой предстояло команде **«Заводной состав»**. Быть первыми всегда непросто, но ребята из ООО «Тольяттикаучук» постарались сразу зажечь зал своими шутками:

– Мы уже второй раз приезжаем на фестиваль. И когда начальство спрашивает, чего мы сюда едем, мы отвечаем: «Нам в Башкирии мёдом намазано!»

Команда из Самарской области очень ярко представила открытие нового цеха по производству резины. Вот только вместо красной ленточки – резиновая лента, которую старательно растягивают в стороны двое работников. Осталось только перерезать резину, что и собираются сделать двое в белых касках.

Команда **«Между прочим»** приняла эстафетную палочку юмора и продолжила «зажигать». Ведь юные представители сферы культуры из Стерлитамака пригласили «раскачать танцпол» не кого-нибудь, а Пушкина, Гоголя, Лермонтова и Толстого. Может быть, хоть таким образом молодёжь их будет знать? И сразу же девчонки исполнили песенку на мелодию группы «Винтаж» «Плохая девочка» про небезопасный труд американского президента: «Управляет страной, спотыкаясь на трапе; всем машет рукой – он солнечный зайчик. И вся Россия ждёт, когда уже на пенсию уйдёт плохая дедушка!»

4 стр.

● ПОДПИСКА

## Внимание: старт!

**Стартовала подписная кампания на I полугодие 2025 года.**

Как всегда, самым выгодным остаётся вариант выписать «Действие» **в редакции.** Кроме того, оформить подписку можно в любой удобный для вас день. Просто позвоните нам по телефону: **8 (347) 272-34-47**. Подписка в редакции на полгода стоит всё так же **432** рубля. Забирать газету нужно будет самостоятельно в редакции по адресу **г. Уфа, Кирова, 1 (Дом профсоюзов).**

На «Действие» можно подписаться **по официальному каталогу «Почта России»**, по индексу **ПР512.** Стоимость подписки – 911 рублей 46 копеек. Оформить подписку по почте можно не выходя из дома, подписавшись на сайте: **https://podpiska.pochta.ru/press/ПР512**

Подписаться можно и через **альтернативные подписные агентства:**

**«УралПрессГород»**
(тел.: 8 (347) 216-35-67);

**«Стерлитамак-печать»**
(тел.: 8 (347) 325-32-50).

Позвоните в данные подписные агентства и уточните стоимость подписки: они предлагают индивидуальный подход, весьма привлекательные цены и ответственно относятся к вопросам своевременной доставки нашей газеты до подписчиков.

**Напоминаем, что Президиум ФП РБ рекомендует выписывать газету исходя из норматива: одна газета на 40 членов профсоюза.**

**Ваша редакция**

Остались вопросы? Звоните нам по телефону **8 (347) 272-34-47.**

● ТРАДИЦИИ

# День мудрости и добра

**В День пожилых людей в Доме профсоюзов традиционно чествовали ветеранов профсоюзного движения.**

Приветствуя ветеранов, председатель ФП РБ Гузель Мирошниченко пожелала им здоровья, благополучия, уважения и любви близких, а также вручила памятные подарки юбилярам.

– Федерация профсоюзов РБ ценит свою историю и гордится своими ветеранами, – отметила Гузель Мирошниченко. – Позвольте поблагодарить вас за ваш самоотверженный труд, за вклад в развитие профсоюзного движения республики.



**Ветеранам было приятно встретиться с коллегами, поговорить, вместе посетить музейную выставку**

К поздравлениям присоединилась и председатель Объединённого Совета ветеранов войны и труда ФП РБ Галина Карева.

– Мы сегодня собрались, чтобы повидаться, пожелать нам всем здоровья, хорошего настроения и просто пообщаться, – сказала Галина Александровна. – Все вы много лет созидательно трудились на благо профсоюзного движения республики. Нам важно, чтобы вы, наши ветераны, чувствовали, что вы не одиноки и не забыты, что мы всегда вместе.

Подарком от Федерации профсоюзов РБ для всех собравшихся в этот день стало праздничное чаепитие. Также для ветеранов организовали экскурсию в Музей истории профсоюзного движения Республики Башкортостана и Кабинет здоровья.

**Артур СУНАГАТУЛЛИН (фото автора)**

● РАССМОТРЕНО НА РТК

# Прогнозы и зарплаты

**В Доме Правительства РФ под председательством Координатора РТК, вице-премьера Татьяны Голиковой состоялось очередное заседание Российской трёхсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений. Профсоюзную сторону комиссии представляла зампредседателя ФНПР Нина Кузьмина.**

Были рассмотрены вопросы об основных (в том числе социальных) параметрах прогноза социально-экономического развития РФ на 2025 год и на плановый период 2026-2027 годов; о федеральном бюджете на эти годы; о минимальном размере оплаты труда.

В соответствии с прогнозом сохранится тенденция роста экономики страны, инвестиций, реальных доходов населения, в том числе зарплаты. Основным источником экономического роста будет потребительский спрос. Прогнозируется рост реальной заработной платы, предпринимательских доходов, социальных выплат. Основными драйверами экономического роста станут обрабатывающая промышленность и секторы экономики, работающие на удовлетворение внутреннего спроса.

Профсоюзная сторона в основном согласилась с проектом прогноза социально-экономического развития, предложив отразить позицию профсоюзной стороны о негативной роли высокой ключевой ставки на инфляцию и объём инвестиций в экономике. Данные предложения были поддержаны работодателями.

Основным приоритетом федерального бюджета на 2025-2027 годы будет финансовое обеспечение нацпроектов и достижение национальных целей развития, определённых Указом Президента РФ.

2 стр.

● АКЦИЯ

# За достойный труд!



«Мы за достойный труд!»

**Республика присоединилась к Всероссийской акции профсоюзов 7 октября 2024 года, проводимой в рамках Всемирного дня действий «За достойный труд!»**

Во многих районах республики уже состоялись заседания территориальных трёхсторонних комиссий по регулированию социально-трудовых отношений, на повестку дня которых выносились вопросы достойного труда, служащего основой благополучия семьи.

Профсоюзы напоминают сторонам-партнёрам, что в основе достойного труда лежат обеспечение достойной заработной платы работников, создание безопасных условий труда, развитие социального партнёрства и расширение возможностей объединения в профсоюзы для всех категорий трудящихся, чтобы их семьи могли ощущать защиту и поддержку.

Так, заседания ТТК прошли в Бирском, Дуванском, Аскинском, Иглинском, Куюргазинском, Дюртюлинском районах, городах Мелеузе, Янауле, Кумертау, Агидели и др.

В Бураевском районе в рамках Всемирного дня действий «За достойный труд!» состоялся яркий и многолюдный легкоатлетический кросс.

На предприятиях и в организациях профсоюзы в рамках проведения акции также уделяют особое внимание теме достойного труда, семейных ценностей. Здесь чествуют наставников и представителей трудовых династий, организуют информационные акции в соцсетях. Так, например, на собрании профактива ППОО УАП «Гидравлика», приуроченном к 7 октября – Всемирному дню действий «За достойный труд!» было принято решение провести акцию путём размещения в соцсетях публикаций на темы: «Труд в моей семье», «Трудовые династии», «Кем хотят быть мои дети».

**Ирина ЛЕВЧУК**

● ПРЕЗИДИУМЫ

# Планы на будущее

**2 октября состоялось очередное заседание Президиума Республиканского комитета РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России с участием членов президиума, председателей профсоюзных организаций предприятий и работников аппарата республиканской организации профсоюза.**



Члены президиума за работой

Председатель РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России Валерий Сафиханов проинформировал присутствующих о прошедших мероприятиях и важных событиях на ближайший период, в торжественной обстановке вручил председателю ОППО АО «Башнефтегеофизика» Р. Ахтямову дипломы за участие членов профсоюза в литературном конкурсе Нефтегазстройпрофсоюза России на тему «Роль профсоюза в укреплении традиционных семейных ценностей и патриотическом воспитании молодёжи», по итогам которого лучшие работы опубликованы в литературно-публицистическом альманахе «Литературные горизонты».

На заседании рассмотрели вопросы проведения VII Пленума Республиканского комитета РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России (17 декабря), участия во Всероссийской акции профсоюзов 7 октября 2024 года, проводимой в рамках Всемирного дня действий «За достойный труд!», выполнения обязательств коллективного договора в ПАО «Уфаоргсинтез», организации деятельности ППО сотрудников и студентов ГАПОУ Ишимбайский нефтяной колледж, построения организационной и информационно-аналитической деятельности в ППО ООО «Башнефть-Сервис НПЗ», финансово-хозяйственной деятельности в ОППО АО «Транснефть-Урал», направления коллективного договора АО «Транснефть-Урал» на конкурс «Лучший коллективный договор в нефтегазовом комплексе», участия в XV Республиканском конкурсе «Лучшее предприятие для работающих мам», проведения соревнований по шахматам на первенство РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России и др.

Обсудили работу по организации и проведению предстоящих отчётно-выборных собраний (конференций) в ППО, ОППО, подписной кампании на республиканскую профсоюзную газету «Действие» на I полугодие 2025 года, спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий (соревнований по волейболу 19 октября) и др. По всем вопросам повестки дня приняты соответствующие постановления.

● БЫЛ СЛУЧАЙ

# Под контролем профсоюза

**Отраслевой профсоюз медиков мгновенно отреагировал на нападение на своего коллегу – врача Благовещенской ЦРБ.**

Нападение на дежурившего врача-хирурга Благовещенской больницы произошло 22 сентября. Трое мужчин избили медика, сейчас он с сотрясением, ушибами и переломом находится на лечении в нейрохирургии в одной из городских больниц Уфы. По данному факту задержали одного подозреваемого, 24-летнего жителя Благовещенска. Ему вменяют статью «хулиганство».

Первичная профсоюзная организация в день нападения проинформировала реском профсоюза о случившемся. Юристы профсоюза проконсультировали пострадавшего, помогли ему составить заявление в полицию, объяснили порядок действий. Юристы профсоюза ждут результатов проверки полиции.

Республиканский профсоюз работников здравоохранения реагирует на каждый случай проявления агрессии и добивается справедливого наказания обидчиков. Здесь с 2020 года действует программа страхования, все члены профсоюза – работники здравоохранения могут рассчитывать на материальную помощь от профсоюза при несчастных случаях на работе.

– Проблема не теряет актуальности. По данным профсоюза, в 2022 году в республике произошло девять случаев нападения на медиков при исполнении ими должностных обязанностей, в 2024 году – уже 15. Профсоюзом внесены предложения в Комитет по здравоохранению Госдумы, уже есть решение и намечены направления работы. Мы считаем, что работников службы скорой помощи и приёмных покоев необходимо наделить особым статусом (аналогично с полицейскими), чтобы их жизнь и здоровье при исполнении должностных функций охранялись государством, – прокомментировал председатель РОБ Профсоюза работников здравоохранения РФ Рауль Халфин.

● РАССМОТРЕНО НА РТК

# Прогнозы и зарплаты

стр. 1

В проекте бюджета предусматривается индексация фондов оплаты труда работников бюджетной сферы, выделение межбюджетных трансфертов субъектам РФ, в том числе на цели повышения оплаты труда работников бюджетных учреждений, а также заложенная индексация социальных пособий на уровень фактической инфляции.



Профсоюзная сторона указала на необходимость выделения средств в бюджете на безусловное исполнение ТК РФ и решений Конституционного Суда РФ в части установления минимальной тарифной ставки (оклада) не ниже МРОТ.

Проектом федерального закона о МРОТ предусматривается установление МРОТ с 1 января 2025 года в сумме 22440 рублей в месяц, что составляет 48% от величины медианной заработной платы за 2023 год (46751 рубль в месяц). Рост МРОТ составит 16,6%, что на 11,5% превышает прогнозируемый Минэкономразвития России рост индекса потребительских цен за 2024 год (5,1%).

При обсуждении проекта профсоюзная сторона отметила, что в законодательстве должна быть защитная норма, обеспечивающая ежегодное повышение покупательной способности МРОТ.

На заседании РТК также были рассмотрены проекты бюджетов Фондов пенсионного и социального страхования РФ на 2024-2026 годы и обязательного медстрахования на эти годы.

С учетом качественной подготовки в рабочих группах комиссии без обсуждения был согласован ряд проектов законодательных актов, предусматривающих, в том числе:

– утверждение Положения об организации органами службы занятости прохождения профессионального обучения, получения дополнительного профессионального образования безработными гражданами и иными категориями граждан. Этим документом обеспечиваются единые подходы при организации обучения на федеральном и региональном уровнях, соответствие образовательных программ потребностям рынка труда:

1) обучение граждан по направлению органов службы занятости по программам профессионального обучения и дополнительного профессионального образования;

2) орган службы занятости выдаст гражданину направление на обучение, основываясь на результатах профориентации;

3) обучение будет осуществляться в соответствии с перечнем востребованных на рынке труда профессий, утверждаемым органом власти субъекта РФ;

4) органы службы занятости будут собирать и анализировать информацию о трудоустройстве граждан, завершивших обучение, для выявления востребованности профессий, оценки эффективности деятельности образовательных организаций;

– утверждение Порядка регистрации граждан в целях поиска подходящей работы, Порядка регистрации безработных граждан и Правил определения органом службы занятости подходящей работы. Данный нормативный акт подготовлен в связи с принятием нового закона о занятости населения. Важно, что в нём учтено предложение профсоюзной стороны РТК о том, что подходящей для граждан должна считаться работа с зарплатой на уровне среднего заработка по предыдущему месту работы, но в любом случае не ниже прожиточного минимума (тогда как изначально средний заработок по предыдущему месту работы не учитывался, если предлагаемая зарплата превышала прожиточный минимум) и др.

В заключительной части заседания профсоюзная сторона предложила обсудить вопрос о досрочном назначении страховой пенсии по старости. По состоянию на сегодня право на досрочное назначение страховой пенсии по старости установлено только для спасателей МЧС России и Государственной противопожарной службы МЧС России. Работники противопожарной службы субъектов РФ аналогичных прав лишены, в то время как задачи и ответственность тех и других служб равноценны. Профсоюзы считают необходимым установление равных прав социальной защиты всем оперативным работникам государственной противопожарной службы вне зависимости от уровня их подчинения.

**По данным ФНПР**

● ЗАНЯТОСТЬ

# Стажировка для выпускника

**С начала года 159 работодателей республики приняли на стажировку в свои компании почти 300 выпускников вузов и ссузов. Такая практика реализуется в Башкортостане с 2009 года и является одним из эффективных механизмов содействия молодёжной занятости.**

За это время получили необходимый практический опыт при поддержке государства более 16500 молодых специалистов, а предприятия-участники самостоятельно смогли сформировать кадровый резерв. В 2022 году практика заявлена на ресурс «Смартека» Агентства стратегических инициатив для тиражирования опыта нашей республики в другие регионы.

– Уровень трудоустройства выпускников профессиональных образовательных организаций в этом году выше, чем за тот же период прошлого года – 81% против 70%, – сообщила и.о. министра семьи, труда и социальной защиты населения РБ Ленара Иванова.

Программа стажировки позволяет выпускнику установить контакт с работодателем с прицелом на будущую карьерную перспективу, получить необходимый практический опыт, а вместе с тем проверить, совпадают ли его ожидания от получаемой профессии с реальностью.

– Работодатель, который, как правило, считает, что брать такого сотрудника экономически невыгодно, но в то же время заинтересован в его потенциале, получает от государства выгодное предложение в виде финансовой поддержки на период стажировки начинающего специалиста, – отмечает спикер.

В текущем году из 18 млн рублей, предусмотренных на стажировку выпускников, 17 млн рублей уже законтрактовано, более 9 млн рублей направлены работодателям.

Работодателю, участвующему в мероприятии, компенсируются затраты на зарплату стажёра – до МРОТ и начислений на фонд оплаты труда (в 2024 года – 28,8 тыс. рублей). Стажировка может длиться до полугода.

В программе стажировки выпускников принимают участие Белорецкий металлургический комбинат, Нефтекамское производственное объединение искусственных кож, Нефтекамский машиностроительный завод специальной техники, Филиал АО «НПО «Микроген», «Иммунопрепарат», а также коммерческие организации, муниципальные и государственные унитарные предприятия и более 50 индивидуальных предпринимателей.

● ПРАЗДНИКИ

# Планируй выходные

**Как сообщает Министерство труда и социальной защиты России, в конце октября нас ждёт рабочая неделя длиной в шесть дней. Это связано с празднованием Дня народного единства.**

Работать придётся с 28 октября по 2 ноября включительно, то есть с понедельника по субботу.

**2 ноября** становится рабочим днём из-за переноса выходного дня на 30 апреля. Отмечается, что рабочая суббота будет укороченным днём.

Праздновать День народного единства будем **3 и 4 ноября** – в воскресенье и понедельник, соответственно.

В Минтруда напомнили, что следующие длинные выходные ожидают жителей России на новогодних праздниках: отдых продлится **с 29 декабря по 8 января.**

● УЧЁБА

# Чтобы быть в ресурсе

**Всероссийский образовательный молодёжный форум Профсоюза здравоохранения «ПрофЛекториУМ» состоялся в Самаре 1-2 октября.**




**Выступления авторитетных спикеров вызывали живой отклик участников**

Мероприятие собрало более 250 участников не только из России, но также из Беларуси, Казахстана и Кыргызстана. Основными темами обсуждения форума стали вопросы профессионального выгорания, управления временем, разрешения конфликтов и искусства коммуникации. Башкортостан на форуме представляли Юсуп Дишнаев и София Коновалова из профкома обучающихся БГМУ, которые активно участвовали в дискуссиях и практических занятиях.

С приветственным словом к участникам обратился председатель Профсоюза работников здравоохранения РФ Анатолий Домников. Он отметил, что проблема выгорания медицинских работников актуальна не только в России, но и в других странах. Важно, что форум предоставляет возможность молодым активистам получить знания и опыт, необходимые для борьбы с профессиональными трудностями.

Среди спикеров в работе форума принял участие председатель Республиканского профсоюза работников здравоохранения Башкортостана Рауль Халфин. В своём выступлении на тему профессионального выгорания он привёл тревожные цифры статистики и предложил пути решения проблемы. По его убеждению, выгорание возникает вследствие хронического стресса, перегрузок и нехватки кадров, что особенно актуально для врачей скорой помощи и отделений интенсивной терапии.

«Самый ценный ресурс в здравоохранении – это кадры. Задача профсоюза – обеспечить как эмоциональную, так и профессиональную поддержку работников, чтобы предотвратить их выгорание», – отметил Р. Халфин.

Спикеры-наставники форума погрузили участников в ключевые аспекты темы: грамотное управление временем, предотвращение конфликтов и искусство коммуникации. Начальник Управления по связям с общественностью, работе с молодёжью и международному сотрудничеству Ольга Жанкевич отметила, что правильное использование тайм-менеджмента помогает не только избегать выгорания, но и повышать эффективность работы.

Секретарь ЦК профсоюза подчеркнула важность долгосрочного планирования и распределения задач с применением системы 4D, которая помогает достигать больших результатов без переработок и стресса. «Время – это наш самый ценный ресурс, и если мы научимся управлять им, мы научимся управлять всем», – заключила О. Жанкевич.




**Делегация на форуме из Башкирии: Юсуп Дишнаев, София Коновалова и спикер Рауль Халфин**

Председатель Самарской областной организации профсоюза Татьяна Сивохина раскрыла тему конфликтов, подчеркнув, что они неизбежны в любой рабочей среде, но могут стать точкой роста для команды. Важно вовремя разрешать противоречия, чтобы они способствовали развитию, а не разрушению коллектива. Ключом к успеху является терпимость, открытый диалог и оперативное решение проблем.

Форум завершился обсуждением искусства коммуникации, которое стало одним из центральных вопросов программы. Руководитель Ульяновской областной организации профсоюза Антон Бакшутов отметил, что лидер профсоюзной организации должен не только уметь говорить, но и слушать, демонстрируя уверенность и тактичность. «60% информации передаётся невербальными сигналами, и важно уметь правильно их интерпретировать, чтобы создавать атмосферу доверия и взаимопонимания в коллективе», – заключил А. Бакшутов.

Молодёжный форум «ПрофЛекториУМ» стал важной площадкой для обмена опытом и обсуждения ключевых вопросов, которые помогут активистам и молодым профессионалам в будущем справляться с профессиональными вызовами и предотвращать выгорание на рабочем месте.

● НАГРАДЫ

# Поблагодарили за труд

**Председатель Башкирской республиканской организации профсоюза работников госучреждений и общественного обслуживания Иршат Ниязгулов принял участие в открытии инструкторско-методических сборов сотрудников Центра службы профилактики пожаров Госкомитета РБ по чрезвычайным ситуациям, которые прошли в Доме профсоюзов.**

Символично, что в этот день Центр профилактики пожаров отмечал свой пятилетний рубеж. Иршат Римович поздравил сотрудников с этой важной датой, отметил высокий профессионализм работников и активную жизненную позицию, которую каждый сотрудник проявляет в общественной жизни, в том числе и в профсоюзе. Иршат Ниязгулов торжественно вручил отличившимся профсоюзным активистам почётные знаки и благодарственные письма.

Ведомственными наградами сотрудников наградили исполняющий обязанности председателя госкомитета РБ по ЧС Кирилл Первов и начальник Противопожарной службы РБ Раис Арсланов.

За пятилетний период инструкторы провели более 230 тысяч подворовых обходов, охватив свыше 400 тысяч человек, выдали порядка 330 тысяч пожарных извещателей. Количество техногенных пожаров сократилось на 7,77% или на 898 пожаров, количество погибших при пожарах сократилось на 12,8% или на 35 человек. В 2024 году количество погибших при пожарах снизилось на 25 человек по сравнению с аналогичным периодом прошлого года.

● ЮБИЛЕЙ

# В формате сабантуя



**Работники и ветераны с удовольствием собрались на юбилейном торжестве**

Иглинцы организовали для желающих необычную фотозону, где с удовольствием устраивали фотоперерывы в национальных костюмах.

Помимо развлечений, желающие прокатились на лошадях и полюбовались красотами родного края.

**13 сентября исполнилось 60 лет Иглинскому Району Электрических Сетей.**

По этому замечательному поводу в селе Кляшево Иглинского района прошло празднование.

На торжество были приглашены пенсионеры и ветераны Иглинского района, бывшие начальники Иглинского РЭС, персонал, а также руководство и начальники подразделений.

С искренними словами поздравлений выступали заместитель генерального директора – директор ПО ЦЭС Ф. Ибрагимов, председатель ППО ЦЭС Е. Кашуба, а также начальники подразделений и бывшие начальники Иглинского РЭС.

Мероприятие было полностью организовано сотрудниками РЭС и имело весёлый формат сабантуя с традиционными костюмами, угощениями, играми и танцами.



**Многие гости с удовольствием примерили на себя традиционные костюмы**

**Иглинский РЭС начинает свою историю с 1985 года. Сегодня РЭС насчитывает 91 сотрудника, которые обслуживают 768 трансформаторных подстанций, восемь подстанций 110/35/10 кВ и обеспечивает электроэнергией 70% потребителей Иглинского района.**

● СОТРУДНИЧЕСТВО

# Подарок на юбилей

**АО «Уралтехнострой-Туймазыхиммаш» отметило юбилей. В честь 55-летия со дня основания предприятия состоялось торжественное мероприятие.**



**Ирина Исламова передала заводу кардиограф**

Поздравить заводчан пришли заместитель министра промышленности, энергетики и инноваций РБ Олег Тыщенко, председатель РОСПРОФПРОМ-Башкортостан Ирина Исламова, представители администрации города и ветераны.

С приветственным словом выступили генеральный директор АО «Уралтехнострой-Туймазыхиммаш» Юрий Зубков и вице-президент ООО «Корпорация Уралтехнострой» Артём Аминов. В ходе торжества работникам завода были вручены ведомственные и профсоюзные награды: почётные грамоты, благодарности, почётные знаки Министерства промышленности и торговли РФ, Министерства промышленности, энергетики и инноваций РБ, администрации города, Российского профсоюза работников промышленности.

– Между администрацией и профсоюзом завода выстроен эффективный диалог, реализуются совместные социальные проекты, внедряются новые формы профсоюзной работы. Открытость к сотрудничеству, взаимное уважение интересов сторон, поиск разумного компромисса в рамках заданных экономических, финансовых ресурсов с обязательным соблюдением условий правового поля, – всё это стало принципами нашей каждодневной совместной работы. А это значит, что и на вызовы текущего дня совместными усилиями будет дан достойный ответ, – подчеркнула Ирина Исламова. – Искренне желаю коллективу дальнейшего развития, покорения новых высот, а каждому из вас доброго здоровья, благополучия и больших успехов во всех делах и начинаниях!

Ирина Рафкатовна наградила Юрия Зубкова знаком Российского профсоюза работников промышленности «За сотрудничество» в рамках социального партнёрства и вручила Благодарственное письмо Артёму Аминову. Ключевым моментом мероприятия стала передача профсоюзной организации кардиографа.

Председатель первичной профсоюзной организации Айгуль Зайнетдинова наградила профсоюзными знаками «За верность профсоюзному движению» членов профсоюза с 10, 20 и 30-летним стажем в профсоюзе, а председатель Совета молодёжи Рустем Галин вручил работникам завода удостоверения «Молодой специалист».

В завершении мероприятия состоялся праздничный концерт. В качестве подарка от РОСПРОФПРОМ-Башкортостан для заводчан спела уфимская группа «Премьер».



**Участники из «Между прочим» призвали на помощь литературных классиков**

←1 стр.

Доступное жильё для молодых – злободневная тема для молодёжи. Девушки спели песню о мечте (взяв мелодию из мультфильма «Летучий корабль»): «Маленький домик – 12 квадратов. 30 лет платим – то, что нам надо! За отопленье мильоны мы платим. Вот оно счастье… Центробанка забава!»

**«Сборная УрФО»** представила рабочий юмор Кургана, Челябинска и Екатеринбурга.

Ребята показали заводские СИЗы «Мягкая сила – безопасно и красиво!», разработанные специально для женщин.

**«СИЗанутые»** из Перми показали квадробера в кабинете директора. Последний чуть не плачет: «Он в профсоюзе, я ему сделать ничего не могу!» Квадробера в маске котика признаёт сотрудник завода: «Валерьяныч, ты? Тебе же 63 года! Коты столько не живут! И от них спиртом не пахнет! Я тебе где перчатки с когтями должен взять? И мне теперь что, в цеху лотки везде поставить? Значит так, квадрокоптер: хочешь этой ерундой заниматься – занимайся! Но учти, что зарплату я тебе кошачьим кормом платить буду!» И квадробер тут же исправился. Оказывается, он мечтал быть котом, чтобы не платить по кредитам…

Команда **«Регион 51»** приехала из далёкого Мурманска и сразу отожгла ярким танцем: «Принимай, Башкортостан, отморозков-северян!»



**Номер мурманчан больше походил на выступление профессиональных рокеров, но с темой охраны труда они справились великолепно!**

Ребята пошутили про ролевые игры в ковбоев при выдаче СИЗ на одном из крупных предприятий Башкортостана. А затем показали двух пчёлок, которые по ошибке прилетели опылять «не то» поле.

– Родной, теперь ты понимаешь, почему башкирский мёд такой популярный? – спрашивает один «пчёл» у другого чуть заплетающимся языком.

– Базара нет, братик! Но, похоже, это «не то» поле!

И тут перед «пчёлами» появляется Леонид Якубович, приветствует их на «Поле чудес» и поздравляет с выигрышем автомобиля. Всё предельно реалистично, но пчёлки в полной растерянности: что же происходит, в чём подвох, ведь ситуация какая-то странная…

Мораль озвучивает капитан команды: «Ежегодно от лёгкого отравления химикатами в среднем кайфуют три работника. Надевайте респираторы в цех. Будьте за безопасный труд!»

В финальной песне ребята обещали обязательно вернуться в Уфу. Что ж: мы будем ждать встречи с этой яркой командой!

А закончили мурманчане проникновенными стихами, понятными для всех, кто занят в добыче полезных ископаемых: «Работа под землёй сурова и опасна, но греет сердце то, что дома ждут. Да вам, наверное, и так всё ясно? Горняк всегда за безопасный труд!» Ребят искренне провожали овациями.

Команда **«Профсоюз»** (сборная Астрахани и Санкт-Петербурга) сразу начала тему безопасного труда, показав глобальный подход:

– Как у нас там с безопасностью?

– Да всё нормально: мы же перед отъездом газ выключили. Теперь вся Литва без газа сидит! – шутят ребята, представляющие ООО «Газпром-переработка».

Песня-мечта с нотами ностальгии по прошлому, где не было фриков, а доллар был «по 30», многим зрителям пришлась по сердцу: зал искупал членов команды в заслуженных аплодисментах. Да и исполнение, отметим, было на высоте. Кроме того, ребята добавили видеоряд про нашу республику, где показали знание темы. Когда гости проявляют уважение к хозяевам – это дорогого стоит!



**Работники Газпрома поразили всех своими вокальными данными. Их юмористический репертуар никого не оставил равнодушным**

● *ФЕСТИВАЛЬ ЮМОРА*

# КВН объединяет!

Команда **«Заводчане»,** представляющая ПАО «НЕФАЗ», совершенно бесплатно дала залу короткий мастер-класс по созданию современного музыкального хита и буквально за секунду показала, кто в ответе за безопасность каждого из нас.

**«Сборная Авиастара»** креативила со скоростью калейдоскопа: башкирский танец, который выучили по зависающему ютубу, сменял тостующий представитель профкома, готовый самоотверженно поднять бокал шампанского за каждое промышленное предприятие Башкортостана; за ним внимание зала занимали шмели, серая цапля и камыши, пчёлы, люди…



**Пчёлки из «Авиастар» не жалели комплиментов в адрес Башкирии и её столицы**

Ульяновские авиастроители исполнили песню специалиста по охране труда, где раз за разом повторялась только одна фраза: «Кто не соблюдает технику безопасности – попадёт в ад!» Когда было отмечено, что эта фраза уже надоела, исполнители ответили: «Такой вот он, повторный инструктаж!»

Команда **«It`s my life»** из Тольятти приехала с тайной миссией позорить своё предприятие (это они сами так заявили!), поэтому ребята начали с самокритики: сравнили свой завод с самым большим в России воняющим айкосом и доходчиво объяснили, что такое Тольятти: «Вот у вас в Уфе есть район – Черниковка. А у нас весь город – Черниковка!» Команда запомнилась своими коротенькими песенками.

Команда из Татарстана **«Нелогичные»** прошлась по извечному противостоянию крутости татар и башкир, вызывая хохот в зале. Затем ребята из сборной КАМАЗа уморительно показали миниатюру о помощи пострадавшему врачу. Как говорится, помоги себе сам… Не можешь? Какой ты тогда врач?



**Камазовцы развили тему охраны труда необычно и с юмором: первую доврачебную помощь пострадавший оказывает себе сам**

Команда **«Za движ»** привезла из Ставрополья настоящий кавказский колорит в виде красивого танца.



**Команда «Za движ» со своим Сказом**

Членам жюри был представлен куштанаш (подарок) с сюрпризом – в одной из бутылочек с ессентукской водой, что стоят у них на столиках – чача!

Команда представила яркий «Сказ о том, как купцы пришли к губернатору Ставропольского края», в котором поведала о чудесах, имеющихся в Башкортостане.

**«Сборная ЗапСиба»** поделилась планами: «Мы единственный завод, который делает 100-метровые рельсы, поэтому мы приехали в Уфу, чтобы наладить производство 100-метрового чак-чака!»

Ребята из Новокузнецка показали настоящий фильм о безопасности труда, сделанный «по мотивам Трудового кодекса». Спецы по охране труда расследуют несчастный случай: девушка при изучении инструкции по охране труда порезала палец бумагой. Сюжет разворачивается, обрастает подробностями, за которыми интересно следить.

**«Сборная Магнитогорского металлургического комбината»** запомнилась «профсоюзом рэперов ММК».



**«Сборная ММК» изобразила бюрократическую волокиту при оформлении санаторных путёвок**

Ребята вспоминают, как, феерично отмечая юбилей Магнитогорска, «пульнули в небо 10 лямов».

– Кстати, а почему не фейерверк?

– Да просто не стали заморачиваться – бабками шандарахнули. Тем более, так безопасней!

Ребята из уфимской команды **«Минздрав предупреждал»** сразу расставили акценты:

– Мы за безопасный труд и традиционную медицину!

– А нетрадиционная медицина пусть в Европе и останется!

Ребята провели консилиум, на котором ставили диагнозы пациентам: это, например, танцор бальных танцев с проблемами, которые нельзя озвучивать в газете 12+, или полуголая девица. «Так это ж пациентка, которая целый год у нас платно лечилась, поэтому на ней одни трусы и остались», – жалостливо отмечают доктора.

Что ж, все выступления закончены. И пока жюри подводило итоги встречи, вне конкурса выступила команда АО «БСК» **«Метод Сольве»**.

## За достойный труд!

Предваряя церемонию награждения победителей, председатель ФП РБ Гузель Мирошниченко выступила перед залом:

– Сегодняшний II Всероссийский фестиваль КВН состоялся на главной сцене республики в преддверии акции профсоюзов «За достойный труд!»

На этой сцене собрались представители шести федеральных округов, 14 регионов нашей страны, десяти отраслевых профсоюзов России, 27 организаций, предприятий, учреждений нашей Родины. И это неудивительно: ведь КВН объединяет людей разных профессий, разных отраслей, разных поколений, разных регионов. Все 14 команд успешно справились с заданной темой по охране труда. Ведь достойный труд – это, прежде всего, безопасный труд. Главное – чтобы наши работники возвращались со своих рабочих мест живыми и здоровыми в свои семьи.

Достойный труд – это достойная заработная плата, это законность, защита, занятость и социальные гарантии. Все эти вопросы в сфере труда профсоюзы решают с социальными партнёрами за столом переговоров. Наш инструмент – социальное партнёрство! Наша цель – справедливость в обществе! А наша сила – это наше единство, наша солидарность.

Гузель Фаритовна поблагодарила команды за яркие выступления, подаренные эмоции, всех зрителей, членов жюри, спонсоров за поддержку профсоюзной молодёжи, на которую профсоюзы возлагают большие надежды.

Команды уже изнывали в ожидании: какую из них члены жюри признали лучшей? Кто уедет домой с заветным кубком?

Сначала организаторы вручили **награды в номинациях.**

В номинации «Командный дух» награду получила команда «Заводной состав» (Тольятти); номинация «Самая музыкальная команда» заслуженно досталась ребятам из «Между прочим» (Стерлитамак); в номинации «Оригинальный образ» равных не было «Сборной УрФО» (Уральский Федеральный округ); «В ногу со временем» шагают «СИЗанутые» (Пермь); «Самые стильные» – ребята из команды «Регион 51» (Кировск); в номинации «На пути к успеху» была отмечена сборная «Профсоюз» (Санкт-Петербург и Астрахань); номинацию «Наши люди» получили «Заводчане» (Нефтекамск); «Креативный креатив» – это про команду «Сборная Авиастара» (Ульяновск); «Труженики» – команда «It`s my life» (Тольятти); номинацию «Всегда в теме» забрала команда «Нелогичные» (Республика Татарстан); «Яркий дебют» показала команда «Za движ» (Ставропольский край); за «Лучшее раскрытие темы» отмечена «Сборная ЗапСиба» (Новокузнецк); «Мастерами своего дела» признана «Сборная Магнитогорского металлургического комбината» (Магнитогорск); номинацию «Команда, заслуживающая самых высоких зарплат» получила команда «Минздрав предупреждал» (Уфа).

Напряжение на сцене достигло пика, – и вот заветные призовые места названы!

III место разделили **«Сборная ММК»** и **«Между прочим»**.

На II ступеньке пьедестала почёта оказались ребята из команд **«Профсоюз»** и **«Za движ»**.

I место также разделили две команды: **«Нелогичные»** и **«Сборная Авиастара»**.

Команда **«Регион 51»** стала абсолютным победителем и завоевала Гран-при конкурса весёлых и находчивых. Награду мурманчанам вручили заместитель председателя ФНПР Александр Шершуков и директор по управлению персоналом и общим вопросам АО «БСК» Владимир Ануфриев.

Фестиваль КВН завершился. С нетерпением ждём следующий!

**Ирина ЛЕВЧУК**

● КОНКУРС

# Марафон мастерства

**В Башкортостане состоялся IV Республиканский педагогический марафон «СОТЫ». Организаторами масштабного события, объединившего порядка 300 педагогов, стали Министерство образования и науки РБ, Башкирская республиканская организация Общероссийского профсоюза образования и региональная профессиональная общественная организация по содействию передовым образовательно-просветительским проектам и их реализации в РБ «Педагогическая лаборатория «Образование будущего».**

Девиз марафона – «Сотрудничество! Открытость! Творчество! Успех!» – отражает основные ценности, которые являются главной идеей мероприятия. Основная цель марафона заключается в распространении лучших педагогических практик и обеспечении стратегии инновационного развития через вовлечённость учителей в систему созидательного обмена опытом.

– Формат педагогического марафона «СОТЫ» уникален, – уверен председатель Педагогической лаборатории «Образование будущего» Сергей Переверзев. – Объединяя опытных педагогов и молодых специалистов, он позволяет добиться диалога поколений, создаёт мощный синергетический эффект: молодые учителя впитывают бесценный опыт своих старших коллег, в то время как опытные педагоги получают свежие идеи и «незамыленный» взгляд на образование. Благодаря такому сотрудничеству достигаются высокие результаты и покоряются новые вершины педагогического Олимпа.

Членами команд педагогического марафона стали участники муниципального и регионального этапов конкурса «Учитель года Башкортостана», а также те, кто планирует принять участие в этом престижном конкурсе профессионального мастерства в 2024-2025 учебном году. В состав команд вошли директора и заместители директоров общеобразовательных учреждений, педагоги дополнительного образования и советники по воспитанию. Каждая команда состояла из пяти человек.

Марафон «СОТЫ» прошёл в Уфе, Ишимбайском, Белорецком, Белебеевском, Караидельском районах и объединил 55 муниципальных педагогических команд, потенциал которых направлен на развитие и популяризацию эффективных образовательных практик. На каждой из пяти площадок активное участие принимали представители республиканской организации Общероссийского профсоюза образования. 19 председателей территориальных организаций сопровождали команды своих муниципальных образований.



Благовещенск: учли ошибки прошлых лет – и победили!

– Команда нашего района участвовала в зональном этапе марафона в Белебеевском районе, – рассказывает председатель Туймазинской районной организации Общероссийского профсоюза образования Лилия Нугуманова. – Среди участников были учителя начальных классов, музыки, биологии и физкультуры. Члены команды очень быстро сплотились, им было интересно готовиться к марафону. Идей было столько, что какие-то коррективы в программу были внесены уже на подъезде к Белебею. Сам конкурс оставил много впечатлений. В итоге наша команда разделила I место с представителями Белебеевского района. Марафон «СОТЫ» – это не просто выступление, но и обмен опытом, всем тем, что накопилось в методической копилке педагогов. Подобные конкурсы, на мой взгляд, это лучшие курсы повышения квалификации!

Программа марафона состояла из двух конкурсных испытаний. Первое из них – презентация команды учителей под названием «Я, ты, он, она! Вместе – целая страна, вместе – дружная семья!». Здесь участники демонстрировали свои педагогические идеи, новации, организационно-педагогическую культуру и эффективный опыт работы в муниципальной системе образования.

Второе конкурсное испытание – демоурок «Безграничные возможности!» – дало возможность участникам показать своё профессиональное мастерство в конструировании уроков с использованием современных технологий. Варианты технологий включали использование искусственного интеллекта, виртуальной реальности, интерактивных колонок, роботов, а также другие рекомендуемые Министерством просвещения РФ образовательные ресурсы.

– Год за годом «СОТЫ» объединяют лучшие педагогические кадры нашей республики, труд которых неразрывно связан с творчеством, инновациями и развитием системы образования, – рассказывает председатель Благовещенской районной организации профсоюза Анна Жемчужникова. – Команда нашего района принимает участие в марафоне уже в четвёртый раз. Конкурс – это всегда сложно, всегда тяжело. Это старт, открывающий новые возможности для профессионального роста. Мы учли ошибки прошлых лет и в этом году заняли I место. Данный марафон раскрывает профессиональный и личностный потенциал членов педагогических сообществ районов и городов Башкортостана и является местом, где можно зарядиться новыми идеями, вдохновением, местом, которое даёт силы и окрыляющую энергию для дальнейшей работы.

По итогам марафона победителями на зональных площадках стали команды города Салавата, Белорецкого, Благовещенского, Белебеевского, Караидельского и Туймазинского районов. Они получили путёвки в финал конкурса, который пройдёт на базе БГПУ им. Акмуллы в феврале следующего года. Абсолютно все участники марафона – члены профсоюза получили награды (денежные призы, благодарности, грамоты, поощрения) от Башкирской республиканской организации Общероссийского профсоюза образования.




Дружная команда из Туймазов до последнего момента вносила коррективы в своё выступление

**Артур СУНАГАТУЛЛИН**

● С МЕСТА В КАРЬЕРУ

# Форум для самых активных

**В Кирове прошёл окружной этап Всероссийского молодёжного профсоюзного форума «Стратегический резерв – 2024». Около 100 профактивистов Приволжского федерального округа в течение нескольких дней делились опытом, практическими наработками, знакомили коллег из других регионов со своими проектами, а также выявляли победителя конкурса «Молодой профсоюзный лидер ПФО». Республику Башкортостан представляли десять молодых профактивистов, делегированных отраслевыми профсоюзами.**




Делегация из Башкортостана с организаторами

Старт форуму дали заместитель председателя ФНПР Александр Шершуков, председатель Федерации профсоюзных организаций Кировской области Алексей Русских и вице-губернатор региона Андрей Лучинин.

Основная цель форума – формирование базы молодёжного актива ПФО для реализации кадровой политики профсоюзов на предприятиях и в организациях.

– Некоторые уже сейчас работают на разных должностях, в том числе на выборных в профсоюзах, в территориальных профобъединениях, – отметил на форуме Александр Шершуков. – В начале 2000-х годов такой программы не было, я был членом молодёжного совета ФНПР. Дорос потихонечку до более серьёзного поста, поэтому знаю, что люди растут. Другое дело, что этот процесс не автоматический. Это не значит, что люди поучаствовали в форуме и автоматически стали начальником, для этого, конечно, надо прикладывать усилия.

В рамках трёхдневного форума ребята получили знания по работе в общественных организациях, по работе с законодательством с теми правами и гарантиями, которые есть у молодёжи, и получили обратную информацию о примерах положительной работы в других регионах.

Для участников подготовили насыщенную образовательную программу: лекции, тренинги, диалоги, дискуссии. Так, в рамках встречи с министром молодёжной политики Кировской области Георгием Барминовым участники форума обсудили необходимость роста зарплат у специалистов, отвечающих за молодёжную политику и трудовое воспитание в стране, и, конечно, нехватку кадров. Общий вывод: решить задачу можно только создавая привлекательные условия труда для молодёжи, в комплексе с решением проблем инфраструктуры, социалки и роста зарплат. И социальное партнёрство в этом процессе играет не последнюю роль.

Организаторы форума удивили участников новым форматом – перфолекцией, когда вместо скучного чтения информации приглашённым спикером все могли поделиться своим мнением и принять участие в дискуссии. А вопросы были связаны с темами, которые волнуют каждого профсоюзного лидера. Влияет ли взаимодействие с коллективом на эффективность работы? Должны ли все работники быть членами профсоюза? Какие у профсоюзов есть болевые точки?

Участникам конкурса «Молодой профсоюзный лидер ПФО – 2024» необходимо было презентовать себя и результаты своей работы, а также продемонстрировать знания нормативно-правовых документов. Победила в конкурсе представительница Татарстана.

## ОТЗЫВЫ УЧАСТНИКОВ

**Марсель ФАЙРУЗОВ, МБУ «Детский образовательный технопарк г. Благовещенск»:**

– Поездка помогла мне лучше понять значение профсоюза – и это при том, что я в общем-то представляю сторону работодателя. Полезной оказалась и работа в команде, когда участники из разных регионов, встретившиеся впервые, должны были выполнять одно общее задание, и им предстояло за очень короткое время узнать друг друга, оценить свои деловые и коммуникативные способности. Это был серьёзный тренинг. Знаю точно: если в дальнейшем пригласят, с удовольствием ещё раз приму участие в таком мероприятии.

**Денис НАСРУЛЛИН, председатель Молодёжного совета ППО ООО «Башнефть-Добыча»:**

– Я впервые принял участие в таком масштабном форуме. Программа была очень плотной, а среди четырёх этапов для лидеров самой сложной оказалась командная работа. Несмотря на это, на мой взгляд, наша делегация достойно представила Республику Башкортостан.

Выступая со своей визиткой, за пять минут я рассказал не только о своей первичной профсоюзной организации ООО «Башнефть-Добыча», но и о РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России, о Федерации профсоюзов РБ. Также я спел свою авторскую песню.

Участие в таком форуме и конкурсе – это огромный опыт, ведь в течение трёх дней, общаясь с коллегами из других регионов ПФО, можно было перенять интересные подходы к молодёжной политике коллег и какую-то информацию взять для себя. Благодарю руководство РОБ НГСП и ФП РБ за возможность съездить в Киров и вернуться с большим багажом знаний!

**Рустем АХМЕТГАЛИЕВ, первый заместитель председателя Молодёжного совета БРО Общероссийского профсоюза работников госучреждений и общественного обслуживания РФ:**

– Форум был проведён на высоком организационном уровне и тщательно подготовлен. Программа оказалась очень интенсивной, насыщенной и информативной. Помимо налаживания новых полезных контактов отмечу, что наши проекты стали носить межрегиональный характер и направлены на увеличение профсоюзной численности опять же за счёт притока молодёжи и, соответственно, проработку средств мотивации.

**Артур СУНАГАТУЛЛИН, Сергей РУСАКОВ**

● НОВОЕ

# Рудники ждут дам

**Минтруд России предложил сократить перечень производств, работ и должностей, в которых ограничивается труд женщин.**

Из перечня предлагается исключить работы по управлению самоходными машинами на открытых горных работах, работы на поверхности действующих строящихся шахт, резервов, рудников, работы по обогащению, агломерации, брикетированию.

– Внедрение технологий, совершенствование производственных процессов и организации труда исключают вредное воздействие на женский организм при управлении самоходными машинами, а также в некоторых других видах деятельности, – отметил заместитель министра труда и социальной защиты РФ Алексей Вовченко. – С учётом этого предлагается исключить эти позиции из перечня профессий, на которых труд женщин запрещён.



Проект приказа разработан по предложению «Деловой России» с учётом предложений общественных организаций, отраслевых объединений работников и работодателей, а также рекомендаций профильных специалистов.

Напомним, с 1 января 2021 года перечень производств, где ограничивается труд женщин, был сокращён до 100 профессий. С учётом изменения производственных технологий, позволивших исключить вредные для женского здоровья факторы, были сняты ограничения для женщин в таких профессиях, как водитель большегрузных автомобилей и сельскохозяйственной спецтехники, член палубной команды судна (например, боцман, шкипер), машинист в метро, а также на скоростных и высокоскоростных поездах.

**Артур СУНАГАТУЛЛИН**

● БЫЛ СЛУЧАЙ

# Кровавый конвейер

**Охрана труда не терпит ошибок. В этой аксиоме убедился работник одного из белебеевских предприятий, получивший тяжёлую травму.**

Несчастный случай с оператором пульта управления произошёл в первый день августа в цехе по производству кирпича. Выйдя на работу, работники вечерней смены поняли, что требуется наладка или ремонт оборудования, так как брус не заходил на отрезной подъёмный стол, застревая на конвейере. Это автоматически приводило к остановке всей линии.

Отключив отрезной автомат, сотрудники приступили к устранению неисправности. Возвратный конвейер при этом оставался в работающем состоянии, так как не мешал наладке. Пока коллеги занимались ремонтом, оператор пульта управления решил осмотреть приямок, в котором набираются отходы.

При осмотре работник увидел, что между лентой конвейера и натяжным барабаном попал кусок сырца. Он взял скребок для чистки и направился удалять сырец, при этом конвейер не отключил. Почему? Со слов пострадавшего – забыл, задумался и не обратил внимания, что лента конвейера продолжает двигаться.

Спустившись в приямок к конвейеру и держа скребок правой рукой, он удалил сырец. Вылезая из приямка, работник повернулся через правое плечо лицом к выходу. В это время почувствовал рывок за левую руку, её защемило между транспортерной лентой и барабаном. К коллегам он вышел в состоянии шока уже без руки…

К несчастному случаю привёл целый ряд нарушений. Так, натяжной барабан возвратного конвейера отрезного автомата не был ограждён, кроме того, отсутствовали устройства, исключающие как падение транспортируемого груза, так и автоматически очищающие ленту. Также отсутствовал контроль за правильной эксплуатацией оборудования и не был обеспечен контроль за соблюдением инструкций по охране труда, ведь ручная чистка допускается только при неработающем оборудовании.

Стоит ли добавлять, что проверка выявила отсутствие системы управления охраной труда, в том числе не реализовывались мероприятия, направленные на выявление, исключение или снижение воздействия профессиональных рисков.

**Артур СУНАГАТУЛЛИН**

● ЛУЧШИЕ

# Уполномочен охранять

**В Тюмени состоялся финальный этап смотра-конкурса «Лучший уполномоченный по охране труда первичной профсоюзной организации МПО ПАО «НК «Роснефть».**

Участники конкурса демонстрировали свои теоретические и практические навыки: проводили реанимационные действия на тренажёре, выявляли нарушения норм и правил охраны труда и промышленной безопасности на специально оборудованной площадке Тюменского индустриального университета.



**Азамат Фазуллин умеет ставить цели – и достигает их!**

Как отмечают организаторы, конкурс «Лучший уполномоченный по охране труда» – это не только соревнование, но и важное событие, содержащее в себе все аспекты, касающиеся защиты жизни людей на производстве. Данное мероприятие стало демонстрацией стремления к совершенству, готовности учиться и расти, а также необходимости приложения совместных усилий в обеспечении безопасной рабочей среды.

В итоге среди 66 участников I место занял Азамат Фазуллин, представитель ППО «Башнефть-Переработка», филиал ПАО АНК «Башнефть»«Башнефть – Уфанефтехим».

Трудовую деятельность на предприятии он начал в 2016 году. Уполномоченным по охране труда является с введения данной должности на предприятии.

– В процессе работы стараюсь наработать опыт и передать его тем, кто только начинает свой путь в этом направлении, – отмечает Азамат Фазуллин. – Считаю, что самое главное в любом деле – не останавливаться на достигнутом, развиваться, ставить цели и достигать их. Командная работа, сплочённость, взаимоуважение и взаимопонимание – вот ключ к успеху!

● СИЗЫ

# Лишнего не дадут

**Минтруд России разработал изменения в Правила обеспечения работников средствами индивидуальной защиты (СИЗ) и смывающими средствами, в соответствии с которыми планируется разрешить работодателям выдавать средства защиты в комплекте форменной одежды только в объёме, необходимом по результатам оценки профессиональных рисков.**

Речь идёт о работниках, которые в соответствии с законодательством обеспечиваются форменной одеждой и не выполняют работы, связанные с воздействием вредных и (или) опасных производственных факторов, которые могут привести к ухудшению здоровья.



Больше видов средств индивидуальной защиты хотят разрешить переводить в дежурные и закреплять их за рабочим местом или подразделением. В список могут добавить маски сварщика, экзоскелеты, наколенники и др. Кроме того, ряд СИЗ однократного применения позволят использовать как дежурные при условии списания или утилизации после эксплуатации.

Также хотят закрепить, что в карточке выдачи дежурных СИЗ не надо фиксировать их передачу между сменами или работниками в период нормативного срока эксплуатации. Его установит сам работодатель в пределах срока годности, который указал изготовитель. Есть и другие изменения.

Новеллы направлены на снижение избыточной финансовой нагрузки на работодателя и риска получения работниками производственных травм, следует из документа. При этом оговаривается, что объём СИЗ, включенных в Единые типовые нормы выдачи средств индивидуальной защиты работникам по профессиям (должностям), не может уменьшаться работодателем в зависимости от идентифицированных опасностей или переводиться в дежурные СИЗ.

**Артур СУНАГАТУЛЛИН**

● СОУТ

# Гарантии за вредность

**Новый коллективный договор Стерлибашевской ЦРБ на 2024-2027 годы увеличил гарантии за работу во вредных условиях труда.**

В Стерлибашевской ЦРБ благодаря совместной работе профсоюза и администрации больницы успешно развивается социальное партнёрство. В апреле завершилась процедура специальной оценки условий труда на 110 рабочих местах, где заняты 150 работников. В результате спецоценки на всех рабочих местах проведены исследования, а сотрудники, работающие во вредных условиях, обеспечены льготами и компенсациями.



**В новом колдоговоре возросло количество гарантий для сотрудников**

Для 12 сотрудников (включая водителей, операторов котельных и поваров) введена надбавка в размере 5%. Также уборщикам служебных помещений теперь установлен дополнительный отпуск. Ещё одно нововведение коллективного договора – более 60 сотрудников, которым установлен класс вредности 3.2, помимо доплат и дополнительного отпуска получают денежную компенсацию за молоко.

– Новый коллективный договор закрепил льготы и гарантии работникам на ближайшие три года, – поясняет председатель профсоюзной организации Стерлибашевской ЦРБ Эльза Адикаева. – Профсоюз продолжает активно взаимодействовать с работодателем, обеспечивая защиту прав медработников и улучшение условий труда. В 2025 году у нас запланирован новый этап исследований в терапевтическом и педиатрическом отделениях стационара. Мы уже начали подготовку к нему, задача – подтвердить наличие вредных условий труда медиков.

Надо отметить, что в больнице сильная первичка, здесь многие годы сохраняется почти 100%-ный уровень профсоюзного членства, а председатель профорганизации пользуется уважением и доверием коллектива.

● С ПРОФСОЮЗОМ ВМЕСТЕ!

# Оценили факторы

**Право на дополнительный оплачиваемый отпуск получили монтёры Дёмской дистанции пути ОАО РЖД по результатам внеплановой специальной оценки условий труда, проведённой по предложению профсоюзной организации.**



**Т. Назарова: «Труд монтёров пути тяжёл, и неделя отпуска для восстановления им очень пригодится!»**

На инициативу профсоюзных активистов предприятия откликнулся технический инспектор труда в Башкирском филиале Дорпрофжел на Куйбышевской железной дороге Эдуард Марданов. Он не только оказал профкому консультационную поддержку, но и сам участвовал в оценочных процедурах.

– В ходе СОУТ особое внимание было обращено на фактор тяжести трудового процесса, – рассказывает председатель профсоюзной организации дистанции Татьяна Назарова. – Он оценивался по всем критериям, установленным нормативными документами, а именно: физическая динамическая нагрузка, масса поднимаемого и перемещаемого груза вручную, стереотипные рабочие движения, статическая нагрузка, рабочая поза, наклоны корпуса и перемещение в пространстве.

По фотографиям рабочего времени и другим показателям эксперты установили, что монтёры пути находятся в положении «стоя» более 80% времени смены и более половины времени – в неудобном положении.

По совокупности всех оценок класс условий труда монтёров пути был изменён с 3.1 на 3.2. В результате 202 работника получили дополнительные компенсации за вредные условия труда – семидневный оплачиваемый отпуск помимо основного и доплату к окладу в 4%.

● ЭКСКУРСИИ

# В гостях – будущие правоохранители

**С ознакомительной экскурсией в Доме профсоюзов побывали первокурсники Башкирского института социальных технологий, обучающиеся по специальности «Правоохранительная деятельность», которых сопровождали заместитель директора Булат Ибраев и декан отделения Наталья Омельченко.**



Экскурсию в музей провела З. Исмагилова

Экскурсия началась с посещения Музея профсоюзного движения в РБ, об экспозиции которого студентам рассказала хранитель музея Зульфия Исмагилова.

Учащиеся с интересом рассматривали экспонаты музея, рабочее место председателя профкома советских лет, многих заинтересовали такие раритетные вещи, как пишущая машинка или счёты, газеты, на страницах которых описывались трудовые будни и свершения советских людей.




Со студентами встретилась председатель ФП РБ Г. Мирошниченко

Затем юные правоохранители посетили спортзал и другие помещения Дома профсоюзов.

Далее экскурсанты встретились с председателем ФП РБ Гузель Мирошниченко, которая тепло приветствовала тех, кто в скором будущем встанет на страже закона. Гузель Фаритовна рассказала о задачах профсоюзов республики, подчеркнув, что они во многом схожи с работой правоохранительных органов, ведь они также стоят на страже интересов человека труда, делают всё для защиты его прав. Особо председатель ФП РБ отметила значение молодёжи в развитии профсоюзного движения, расширении его влияния.

Гузель Фаритовна торжественно вручила дипломы профсоюзных стипендиатов студентам БИСТ Лиане Ильясовой и Ивану Ворощенко.

Учащиеся колледжа с интересом посмотрели мотивационный ролик, подготовленный Молодёжным советом ФП РБ, о том, что даёт работнику членство в профсоюзной организации.

Мы поговорили с ребятами, чтобы выяснить: что побудило их выбрать профессию правоохранителя и каковы их дальнейшие планы?

**Алина Айтмухаметова:**

– Я поступила после окончания девятого класса Уфимской СОШ №130. Хочу получить среднее специальное образование, а затем поступить в вуз также по юридическому профилю. Буду стремиться работать в министерстве специалистом по связям с общественностью.

**Аделина Шарифуллина:**

– Я по окончании колледжа и также затем отучившись в вузе хотела бы стать следователем.

**Иван Ворощенко:**

– Я приехал из села Мраково Кугарчинского района. В дальнейшем хотел бы стать хорошим опером, как показывают в кино. Отчасти героические фильмы о нашей полиции и послужили причиной, почему я выбрал именно этот колледж.

Были среди учащихся и те, кто пошёл в профессию по семейным традициям, как, например, Александра Гарасюта из Уфы, папа которой работал в уголовном розыске, или Дарья Лишенкина из Иглинского района, у которой в полиции трудится дядя.

Декан отделения Наталья Омельченко отмечает:

– Мы стараемся, чтобы помимо изучения правовых дисциплин учащиеся расширяли свой кругозор. С этой целью проводятся встречи с интересными людьми, экскурсии, как эта, в Дом профсоюзов, из которой, надеюсь, ребята почерпнули для себя много полезного и нужного для будущего.

**Сергей РУСАКОВ**
**(фото автора)**

● КРОСС

# Поймали лето за хвост

**28 сентября в парке Баланово в Дёмском районе г. Уфы железнодорожники провели Осенний кросс и велопробег для работников Башкирского региона.**



Готовятся к старту велосипедисты




Среди детей проигравших не было!

В кроссе приняли участие женщины и мужчины, распределённые по трём возрастным категориям. Педали велосипедов крутили женщины и мужчины, разделённые на две возрастные категории: от 18 до 40 лет и от 41 года и старше.

Погода стояла практически летняя, любителей активного отдыха окружал сказочный осенний парк с золотой листвой и уютными дорожками. Поэтому настроение у собравшихся любителей спорта было прекрасным. Многие привели с собой детей. Для непоседливых девчонок и мальчишек были организованы игры с аниматором, а потом они, точно так же, как их папы и мамы, стартовали в забеге, а затем воодушевленно крутили педали, борясь за звание победителя! И если среди взрослых спортсменов медали получили только те, кто показал победные результаты, то среди ребят проигравших не было: всем им вручили настоящие медали и приятные подарки.

● ВОСПИТАНИЕ

# С задачами справились!

**В парке «Патриот» состоялся спортивно-патриотический молодёжный слёт ООО «Газпром трансгаз Уфа», в котором приняли участие дети работников Общества из уфимских филиалов, а также учащиеся нового потока «Газпром-класса».**



В. Сафиханов вручил награды РОБ НГСП



Организаторы и почётные гости слёта

С приветственными словами выступили генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Уфа» Шамиль Шарипов, Герой Российской Федерации, генерал-майор Умарпаша Ханалиев, председатель Республиканской организации Башкортостана Нефтегазстройпрофсоюза России Валерий Сафиханов. В открытии слёта также приняли участие участники специальной военной операции, профсоюзный актив, ветераны предприятия и другие почётные гости.

Прекрасная осенняя погода и солнце стали настоящим подарком для участников мероприятия.

– В «Газпроме» особое внимание уделяется патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Это преданность и любовь к своему Отечеству, к своему народу и готовность отстаивать интересы, укреплять силу и мощь нашей страны. Желаю всем участникам слёта хорошо провести время! – отметил Шамиль Шарипов.

В торжественной обстановке работникам предприятия вручили награды Республиканской организации профсоюза.

Участники слёта были разделены на восемь команд, в каждой из которых было по восемь участников в возрасте от 14 до 16 лет. Командам необходимо было выполнить нормативы ВФСК ГТО (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, челночный бег 3х10 м), а также пройти полосу препятствий. Все участники показали отличную командную работу и сплочённость.

В рамках слёта состоялась экскурсия в УМЦ «Авангард», музейно-выставочный комплекс «Партизанская деревня», также участники ознакомились с военной техникой и Аллей Героев.

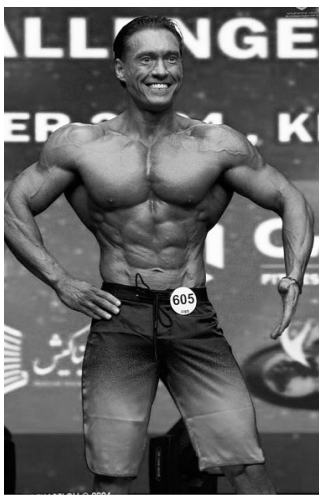
Победители и призёры спортивно-патриотического молодёжного слёта награждены медалями и кубками, а всем участникам вручили памятные подарки.

**ССОиСМИ**
**ООО «Газпром трансгаз Уфа»**

● ЗНАЙ НАШИХ!

# Чемпион мира

**Старший оператор технологических установок цеха №2 филиала «Башнефть-УНПЗ» Рустем Кабиров стал победителем 78-го IFBB Чемпионата мира по бодибилдингу, который проходил в Иране на острове Киш.**




Рустем Кабиров – чемпион мира

В состав сборной России вошло 60 человек. Рустем на соревнованиях занял I место среди участников до 44 лет в категории «Пляжный бодибилдинг. Мастера» и стал Абсолютным чемпионом мира в своей категории. Он защитил прошлогодний титул Чемпиона мира, завоеванный в 2023 году в Кыргызстане. Всего сборная команда России завоевала 20 медалей, из которых 9 – золотые. Две золотые медали принёс в копилку сборной Рустем.

ППО «Башнефть-Переработка» и филиал «Башнефть-УНПЗ» оказали поддержку Рустему Кабирову для участия в чемпионате.

«Я очень доволен результатом. Хотелось бы поблагодарить всех, кто за меня переживал, особенно родных, которые непосредственно видят, каких усилий стоят эти достижения. Приятно, что родной завод и профсоюз поддерживают все мои спортивные начинания», – поделился чемпион.

Бодибилдингом Рустем занимается около 22 лет. В профессиональных соревнованиях участвует с 2017 года. За плечами Кабирова немало побед.

● ЭКОЛОГИЯ

# Зелёная Башкирия

**28 сентября генеральный директор ПАО «НЕФАЗ» Евгений Корепанов, председатель ППО Розалия Мулахметова и активисты Совета молодёжи завода приняли участие в экологической акции «Зелёная Башкирия», в ходе которой высадили пирамидальные тополя на «Аллее Будущего» в новом микрорайоне Нефтекамска, продолжающем ул. Ленина.**



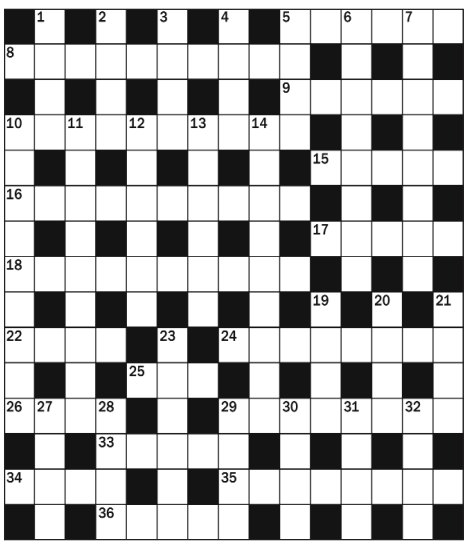
В субботнее утро жители Нефтекамска собрались, чтобы сделать свой город ещё краше. Все вместе энтузиасты дружно высадили 100 пирамидальных тополей. К этой экологической акции присоединились и автозаводчане: дружной командой генеральный директор, председатель ППО и молодёжь внесли свою лепту в то, чтобы город стал краше и уютнее. Бодрое и позитивное утро удалось!



Осталось дождаться весны, чтобы в следующем году пройтись по алее, которую посадили все вместе!

В следующем году нас уже порадует зелёная аллея!

● НА ДОСУГЕ



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5.** Картофельное пюре к котлете. **8.** Положительный результат усилий. **9.** Спрятанный в здании балкон. **10.** Достойное качество для любой девушки. **15.** «Музыка» несмазанных петель. **16.** Барон, большой любитель приключений. **17.** Столярный инструмент для зачистки. **18.** Квартира с окнами на обе стороны. **22.** «Камень аристократии» у римлян. **24.** Рыба в Японском и Чёрном морях. **25.** Монетка в кармане мушкетёра. **26.** Сменный элемент циркулярной пилы. **29.** Характеристика жидкости, определяемая ареометром. **33.** Рыба, мечущая икру только в Саргассовом море. **34.** Лестница со стюардессой на вершине. **35.** Миниатюрная статья на весёлую тему. **36.** Всякий движущийся не на своих двоих.

**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Вещество, из которого сделаны пчелиные соты. **2.** Обычная пора идти на работу. **3.** Спиртной напиток, повышающий иммунитет организма к малярии, поэтому особенно популярный у европейцев, путешествующих по Африке. **4.** Реализация поговорки «ломать не строить». **5.** Средство для укладки, помогающее создать эффект мокрых волос. **6.** «Родильный дом» какого-либо печатного издания или телепередачи. **7.** Первые буквы имени и отчества. 10. Столица, основанная Тамерланом. **11.** Эпоха сооружения собора Св. Петра в Риме. **12.** Мастер большого бизнеса. **13.** Всё, что остаётся от сигареты. **14.** Мелодии хора кузнечиков. **19.** Море волн с частотой от 16 до 20000 Герц. **20**. Материал для «бриллиантовой руки». **21.** Русская армия против татаро-монгольской орды. **23.** Трезвучие на струнах гитары, в переводе с французского – «согласие». **27.** Спросили раз у осетра: «Что наша жизнь?», ответил он: «…!» **28.** Двухместный салон автомобиля. **29.** Поклажа на осле или верблюде. **30.** «Пошли, господь, свою отраду / Тому, кто в летний жар и … / Как бедный нищий мимо саду / Бредёт по жёсткой мостовой» (Тютчев). **31.** Арахис – земляной, чилим – водяной. **32.** То, чего не хватает поручику Ржевскому, чтобы быть джентльменом.

● АНЕКДОТЫ

*Я понял, почему все врачи говорят, что в день нужно выпивать 2 литра воды.*

*Это минимальный объём, который необходим, чтобы запить все таблетки на день, когда тебе за 40.*

☻☺☻

*Если тебе плохо, сходи, займись спортом и убедись, что твое физическое состояние ещё хуже, чем ментальное.*

☻☺☻

*– Не унывай, дружище, не всё так плохо! Будет ещё хуже!*

*– Хватит уже меня подбадривать!*

☻☺☻

*– Надо встретиться.*

*– Зачем?!*

*– Есть проблемы.*

*– Я не хочу есть проблемы.*

☻☺☻

*Две старушки, все в морщинах, треплются. Одна говорит:*

*– Вчера показывали по телевизору, как Брижит Бардо живёт. И саму её показывали. Ты помнишь, когда мы молодые были, все хотели выглядеть точно, как она?*

*– Ну.*

*– Ну, вот, сбылась наша мечта.*

☻☺☻

*– Хочу работать у тебя бухгалтером, каков график работы?*

*– Год усердно работаешь, как мы скажем, а три сидишь, отдыхаешь.*

☻☺☻

*– Почему у тебя все вещи на полу валяются?*

*– Гравитация, мамочка…*

☻☺☻

*Я настолько стар, что помню времена, когда в магазинах продавали молоко без указания состава. Просто потому, что название продукта полностью совпадало с составом.*

☻☺☻

*Сегодня ощутил прямо резкий скачок инфляции, когда дочь сказала:*

*– Папа, больше не кидай мне в копилку железные деньги. На них уже ничего купишь.*

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ!

# Салатику подложить?

**Здравствуйте, дорогие кулинарки! Знаете, а хозяйкин муж День рождения собрался отмечать. И моя хозяюшка начала всякие рецепты салатов для него искать. Вот глупая! Я-то знаю, что он любит, он мне сам как-то сказал, когда мы вдвоём на кухне сидели. «Я больше всего картоху жареную люблю, чтоб с поджаристой корочкой, чесночком и укропчиком. И больше ничего не надо!» – вот что он мне сказал. А она старается, ингредиенты подбирает. Нажарь ему ведро картошки – пусть лопнет от счастья!**



## Салат «Нежный»

600 г отварной куриной грудки, 2 натёртых сладких яблока, 4 варёных яйца, 200 г чернослива, 150 г сыра, 150 г грецких орехов.

Курятину нарежьте первым слоем, на неё тоненькой решёткой разместите майонез. Затем идёт слой натёртых на крупной тёрке яблок. Снова майонезная сеточка. Далее следуют натёртые на тёрке яйца, майонез, нарезанный чернослив, натёртый сыр и измельчённые орехи. Сыр и орешки выкладывайте без майонезного слоя!

## Салат «Зять»

По 150 г сыра и морковки по-корейски, 400 г крабовых палочек, яблоко, 4 яйца, по горсти чернослива и грецких орехов, 3 зубчика чеснока, креветки (по желанию, если зять любимый. Если нет – то без креветок), майонез.

Сыр натрите на тёрке, добавьте морковку, нарезанные крабовые палочки, нарезанные яйца, нарезанное яблоко, измельчённый чернослив и орехи, измельчённый чеснок, варёные креветки. Перед подачей заправьте майонезом.

## Салат с копчёной курицей

По 150 г копчёной курицы и пекинской капусты, средняя груша, 25 г грецких орехов.

Для заправки: 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки зернистой горчицы, щепотка чёрного молотого перца, соль.

С копчёной курицы снимите кожицу и нарежьте мясо на кубики. Грушу нарежьте тонкими ломтиками, салат – полосками.

Смешайте ингредиенты заправки и вылейте её на подготовленные продукты. Добавьте измельчённый грецкий орех, перемешайте, дайте настояться минут 10.

## Салат с кальмарами

4-5 кальмаров, 5 яиц, 120 г сыра, 350 г кукурузы, соль.

Кальмары отварите 5 минут, очистите, нарежьте полосками. Добавьте к ним кукурузу, нарезанные яйца, натёртый на крупной тёрке сыр, немного майонеза. Посолите по вкусу и перемешайте.

## Салат «Берлинский»

200 г отварной говядины, солёный огурец, 4 ломтика бекона, красная луковица, 1,5 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка горчицы, зубчик чеснока, зелень – по вкусу.

Для маринада: 0,5 ч. ложки соли, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка уксуса, 2 ст. ложки воды, 1 ст. ложка раст. масла.

Говядину нарежьте тонкой соломкой, так же нарежьте огурец и красный лук. Лук замаринуйте в маринаде на 20 минут.

Подготовьте заправку из майонеза, горчицы и чеснока.

Обжарьте бекон и нарежьте его тонкой соломкой. Смешайте все ингредиенты, заправьте их и добавьте измельчённую зелень.

## Слоёный салат с языком

Ингредиенты должны быть примерно в одинаковом объёме: маринованный лук (лучше красный), отварной говяжий язык, маринованные шампиньоны, варёные яйца, сыр.

На дно положите нарезанный соломкой маринованный лук, затем нарезанный соломкой язык. Смажьте майонезом. Следующий слой – маринованные шампиньоны, затем измельчённые яйца – и снова майонез. Финальный слой – натёртый на мелкой тёрке сыр.

## Салат «Смачный»

250 г варёного куриного филе, 200 г шампиньонов, 100 г красной фасоли, 150 г салата (типа айсберг), 200 г спелых помидоров, 100 г лука, 100 г сметаны, соль, перец, паприка, чеснок, приправа для курицы – по вкусу.

Крупно нарвите салат, затем выложите нарезанную пластинами поперёк волокон курятину, обжаренные с луком грибы, крупно нарезанные квадратами помидоры, фасоль, заправьте сметаной, добавьте специи и перемешайте.

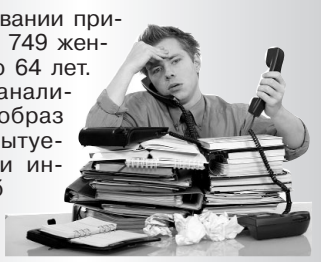
**Приятного аппетита!**

**Ваш Поварёнок**

● А ВЫ ЗНАЕТЕ?

# Работа или жизнь!

**Согласно результатам исследования американских учёных, люди, которые постоянно работают без отпусков, живут меньше алкоголиков.**



В исследовании приняли участие 749 женщин от 45 до 64 лет. Учёные проанализировали образ жизни испытуемых, собрали информацию об их трудовой жизни и вредных привычках. После этого начался период наблюдения за добровольцами, который продлился около 20 лет.

Анализ подтвердил, что переработки и недостаток отдыха становятся серьёзной угрозой для здоровья. Учёные установили, что продолжительность жизни лиц, которые постоянно перерабатывали, была меньше, чем у тех, кто страдал алкогольной зависимостью.

Исследователи отметили, что постоянная усталость значительно увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний, таких как инфаркт. При этом для провокации инфаркта достаточно ежедневных трёхчасовых переработок.

Коме того, переработки повышают риск впасть в депрессию, получить инсульт на 100%! При этом трудоголизм не приносит пользы, а наоборот, провоцируют больше ошибок из-за стресса и невнимательности из-за усталости.

Учредитель:
РС «Федерация профсоюзов Республики Башкортостан», сайт: www. fprb.ru
Издатель:
© АНО «Редакция газеты «Действие»
**Главный редактор И.А. ЛЕВЧУК**

Адрес редакции, издателя: Республика Башкортостан, 450008, г. Уфа, ул. Кирова, 1, каб. 333.
**Телефон/факс 272-34-47. E-mail: deystvye@yandex.ru**
Зарегистрировано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Башкортостан 02 сентября 2015 года. Свидетельство ПИ № ТУ02-01443.
При перепечатке ссылка на «Д» обязательна. Редакция рукописи не рецензирует и не возвращает. Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции.
Подписной индекс ПР512. Периодичность выпуска – еженедельно, но по графику – 25 номеров за полугодие

Отпечатана в типографии ООО «Полиграфия», 453261, Республика Башкортостан, г. Салават, ул. Ленина, д. 5/11,
тел. (3476) 35-31-02
Зак. № 112595. Тираж 5214 экз.
9 октября 2024 г. Свободная цена.
**Дежурный по номеру И.А. ЛЕВЧУК**