

Строители будущего

В преддверии профессионального праздника строителей компания «Восток-нефтезаводмонтаж» вошла в число победителей XXIV Всероссийского отраслевого конкурса, получив диплом «Элита строительного комплекса России».

Этот диплом очень почитен, он является признанием деятельности организации на уровне всей России и вручается наиболее эффективным предприятиям. Генеральный директор ПАО «АК ВНЗМ» **Халит БИКМУХАМЕТОВ** рассказывает о большой работе, которая легла в основу этого успеха.

По итогам 2019 года строительно-монтажный холдинг из Башкортостана занял 4 строчку Российского рейтинга среди лидеров строительных организаций-тяжеловесов, объем подрядных работ которых превышает 10 миллиардов рублей.

Объем строительно-монтажных работ и их качество, научно-технический уровень производства, финансово-экономические результаты, социальное партнерство внутри компании и безопасность труда, – сумма этих показателей позволяет компании находиться в верхней части списка из 69 организаций.

Технический и инженерный потенциал ВНЗМ, заложенный 60 лет назад для создания промышленного комплекса страны, не просто сохранился, но и вырос. Мощная производственная база, позволившая в эпоху СССР построить нефтехимические комплексы в Уфе, Стерлитамаке, Салавате, Мелеузе, Оренбургской и Астраханской областях, помогла в последние десятилетия развернуть географию работы на всю страну.

Сейчас ПАО «АК ВНЗМ» – в числе крупнейших подрядных строительно-монтажных организаций, с возможностью реализа-



ции ЕРС-контрактов, при этом способная выполнять одновременно несколько крупномасштабных проектов на всей территории России, в том числе в условиях Крайнего Севера и в странах таможенного союза.

Такой охват обеспечивается холдинговой структурой – более 5 тысяч рабочих и специалистов в сфере промышленного строительства и производства трудятся на 16 предприятиях компании. Каждое предприятие имеет свою

уникальную специализацию, подкрепленную производственными площадями, оборудованием и нужными технологиями. Это позволяет ВНЗМ выполнять полный производственный цикл внутри компании, изготавливать высоко-технологичные конструкции и оборудование, так необходимые сложным и опасным сферам нефтегазохимпереработки.

Главная мобильная сила компании – 9 монтажных управлений и два специализированных пред-

приятия (теплоизоляция и антикоррозионная обработка конструкций). Все они оснащены производственными базами, расположенными в Уфе, Стерлитамаке, Салавате, Мелеузе, Новом Уренгое. Промышленная мощь компании – два завода металлоконструкций, каждый из которых способен выпускать до 10000 тонн продукции в год.

Несколько лет назад ВНЗМ серьезно вложил в реконструкцию всей производственной базы

и обновление оборудования, поэтому уверенно берет на себя ответственность за весь цикл работ – это уникальное качество среди строительно-монтажных предприятий.

Это позволило компании в 2019 году вести сразу четыре крупных строительства в разных регионах страны.

Бережное сохранение людей, чьими руками создаются все ценности – базовый ориентир ВНЗМ.

2 стр.

● ВНИМАНИЕ: КОНКУРС

Успеть за 10 дней

В Башкортостане проходит региональный этап Всероссийского конкурса «Российская организация высокой социальной эффективности – 2020».

Конкурс ставит перед собой задачи выявлять работодателей, эффективно решающих социальные проблемы, стимулировать организации к заимствованию положительного опыта в данной области, изучать и распространять их опыт на более широкий круг организаций, развивать социальное партнерство в организациях и поощрять социально-ответственное поведение работодателей.

К участию приглашаются организации и индивидуальные предприниматели, зарегистрированные в Республике Башкортостан, любой организационно-правовой формы, отраслевой принадлежности и осуществляемых видов экономической деятельности, а также филиалы организаций по согласованию с создавшими их юридическими лицами.

Для участия нужно до 17 августа пройти регистрацию на сайте: https://14-ot.rosmintrud.ru/user/sign_in, разместить на нём конкурсные документы и предоставить документы на бумажном носителе в Министерство семьи и труда РБ по адресу: 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Пушкина, д. 95, каб. 402а.

Участие в региональном этапе конкурса – бесплатное. Победители будут номинированы для участия в федеральном этапе.

Подробную информацию о порядке проведения конкурса и формы документов вы можете найти на сайте Минтруда РБ (<https://mintrud.bashkortostan.ru/activity/16035/>) в разделе «Трудовые отношения». Телефон для справок: 8 (347) 218-06-52 (Отдел мониторинга социально-трудовой сферы и социального партнерства).

● ПРОФСОЮЗ ПОМОГ

Социально-ориентированный подход

В Белокатайской районной больнице восстановили в должности санитарок инфекционного отделения и увеличили штат медицинских сестер. Это стало возможным благодаря конструктивному взаимодействию администрации больницы, профкома и Республиканского комитета профсоюза работников здравоохранения РФ.

Ещё в марте в республиканскую организацию профсоюза поступило обращение от уборщиц инфекционного отделения, которых перевели с должности санитарок. После перевода их заработная плата снизилась до уровня МРОТ, а это чуть больше 13 тысяч рублей, сотрудники лишились льготного медицинского стажа. «Мы проанализировали действующие в ЦРБ документы по оплате труда, в администрацию больницы было направлено письмо о необходимости привести штатное расписание в соответствие с нормативами оказания медпомощи, – поясняет правовой инспектор труда рескома профсоюза Илья Дмитриев. – На период всплеска эпидемии уборщиц инфекционного отделения временно перевели в санитарки, но после образования на базе участковой больницы провизорного госпиталя их опять перевели в уборщицы. Поступила повторная жалоба».

Активную позицию в отстаивании интересов санитарок заняла председатель профкома, ведя переговоры с экономистами, главным врачом Белокатайской ЦРБ. «Пациенты в инфекционное отделение поступают с пневмониями, из группы риска, – рассказывает председатель ППО Белокатайской ЦРБ Сания Верзакова. – Наши уборщицы выполняют работу санитарок: ухаживают за больными, собирают



Сотрудники инфекционного отделения

и доставляют анализы, утилизируют медицинские отходы, проводят санобработку. При заражении они фактически лишаются страховых выплат ФСС, доплат за работу с COVID-19 по постановлению Правительства РФ № 415, а также льгот и гарантий, предусмотренных трудовым кодексом. Сейчас приказ о переводе уборщиц действует до конца года, но в 2021 году в штатное расписание больницы будут внесены должности санитарок на постоянной основе. Так, сообщая, администрация и профсоюз сработали в интересах работников. Оклад санитарок увеличился вдвое, поэтапно их зарплата приблизится к средней заработной плате по региону – и это справедливо, – отметила Сания Верзакова.

По данным рескома

● ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Самая мирная профессия

Уважаемые строители!
Дорогие работники и ветераны строительного комплекса!

От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником – Днём строителя! Ваша профессия является одной из самых мирных, благодарных, уважаемых и ответственных. Всё, что сегодня создается вами, служит и современникам, и нашим потомкам. Ваш труд, как труд созидателей, является национальным богатством страны и благом каждого гражданина.

От того, сколько, а главное, как вы строите жилые дома, инженерную, транспортную и социальную инфраструктуру, зависит качество жизни людей. Примите слова искренней благодарности за ваш благородный труд, верность профессии и призванию строителя, за вашу огромную и плодотворную работу на благо нашей Республики Башкортостан и всей России.

Искренне желаю вам суметь построить множество красивых объектов, которые долгое время будут украшать нашу республику. Пусть инструмент будет точным и качественным, материалы – лучшими, а работа складывается и принимается великолепно и легко! Крепкого вам здоровья, достатка, оптимизма, удачи в воплощении новых самых смелых планов, мира и благополучия вашим семьям!

Павел АЛЕКСАНДРОВ,
председатель республиканской организации
Башкортостана профсоюза строителей
России

Уважаемые работники и ветераны строительной отрасли!

Примите искренние поздравления с вашим профессиональным праздником – Днём строителя!

От работников строительной отрасли во многом зависит реализация масштабных программ по развитию промышленной, социальной, энергетической, транспортной инфраструктуры, а также качество жизни миллионов людей, обеспечение их современным, доступным жильём. Объекты, построенные в последние годы в республике, стали ярким подтверждением вашего высокого профессионализма, таланта и самоотверженности.

Поздравляю всех строителей, а также студентов, молодых работников, которые выбрали профессию строителя. Уверена, что они продолжают и приумножат достижения ветеранов труда. Каждый, кто связал жизнь со строительством, может гордиться своей профессией.

Честь вам и хвала, дорогие строители! С праздником, ветераны! Пусть в ваших домах будет тепло и уютно, в ваших семьях – благополучно, а в ваших сердцах всегда горит огонёк, освещающий путь к успеху! Мира и добра всем!

Гузель МИРОШНИЧЕНКО,
председатель Федерации
профсоюзов РБ

● ОРИЕНТИР

Строители будущего

←1
стр.

Например, в заполярной тундре, вблизи от Нового Уренгоя компания построила целый временный городок, рассчитанный одновременно на 2700 человек – тёплые и чистые общежития, несколько столовых, медпункт, баня, спортивные площадки. По мнению рабочих, это лучшие вахтовые условия, которые они когда-либо встречали на стройках.

Созданная инфраструктура и возможность получения производственного опыта привлекает студентов. Начиная с 2018 года со всей страны съезжаются строительные отряды для сезонных работ. Летом 2020 года на площадке объекта АО «РОСПАН ИНТЕРНЭШНЛ» в г. Новый Уренгой работает 24 стройотряда из 23 регионов страны – это 320 человек.

Каждое второе воскресенье августа – наш профессиональный праздник День строителя.



Работая вместе над общими задачами, мы являемся большой командой единомышленников. Результаты неустанныго труда строителей впечатляют, мы можем ими гордиться!

Искренне желаю всем сплочённой, успешной работы, крепкого здоровья, благополучия и семейного уюта!

Подготовил
Константин ВАСИЛЬЕВ

● ХРОНИКА

29 июля состоялась рабочая встреча председателя Федерации профсоюзов РБ Гузель Мирошниченко с председателем Госсобрания – Курултая РБ Константином Толкачёвым.

В ходе встречи стороны обсудили вопросы социального благополучия граждан республики, реализацию Указа Главы РБ от 23.09. 2019 г. № УГ-310 «О стратегических направлениях социально-экономического развития Республики Башкортостан до 2024 года», направленного на повышение благосостояния и создания комфортных условий для самореализации каждого жителя республики, роста национального богатства и достижения высокого уровня конкурентоспособности региона.

В целях дальнейшего развития взаимодействия Госсобрания – Курултая РБ и Федерации профсоюзов РБ был обсужден проект соглашения о сотрудничестве, направленного на дальнейшую демократизацию участия институтов гражданского общества в правотворческой деятельности Госсобрания республики.

30 июля в дистанционном режиме состоялось XIII заседание Совета Федерации профсоюзов РБ, в ходе которого был рассмотрен ряд организационных вопросов: об изменении в составе президиума ФП РБ и постоянных комиссий Совета ФП РБ; о регламенте Совета и президиума ФП РБ и др.

● ПОЗИЦИЯ ФНПР

На здоровье!

Президент РФ подписал закон о внесении изменений в статью 185.1 ТК РФ, согласно которому работникам, достигшим возраста 40 лет, предоставляются дополнительные гарантии при прохождении диспансеризации.

Комментирует руководитель правового департамента ФНПР Юрий ПЕЛЕШЕНКО:

– Данный закон был разработан, чтобы урегулировать трудовое законодательство в соответствии с приказом Министерства здравоохранения о порядке проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определённых групп взрослого населения.

Речь идёт о том, что работники в возрасте от 40 лет получают право на освобождение от работы один день раз в год для прохождения диспансеризации с сохранением гарантий – места работы, должности и средней заработной платы. В этой связи следует иметь в виду, что в некоторых организациях работодателю может потребоваться справка медицинской организации как подтверждение диспансеризации конкретного работника – в случае, если это предусмотрено локальным нормативным актом.

В настоящее время получить освобождение от работы (с сохранением гарантий) для прохождения диспансеризации можно только на один день один раз в три года.

Гарантии, описанные в проекте закона, помогут выявить и предупредить заболевания работников на ранних стадиях, так как у них появится возможность систематически наблюдаться в медицинских организациях.

ФНПР поддерживает принятие закона, который позволит работникам уделить больше времени своему здоровью. Хотя надо напомнить, что Федерация неоднократно выступала против фиксированного количества дней для диспансеризации и предлагала свой вариант законопроекта, в котором время на прохождение диспансеризации с сохранением гарантий для работника не ограничено. В случае если посещение медицинского учреждения занимает больше одного дня, работник не должен оставаться без оплаты, так как для кого-то это может оказаться решающим фактором отказа от медицинского наблюдения. К сожалению, мнение ФНПР не было учтено.

При этом всем работникам предпенсионного (за 5 лет до пенсии) и пенсионного возраста следует руководствоваться другой законодательной нормой: в соответствии со статьёй 183.5 ТК РФ они могут без потери места работы и заработной платы взять выходной для проверки здоровья на два дня в течение одного года.

Департамент аппарата ФНПР по связям с общественностью, молодёжной политике и развитию профсоюзного движения

● НОВЫЙ ФОРМАТ

СХК: поехали!

Сельхозкооперация в настоящее время стала неким национальным проектом.

Башкирская республиканская организация профсоюза работников АПК РФ практикует заключение соглашений о сотрудничестве с малыми формами хозяйствования. Председатель РОБ профсоюза работников АПК РФ К. Гайнетдинова отмечает,

что сельхозкооперативы решают важные задачи не только для села, но для отрасли. Среди них – обеспечение занятости населения через создание новых и безопасных рабочих мест, закрепление молодёжи на селе. В этой сфере у рескома новый формат деятельности.

Являясь членом наблюдательного совета Ревизионного союза сельхозхозяйственных кооперативов «Центральный Башкортостан» (РССК), К. Гайнетдинова совместно с исполнительным директором РССК Л. Амировой и председателем наблюдательного совета РССК Ф. Исламовым внесли предложение об организации выездных встреч с СХК на местах.

Первая встреча состоялась 24 июля с сельскохозяйственными потребительскими, снабженческими кооперативами **Стерлитамакского района**. Разговор шёл о роли СХК для отрасли, для комплексного развития сельских территорий, о значимости соци-

ального партнёрства для кооперативов, о роли коллективных договоров. Главной темой встречи стала как правовая, так и методическая помощь по учёту, отчётности; о членстве в кооперативах и координации их деятельности; об итогах ревизий и их финансово-хозяйственной деятельности.



Встреча в Гафурийском районе

Вторая встреча прошла на территории **Гафурийского района**. Её участники ознакомились с деятельностью СПК «Гафурийское молоко» (Н. Хисамутдинов), СХССПК «ХалылЗилим» (Ф. Басыров) и СХПК «Дубрава» (С. Фомина). В каждом кооперативе, учитывая специфику их деятельности, состоялся обстоятельный разговор, обсуждались проблемы, поднималась тема значимости соцпартнёрства, оказывалась методическая помощь и правовая консультация.

Третья, завершающая в тот день встреча, состоялась в **Кармаскинском районе** в СХПК «Ефреминский» (О. Васильев), где шёл подробный разговор о коллективном договоре, специфике учёта и отчётности.

29 июля в рамках деятельности Ревизионного Союза сельскохозяйственных кооперативов «Центральный Башкортостан» была организована выездная встреча с сельхозкооперативами **Татышлинского района**, где присутствовали исполнительный директор РССК Л. Амирова и председатель Башкирской республиканской организации профсоюза работников АПК РФ К. Гайнетдинова.

Руководством Татышлинского района целенаправленно поддерживается развитие малых форм хозяйствования в аграрном секторе экономики. Таким образом, наряду с двумя крупными СПК, активно функционируют 7 СПК и 2 ООО.

С руководителями СПК «Кирова» (Э. Ахунов), «Рассвет» (А. Минлебаев), «имени К. Маркса» (У. Габсалямов), «Урожай» (А. Ахьямов) и представителями кадровых и бухгалтерских СПК были обсуждены вопросы учёта, отчётности, заключения колдоговоров, обеспечения безопасных условий труда и значимости социального партнёрства на уровне СПК через создание ППО. Каждому СПК подготовлен пакет необходимой нормативно-правовой документации для должной организации их деятельности.

По данным рескома профсоюза

● НОВОСТИ ПФР

Пенсии — в рост

С августа работающие пенсионеры начнут получать пенсии в повышенном размере. Отделением Пенсионного фонда по РБ своевременно произведены все работы по ежегодному августовскому перерасчёту размеров страховых пенсий работающих пенсионеров.

На перерасчёт страховой пенсии имеют право получатели страховых пенсий по старости, по инвалидности, по случаю потери кормильца. Перерасчёт производится в беззаяви-

тельном порядке, размер прибавки индивидуален и зависит от периода работы и суммы страховых взносов, поступивших от работодателей. В новых размерах пенсии получат 248 тыс. пенсионеров республики. Финансирование расходов на выплату обеспечено в полном объёме.

Как сообщили «Действию» в пресс-службе ОПФР по РБ, посещение управлений Пенсионного фонда не требуется, выплата будет осуществляться отделениями почтовой связи по обычному графику с 3 по 24 августа, перечисление средств в кредитные организации – в установленные договором сроки.

● АВТОРИТЕТНО

Культура – на паузе

Председатель Республиканской организации Башкортостана Российского профсоюза работников культуры Александр КУЗЬМЕНКО рассказал о том, как выживает культура в условиях коронавируса:

Реском профсоюза уделяет большое внимание социальному партнёрству. Для нас очень важно, что заключены новые отраслевые соглашения с Министерством культуры РБ и Агентством по печати и СМИ. Коллективными договорами охвачены 98% ППО, а их у нас – 295. Коллективные договоры не заключены в 2% организаций в связи с их малочисленностью: в них входят 3, 5, 7 человек.

Средняя заработная плата уровня 2019 года по педагогическим работникам дополнительного образования составляет 32825 руб., по работникам государственных учреждений культуры – 43682, по муниципальным работникам культуры – от 25000 до 29000 рублей.

Реском профсоюза очень волнует ситуация с уровнем заработной платы в печати и СМИ: среднемесячная заработная плата здесь составляет 26755 рублей, а 21% работников получают зарплату в пределах МРОТ.

В целом по Республике Башкортостан средняя заработная плата работников культуры по итогам 2019 года составила 32474,2 руб.

24 апреля 2020 года решением рабочей группы по организации исполнения и мониторингу достижения целевых показателей заработной платы при Минтруда РБ были внесены изменения в целевые показатели по заработной плате, их оставили на уровне 2019 года.

Здесь требуется разъяснение в связи с многочисленными обращениями работников культуры. Дело в том, что средняя заработная плата по региону «проседает» в связи с известными событиями. Зарплата бюджетников привязана к средней по региону. Вместе с тем, мы привязаны к «дорожной карте» и национальным проектам. Предполагаемого роста на 4% средней заработной платы работников культуры в этом году не случится: она останется на уровне 2019 года.

Есть надежда, что наши работники не почувствуют разницы в суммах, так как руководством республики обещано нашей отрасли компенсировать выпадающие доходы. Конечно, ситуация с коронавирусом не может обойти отрасль стороной. Именно поэтому минфин предупредил, что сокращение финансирования на культуру может дойти до 10%. Что делать руководителям в этой ситуации: провести ревизию своих хозяйств и сократить расходы в указанных пределах. Подчеркиваем, это не касается заработной платы.

Конечно, мы считаем ситуацию очень сложной, так как до сих пор Роспотребнадзор не разрешает посещение зрителями киноконцертных залов и театров – и это сказывается не только на материальной составляющей жизни, но и на моральном духе артистов. Артиста без зрителя не бывает. Пока перспектива встречи сторон очень туманная.

Реском профсоюза продолжает мониторить ситуацию, мы на связи со всеми министерствами, муниципалитетами и, разумеется, с членами профсоюза.

Записала Ирина ЛЕВЧУК

● ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

Без книги – тоска

С введением противоэпидемиологических мер жизнь не останавливается, продолжается она и в библиотеках. Об этом мы поговорили с председателем городской организации профсоюза работников культуры, заместителем директора Централизованной библиотечной системы Стерлитамака Натальей КЛОЧКОВОЙ:

Завтра время действия ограничительных мер и самоизоляции люди соскучились не только по общению, но и по настоящей книге. Мы возобновили работу в самом начале лета. Сейчас у нас действует строгий масочный режим, соблюдается социальная дистанция, все мероприятия проводим, исходя из норматива 10 кв. м на одного человека, строго по предварительной записи с учётом объёма помещений. Каждые два часа проходит обязательная санобработка. Во всех залах есть антисептики, сотрудники работают в перчатках и масках. Литература, сданная читателями, выводится на карантин. Книги собираются в отдельные мешки и пять дней находятся в помещении, куда нет доступа. Только после этого они выходят в оборот. Ведётся тетрадь их учёта.

Основное внимание сейчас уделяется дистанционной работе. Максимально активизированы наши странички в Инстаграме, ВКонтакте, где мы запускаем разные челленджи, конкурсы, акции, проводим виртуальные экскурсии, размещаем полезную для населения информацию. Мы анонсируем события дня, пишем посты к праздникам, отмечаем юбилеи писателей, проводим викторины, опросы. Особенно прият-



Н. Клочкова

но, что видим живой отклик и интерес наших подписчиков. В интерактивном музее в центральной детской библиотеке проходят экскурсии.

Сейчас в приоритете летнее чтение, ребята активно берут книги по школьной программе. Можно смело сказать, что потребность в живой книге удвоилась.

Библиотекари следуют своей главной задаче – прививают любовь к чтению и делают всё возможное, чтобы наша страна, как и прежде, стала самой читающей в мире.

К сожалению, по общеизвестным причинам у нас в профсоюзной организации все большие мероприятия отменены. Сейчас многие сотрудники находятся в отпусках, а рабочие вопросы решаются удалённо. Первичкам оказывается информационная помощь: председателям оперативно рассылаются приказы, распоряжения по СанПиНу. Постоянно с ними поддерживается связь по телефону.

Во время режима самоизоляции наши сотрудники, я в том числе, вместе с командой волонтеров Стерлитамака развозили продукты нуждающимся, патрулировали улицы. Также каждый из нас обзвонил не менее сотни человек из социально незащищённых категорий населения и спрашивал, какая требуется помощь. Когда мы разговаривали с пожилыми людьми, нам часто приходилось брать на себя роль психолога, поскольку им не хватало общения. Было приятно слышать слова благодарности за внимание.

Пока что члены нашего профсоюза ждут момента, когда смогут вернуться к полноценной деятельности и продолжать приобщать людей к книге и чтению без оглядок на ковид.

Беседовала Альбина ИСХАКОВА

● ДЕНЬ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКА

Героям посвящается



Накануне Дня железнодорожника состоялось знаковое событие: на деповской площади эксплуатационного локомотивного депо Уфа состоялась торжественная церемония открытия памятника локомотивщикам-фронтовикам.

Памятник, созданный известным уфимским скульптором Халитом Галиуллиным, представляет собой четырёхметровую бронзовую композицию из полимера и стелу с выгравированными датами начала и окончания Великой Отечественной войны. В основе памятника – фигура солдата, символизирующая всех железнодорожников, ушедших на фронт и завоевавших Великую Победу. Как рассказал начальник эксплуатационного локомотивного депо Уфа Александр Жуков, именно таким образом новое поколение локомотивщиков решило увековечить память о своих героических предшественниках, которые воевали, под обстрелом и бомбежками водили поезда на фронт.

Решение установить на территории предприятия памятник, приурочив его открытие к празднованию 75-й годовщины Победы, было принято коллективом депо. Идея проекта принадлежит инженеру по охране окружающей среды Марии Минеевой, её поддержали и вошли в инициативную рабочую группу инженер отдела эксплуатации Кирилл Барабанов, инженер технического отдела Александр Иванов, инженер отдела эксплуатации



Н. Туранская – замначальника депо по кадрам и соцвопросам ТЧЗ Уфа, В. Тетерин – главный инженер ТЧЗ Уфа, А. Жуков – начальник ТЧЗ Уфа, Ю. Исаев – заместитель председателя Дорпрофжел – руководитель Башкирского филиала Дорпрофжел, В. Тимофеев – начальник технического отдела ТЧЗ Уфа

Гульнара Тухфатуллина, технолог Роберт Ибатуллин, нарядчик локомотивных бригад Елена Анисимова и начальник технического отдела Владислав Тимофеев. Активисты занялись разработкой дизайна будущей композиции, подбором вариантов мест для её размещения. Владислав Тимофеев рассказывает:

– Образ солдата – собирательный, без привязки к кому-то из реальных работников депо, 32

из которых так и не вернулись с фронтов Великой Отечественной...

А всего в первые дни войны из локомотивного депо Дёма (так в тот момент называлось эксплуатационное локомотивное депо Уфа) из более 800 работников на фронт добровольцами ушли 194 человека, а всего в годы войны – более 400 рабочих и слу-

жащих депо. Один из самых известных деповчан – Герой Социалистического Труда, Почётный железнодорожник СССР Фёдор Андреевич Креков. С железной дорогой он был связан с 1937 года, когда начал работать кочегаром паровоза. После окончания школы фабрично-заводского обучения при Уфимском паровозоремонтном заводе он работал помощником машиниста, а затем машинистом паровозного депо. В 1940 году его направили на учёбу в военно-техническую школу машинистов бронепоездов. В годы войны Фёдор Креков в качестве старшего машиниста паровоза-бронепоезда прошёл Западный, Брянский и I Украинский фронты. В составе броне-



32 работника депо не вернулись с фронтов Великой Отечественной...

поезда воевал на рубежах Волоколамского шоссе, участвовал в обороне Москвы и освобождении Польши. После демобилизации в 1946 году он вернулся в локомотивное депо.

Владислав Тимофеев рассказал, что памятник планировали открыть в День Победы, но из-за ситуации с распространением коронавирусной инфекции эту церемонию отложили. Но весной всё же провели подготовительную работу, высадив небольшую сосновую аллею у места, где должен был появиться памятник.

В торжественной церемонии открытия памятника принял участие заместитель председателя Дорпрофжел – руководитель Башкирского филиала Дорпрофжел **Юрий Исаев**, который отметил:

– Это год стал особенным. Традиция отмечать профессиональный праздник насчитывает уже более 120 лет. И впервые за долгие годы мы не смогли отметить его широко, с праздничным концертом и приглашением на торжественную церемонию награждения лучших наших работников. Но очень приятно, что в череде трудовых будней работники железнодорожной отрасли не забывают о героических поступках своих предшественников, берегут и чтут традиции, через поколения передают память о трудовых подвигах железнодорожников, внесших значительный вклад в Великую Победу. И этот монумент, открытие которого было решено приурочить ко Дню железнодорожника, станет олицетворением эстафеты памяти.

Подготовила Ирина ЛЕВЧУК

● ПУТЬ К УСПЕХУ

Деньги на дело

В Уфе безработные могут получить более 145 тысяч рублей на открытие своего дела. В прошлом году такой финансовой поддержкой воспользовалось около 50 человек, в первом квартале текущего года – 12.

Многие задумываются об открытии своего бизнеса, но, как правило, большинство мечтаний заканчиваются на том, что у людей попросту не имеется первоначального стартового капитала. И в этом заключается их ошибка – ведь сегодня шанс открыть собственное дело существует даже у безработного.

– Любой кризис – это новые возможности, а для кого-то шанс начать новое дело, – отмечает замглавы администрации Уфы по экономике и инвестициям **Николай Фадеев**. – Сегодня безработный может зарегистрироваться в качестве индивидуального предпринимателя и получить финансовую помощь от Центра занятости населения. В этом году её размер составил более 145 тысяч рублей.

Единоновременная финансовая помощь на ведение бизнеса выделяется из бюджета республики. Чтобы её получить, необходимо оформить статус безработного, далее – написать заявление и пройти тестирование, а при необходимости – специальное обучение, подготовить бизнес-план, защитить его на комиссии, в состав которой входят специалисты Центра занятости, а также представители органов местного самоуправления, ФНС, организаций, связанных с развитием малого и среднего предпринимательства.

По словам и. о. директора Центра занятости населения Уфы **Ридана Ахьямова**, одним из главных условий безвозмездного предоставления помощи является осуществление предпринимательской деятельности сроком не менее 12 месяцев со дня государственной регистрации в качестве ИП или юридического лица. Кроме того, житель республики, получивший финансовую помощь, обязан ежеквартально представлять в Центр занятости документы об использовании единовременной финансовой помощи и ведении бизнеса. При этом получатель финансовой поддержки должен достигнуть 18-летнего возраста и не иметь ИП или ООО за год до подачи заявления.

В основном начинающие предприниматели выбирают сферу услуг и открывают ателье, парикмахерские и салоны красоты. Также популярны турагентства, фотосалоны, юридические и консультационные услуги, образовательная деятельность, общественное питание. Наша газета, например, писала в своё время про уфимцев, открывших с помощью субсидии швейное ателье и даже... сауну в Затоне (была такая у человека мечта с детства).

Предоставлением лишь финансовой помощи взаимодействие службы занятости с молодыми предпринимателями не заканчивается. Есть возможность работать с центрами занятости в качестве работодателей: участвовать в различных программах службы. В основном их привлекают к организации стажировки выпускников ссузов и вузов, инвалидов. При этом от Центра занятости населения выделяется отдельная субсидия на оплату их труда в период стажировки. А на создание рабочего места для незанятого инвалида также выделяется финансовая помощь.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● МАЛЫЙ БИЗНЕС

Минимум века...

Экономическим последствием пандемии COVID-19 стало падение предпринимательских доходов россиян. Они обеспечили всего 3,5% от всех доходов населения во II квартале 2020 года, следует из данных Росстата. Это антирекорд в XXI веке. Ещё в I квартале текущего года на них приходилось 5,9% доходов россиян.

Предпринимательские доходы включают в себя вознаграждение за труд индивидуальных предпринимателей, доходы от сдачи в аренду жилья и другого имущества, авторские вознаграждения, бонусы директоров и т.д.

В целом реальные располагаемые доходы за апрель-июнь – период, на который пришёлся основной удар пандемического кризиса, – снизились на 8% в годовом выражении, что стало рекордным падением с 1999 года.

В денежном выражении доходы от предпринимательской деятельности составили во II квартале около 512 млрд руб. при общем объёме денежных доходов населения в 14,6 трлн руб., или на 300 млрд руб. меньше, чем в I квартале 2020 года, следует из расчётов РБК по данным Росстата.

Из-за карантинных ограничений многие предприятия, особенно в сфере услуг, в течение одного – двух с половиной месяцев были просто закрыты, в лучшем случае люди получали минимальную зарплату, а владельцы малого бизнеса вообще потеряли источники доходов, пояснил РБК главный экономист BCS Global Markets Владимир Тихомиров. Сейчас продолжают действовать ограничения для бизнеса (ограничение количества посетителей в общепите, социальное дистанцирование и т.д.), что неизбежно будет сказываться на предпринимательских доходах. Вместе с тем сохраняется угроза второй волны пандемии COVID-19.

РБК

● ПОЗИЦИЯ ФНПР

Пособие – в рост!

Федерация независимых профсоюзов России выступила с предложением по увеличению пособия по безработице. Соответствующее письмо было направлено в Российскую трёхстороннюю комиссию по регулированию социально-трудовых отношений.

Секретарь ФНПР, руководитель Департамента социально-трудовых отношений и социального партнёрства аппарата ФНПР **Олег СОКОЛОВ** комментирует:

– ФНПР предлагает увеличить размеры минимальной и максимальной величин пособия по безработице на 2021 год. Минимальную величину приваривать к прожиточному минимуму трудоспособного населения в регионе за II квартал прошлого года. Максимальную величину пособия необходимо установить в соответствии со среднемесячной заработной платой работников в соответствующем субъекте РФ.



О. Соколов

безработного и его семьи в период отсутствия работы, особенно во время неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановки в стране. Бо-

● ЗАНЯТОСТЬ

Молодым здесь не место

Этим летом на рынок труда страны вышли более миллиона выпускников вузов и ссузов. И скорее всего, большинство из них останутся не у дел. На фоне безработицы в стране, выросшей из-за коронавируса и карантина до 6,1%, трудоустройство молодых кадров может оказаться затруднительным: не стоит забывать, что и раньше (по данным Росстата) уровень безработицы в категории 19-25 лет был минимум вдвое выше среднего.

В Правительстве РФ уже озаботились этой проблемой: до конца лета минтруд, минпросвещения и Минобрнауки должны разработать меры, которые помогут трудоустроить выпускников колледжей, техникумов и вузов – соответствующие поручения дал премьер-министр Михаил Мишустин. Вот только не понятно, каким именно образом ведомства смогут здесь помочь.

Главная проблема молодых специалистов без опыта – это значительно возросшая конкуренция на фоне пандемии коронавируса. На начало лета в России насчитывалось свыше 4,5 млн безработных. За апрель и май их число выросло более чем на миллион, в центрах занятости официально зарегистрированы 2,4 млн человек. Специалисты уверены, что выпускников российских вузов ждёт безработица.

– Из-за распространения коронавирусной инфекции многие опытные специалисты лишились работы, не говоря уже о выпускниках вузов, которые оказались в более уязвимом положении. Наиболее высокие шансы на трудоустройство имеют выпускники востребованных направлений, например, IT-специалисты, – отметил первый проректор РЭУ им. Г.В. Плеханова Пётр Карасёв.

По его информации, многие студенты последних курсов из-за эпидемии не смогли пройти производственную и преддипломную практику. Тем самым студенты упустили свой шанс устроиться на работу и набраться опыта. Карасёв также добавил, что сейчас работу ищут 6% нынешних и недавних учащихся вуза.

Декан факультета управления университета «Синергия» Инна Баранова считает, что в условиях пандемии компаниям нужны исключительно опытные специалисты. «В период кризиса работодатели хотят получить готовых специалистов, способных действовать здесь и сейчас. У них нет времени на раскачку вчерашнего выпускника, – отмечает она.

В Башкирии за помощью в поиске работы в службу занятости обратились

около 77 тысяч человек. По сравнению с 1 мая 2020 года число обращений незанятых граждан выросло на 32,4%. Численность официально зарегистрированных в центрах занятости населения Башкирии в качестве безработных превысила к 1 июня 68 тысяч человек. Это на 64,1% больше, чем на 1 мая 2020 года. По данным же на 13 июля численность безработных в республике составила уже 95 тысяч человек!..

История 22-летней уфимки Ренаты типична для многих выпускников ны-



Сидеть на шее у родителей стыдно, но работы по диплому нет...

нешнего «ковидного» года. Ещё зимой она договорилась с одной крупной компанией, что придёт туда на работу после получения диплома. Однако пандемия внесла коррективы, это предприятие, как и многие другие, приостановило наём новых работников. И выпускница экономического факультета осталась один на один со своим дипломом. Как и многие её одногруппники.

– Найти в этом году работу непросто ещё и потому, что многие студенты остались без преддипломной практики, – рассказывает Рената. – Для учащихся это всегда шанс устроиться на работу и набраться опыта. Но пандемия даже обучение сделала дистанционным, а походы по предприятиям и вовсе были отменены. Освоить нужные производственные навыки в онлайн-режиме довольно проблематично. Не особенно рады молодым специалистам в компа-

нее того, это решение поспособствует восстановлению и росту экономики за счёт повышения совокупного потребительского спроса, и самое главное: оно реализует конституционную гарантию на защиту от безработицы.

Величина пособия по безработице ежегодно устанавливается постановлением правительства. На 2020 год установили минимальную величину пособия по безработице в размере 1500 рублей, а максимальную – 12130 рублей. В связи с пандемией коронавируса временно были назначены дополнительные выплаты для безработных граждан с несовершеннолетними детьми, а также временно повышен уровень минимальной величины пособия до 4500 рублей.

Департамент аппарата ФНПР по связям с общественностью, молодёжной политике и развитию профсоюзного движения

ниях ещё и потому, что в условиях удалённой работы нет возможности проводить обучение кадров.

Молодёжи подсуропила и пенсионная реформа. Люди старшего возраста задерживаются на рынке труда – по закону их просто нельзя уволить. Их число растёт: с 250 тысяч в 2019 году до 700 тысяч в текущем году. В 2021–2022 годах их будет прибавляться ещё по миллиону человек в год.

– В этом году вузы попали в необычную ситуацию: свободных рабочих мест на рынке меньше числа выпускников, – говорит проректор Финансового университета при правительстве РФ Александр Сафонов. – Поэтому от государства, видимо, потребуются дополнительные меры по защите молодых специалистов. В лучшем положении сейчас медицинские и педагогические вузы – у нас традиционно не хватает врачей и учителей. Спрос на молодых специалистов по этим направлениям всегда большой, и нынешний год – не исключение. По всем другим направлениям и специальностям вузы должны искать дополнительные меры защиты своих выпускников, предотвратить их бесцельное пребывание на рынке труда, сгладить ситуацию с молодёжной безработицей.

И государство эти меры предложило. Министр науки и высшего образования Валерий Фальков сообщил, что вузы, участвующие в проекте «5–100» (государственный проект повышения конкурентоспособности ведущих российских университетов) «готовы трудоустроить на лето 60 тысяч студентов 21 университета».

Ключевые слова здесь «лето» и «60 тысяч». Напомним, что в 2020 году на рынок труда выйдут более миллиона человек: 738 тысяч выпускников колледжей и около 500 тысяч магистров и бакалавров. К тому же, если вчитаться в слова министра, речь идёт даже не о трудоустройстве, а о «днях карьеры», вебинарах, бесплатных стажировках в крупнейших российских и мировых компаниях.

Впрочем, без работы в этом году могут остаться только те, кто целится на определённые вакансии, не желая пробовать себя в других сферах. Хотя какую-то работу в этом году найдут все желающие выпускники. Другое дело, что в большинстве случаев она может не соответствовать амбициям, отчего молодым людям может быть обидно.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● СИТУАЦИЯ

Контрольная ложка

Недовольство школьным питанием в последние два года в стране выросло на треть. При этом антимонопольные службы выявляют картельные сговоры в этой сфере на десятки миллиардов рублей. Пока одни делают деньги на детях, рацион школьников обогащается плесенью, камнями, жучками и червями, в итоге больше половины приготовленной еды в российских школах уходит на отходы. Эти и другие проблемы обсудили на онлайн-форуме «Про питание», организованном Общероссийским народным фронтом. Основными темами разговора стали готовность регионов обеспечить бесплатное питание в школах и организация общественного и государственного контроля в этой сфере.

Торги без конкуренции

ОНФ занимается мониторингом и контролем школьного питания с 2017 года и именно с его подачи на последнем медиафоруме с участием Владимира Путина прозвучало предложение об организации бесплатного горячего питания младшеклассников – независимо от дохода их родителей.

Координатор бюро расследований ОНФ, депутат Госдумы РФ **Антон Гетта** напомнил, как народный фронт начал заниматься этой темой. В 2017 году в ОНФ обратилась заведующая одного из детских садов Ростовской области. Как оказалось, с начала года из-за смены поставщика продуктов в учреждении резко упало качество питания. В полтора-два раза был занижен объём порций и не соблюдались нормы калорийности. Например, дети получали творог вместо четырёх раз в десять дней всего один раз. Говядины поставлялось всего треть от нормы, зато курицы – 300%. Сотрудники детского сада регулярно фиксировали недопоставку продуктов питания и просроченные товары. При этом, несмотря на негативную репутацию и жалобы на качество продукции, компания продолжала получать госконтракты. И только совместные усилия родителей и активистов ОНФ принесли свои плоды.

– Борьба с коррупцией и бесконтрольным расходованием бюджетных средств – приоритетные для нас вопросы на будущий учебный год, – отметил Антон Гетта. – Мы с антимонопольной службой начали смотреть, как складывается в сфере школьного питания движения картелей. Выяснилось, что это многомиллиардные контракты. С 2011 года было заключено картельных сговоров на 24,9 млрд рублей. С 2016 по 2020 год по материалам нашего расследования было вынесено 20 решений на 10,8 млрд рублей.

Картельные сговоры поставщиков выявлены на сегодняшний день в каждом шестом регионе страны. Отравление в детском саду Ульяновской области, острые отравления учащихся в Амурском крае, массовые нарушения в Алтайском крае... И всюду корень зла – закупочная стадия организации детского питания.

– Это бизнес, я не спорю, но это должен быть честный, добросовестный бизнес, – уверен начальник управления по борьбе с картелями Федеральной антимонопольной службы РФ **Андрей Тенишев**. – И мы примем все меры для того, чтобы и закупки прошли честно и в этих закупках победили те компании, которые умеют конкурировать, умеют честно работать, а не те, которые только и умеют, что договариваться.

Проще сразу на свалку

По словам уполномоченной при президенте РФ по правам ребёнка **Анны Кузнецовой**, количество жалоб на питание в российских школах в последние два года увеличилось более чем на треть. Чаще всего учреждения нарушают санитарные нормы, отмечаются несоблюдение требований к условиям хранения, приготовления и реализации продуктов, нарушения правил формирования меню, несоблюдение требований к оборудованию, а также невыполнение санитарных правил и нормативов.

– Как показала практика, результаты, которые мы получили в рамках общественного контроля, не «бились» с теми, которые предоставляют ведомства, – подчеркнула Кузнецова.

Благодаря активному привлечению родителей удалось выявить ещё одну проблему – отказ детей от питания, что



Как они это есть будут?



Нам такое не нравится!

чаще всего связано с тем, что еда холодная или невкусная. В результате в образовательных организациях ряда регионов количество отходов продуктов питания составляет до 80% (!) от общего числа блюд.

Анна Кузнецова также указала, что в некоторых регионах детей из семей с большим достатком кормили лучше. А льготники получали еду худшего качества.

– Дети в одном образовательном учреждении на двух столах ели разные блюда: на одном просто картошку, а на другом – картошку с сосисками. Конечно, за этим стоит финансирование, а за ним – принципиальное решение главы региона, – считает Кузнецова.

Не на чужие мы гуляем, на свои

Министерство просвещения РФ провело мониторинг готовности школ и стоимости питания на одного ребёнка. На данный момент она во всех регионах разная и может отличаться в три раза. Например, 50 рублей на одного ребёнка в Саратовской области и 150 рублей – в Чукотском автономном округе.

Всего, по словам замдиректора департамента финансов, экономики и организации бюджетного процесса Минпросвещения **Андрея Родионова**, накормить

нужно будет около семи миллионов российских детей. На это предусмотрено выделение 21,8 млрд рублей на 2020 год и 43,6 млрд на 2021–2022 годы.

Интересно, что первоначально планировалось: регионы-доноры будут кормить детей за свой счёт. Но после жарких дискуссий решили, что деньги получат все субъекты Федерации. По словам Родионова, на сегодняшний день заявки для участия в программе с 1 сентября направили 57 регионов, в том числе и Башкортостан. Со всеми участниками проекта должны быть заключены соглашения. Но Родионов дал понять, что деньги на места к назначенной дате поступить не успеют и призвал не дожидаться прихода средств, а организовать горячее питание пока на собственные средства.

– Если сейчас есть субъекты, которые ждут выхода распоряжения по распределению федеральной субсидии, то они имеют очень большой риск не успеть к 1 сентября заключить все необходимые контракты, – отметил Андрей Родионов. – В рамках подготовки соглашений мы получили из регионов не только заявки, но и выписки из бюджета, где в принципе у субъектов уже предусмотрены деньги на эти мероприятия. Никто не будет говорить о том, что регион нарушает нормы закупок, если сейчас начнёт готовить мероприятия по организации горячего питания за счёт этих источников. Мы планируем как можно быстрее довести до субъектов деньги, но у нас есть определённые технологические цепочки, которые мы должны пройти, чтобы соблюсти все правила, установленные бюджетным законодательством.

Курица не пицца

Начальник управления санитарного надзора Роспотребнадзора РФ **Ирина Шевкун** рассказала, что теперь на законодательном уровне установлены понятия здорового, качественного и горячего питания, чего раньше не было. Например, за горячее питание больше нельзя будет выдать тёплый чай с булочкой: это обязательно должно быть первое или второе блюдо.

Роспотребнадзор разработал рекомендации для школ, в их основу легли принципы здорового питания, учитывающие энергетическую ценность, разнообразие блюд, содержание сахара, соли и микроэлементов. Также школы должны будут использовать щадящие методы приготовления пищи. Шевкун добавила, что чаще всего школьники жалуются на невкусную и не отвечающую их пищевым привычкам еду.

– Конечно, дети жалуются, ведь им в школьных столовых не дают еду из Макдональдса, к которой они привыкли! – парировал, в свою очередь, председатель правления Ассоциации предприятий операторов социального питания РФ **Андрей Плышевский**. – Сделать так, чтобы питание было и вкусным и полезным – дело, действительно, сложное. И меньше всего претензий здесь к школьным поварами, которые готовят из того, что им при-

возят. Посмотрите примерное школьное меню, разработанное Роспотребнадзором: каша, каша... Вспомните, как говорил Верещагин: «Опять ты мне эту икру поставила. Не могу я её каждый день, проклятую, есть!». Любая еда приедается.

С тем, что понятия «вкусно» и «полезно» редко совместимы, согласен доктор медицинских наук, соведущий телепередачи «Жить здорово!» **Андрей Продеус**. И рассказал о «замечательном» десерте, встреченным им в одной из школьных столовых страны – макаронах с сахаром. Вкусно? Да. Полезно? Вряд ли. Между тем, алиментарные заболевания (связанные с питанием) сегодня составляют более половины от всех болезней россиян. Как говорится, ты есть то, что ты ешь.

Температура, вес и отходы

Президент Института отраслевого питания **Владимир Чернигов** напомнил всем про «индекс несъедаемости», озвученный главой Роспотребнадзора Анной Поповой, который планируется использовать для контроля за расходованием государственных средств на обеспечение детей в начальных школах горячей и полезной едой.

– Пока непонятно, как именно будет формироваться и работать предлагаемый индекс, – отметил Чернигов. – Над этим ещё предстоит серьёзно работать специалистам и экспертам отрасли с привлечением общественности, прежде всего, самих детей и их родителей. Ведь индекс – не самоцель, а инструмент развития и показатель улучшений. Заслужить высокую оценку детей – самого привередливого потребителя – ещё только предстоит.

Шаги в этом направлении уже делают во многих регионах России. Так, в нескольких школах Ярославля (откуда, собственно, родом и сам Владимир Чернигов) экспертное сопровождение родительского контроля помогло создать эффективную систему улучшения питания. Температура блюд, проверенная бесконтактным термометром, полновесность порций и количество отходов – всего три показателя начали фиксировать неравнодушные родители. Для этого одному из них достаточно по согласованному с администрацией школы порядку регулярно посещать обеденный зал. Результат такого простого, заинтересованного и объективного внимания превзошёл самые смелые ожидания всех участников процесса.

– Эти же алгоритмы можно применить и для предложенного «индекса несъедаемости», – уверен Чернигов. – Ребёнку не прикажешь, а обмануть его в этом вопросе и вовсе невозможно. Поэтому понятия «вкусно и полезно», звучащие зачастую как непримиримые, вполне можно гармонизировать в отношении системы школьного питания.

Президенту на стол

Как отметили в штабе ОНФ, вопрос обеспечения горячим питанием учеников младших классов стоит на особом контроле. В ОНФ продолжают контролировать нарушения в сфере питания детей в образовательных организациях. Особое внимание будет уделяться качеству поставляемых продуктов.

– Подход должен быть един. Первое – это блокирование некачественной продукции, и очень надеемся, что ответственность будет лежать не на директоре, а на учредителях. Чтобы муниципалитеты, регионы заботились о том, чтобы детей кормили правильно – и не просто правильно, а качественно, – отметил руководитель Бюро расследований ОНФ **Валерий Алексеев**.

Народный фронт будет продолжать мониторить, контролировать и пресекать разного рода ухищрения, нарушения в части питания детей. По итогам мониторинга активисты ОНФ планируют подготовить доклад и представить его президенту России.

● ОПЫТ

Карты в руки!

На прошлой неделе в Доме профсоюзов прошло заседание Молодёжного совета Федерации профсоюзов РБ, в работе которого приняла участие председатель ФП РБ Гузель Мирошниченко.

Молодёжный профактив подвёл итоги деятельности отраслевых молодёжных советов в первом полугодии текущего года, а затем обсудил план работы на будущее.

Молодые люди констатировали, что многие задумки пришлось отменить или отложить в долгий ящик. Виной тому – коронавирус, который с марта «обрубил» все массовые культурные и спортивные мероприятия, выезды. И всё же ребята не сидели сложа руки. Молодые педагоги, например, принимали участие в семинарах по zoom-обучению, нефтяники успели провести зимние спортивные соревнования (хоккей, лыжные гонки), приняли участие в онлайн-обучениях, а затем присоединились к Федерации профсоюзов, выкладывая в соцсетях свои Первомайские ролики, затем поздравили ветеранов Великой Отечественной войны. Председатель Молодёжного совета ФП РБ Анастасия Султанова дополнила, что молодёжный актив весной раздавал на улицах бесплатные маски, а после практически все отраслевые профсоюзы активно включились в предложенную Молодёжным советом акцию «Ларец смелости». Вспомнив яркие моменты акции, которая собрала целую гору подарков для ребят, находящихся на лечении в больницах, молодёжь сделала вывод: раз это нужно болеющим детям и приносит им радость, раз это приносит удовлетворение членам профсоюзов, которые активно отозвались и закупили подарки для детей, то нужно проводить эту акцию чаще.

...Сложно строить планы на будущее, когда до снятия ограничений по covid ещё далеко. Да и кто может загадывать, как будет развиваться ситуация осенью, когда выйдут на учёбу студенты и школьники, когда подойдёт к концу период массовых летних отпусков. Тем не менее, на осень и зиму уже запланирован ряд мероприятий, интересных для активной молодёжи.

● ПОЗИЦИЯ ФНПР

На пути к достойной молодёжной политике

22 июля двенадцать сенаторов и депутатов Госдумы РФ в порядке законодательной инициативы внесли в думу проект федерального закона «О молодёжной политике в Российской Федерации».

Комментирует заместитель председателя ФНПР Александр ШЕРШУКОВ:

– Молодёжная политика на федеральном уровне определяется постановлением Верховного Совета РФ от 3 июня 1993 года «Об Основных направлениях государственной молодёжной политики в РФ» и распоряжением Правительства РФ от 29 ноября 2014 г. №2403-р «Об основах государственной молодёжной политики Российской Федерации на период до 2025 года». Правда, в 2007 и 2016-2018 годах предпринимались попытки обновить эти «направления», но по факту ничего не произошло. С одной стороны, вносимые законопроекты были недостаточно проработаны даже в части полноценного понятийного аппарата. С другой, была неопределённость полномочий и ответственности государственных органов и их руководителей за результаты молодёжной политики. Были расхождения в возрастной границе молодых людей – до 30, либо до 35 лет.

Новый закон о молодёжи давно созрел и даже перестал как для государственной вертикали, так и для общественных организаций, включая профсоюзы.

Этот законопроект частично учитывает предложения ФНПР, внесённые в 2016-2018 годах при обсуждении тогдашней и более ранних инициатив (наша Федерация была активным участником обсуждения всех вопросов и проблем, связанных с молодёжью).

При этом ФНПР и её членские организации последовательно и достаточно

В поисках стратегического резерва

XVI Республиканский молодёжный форум Федерации профсоюзов РБ (который станет первым этапом Форума ФНПР «Стратегический резерв – 2020») запланирован на 14-18 сентября. Завотделом социальных программ и информационной работы ФП РБ Ольга Кудрина раскрыла некоторые особенности его проведения и рассказала о планируемых для рассмотрения темах. Открытие форума состоится 14 сентября. Затем каждый день будут проводиться подключения к различным интер-



Члены Молодёжного совета запланировали ряд интересных мероприятий

нет-площадкам по различным блокам обучения. Примут участие в работе и коллеги из других регионов России, которые поделятся интересным опытом и расскажут о своих наработках. Закрытие форума состоится 18 сентября и включит в себя ещё и участие в молодёжной профсоюзной конференции «Пусть помнят живые, пусть знают потомки», посвящённой 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.

На 28-29 сентября запланировано проведение Окружного Молодёжного форума ПФО, куда от нашей республики будет направлено 4-5 делегатов.

Наконец, третий, Всероссийский этап Форума «Стратегический резерв – 2020» состоится в декабре. Попасть на него будет нелегко: чтобы стать его участником,

желающим молодым профсоюзным активистам придётся попотеть, зарегистрировавшись в квесте ФНПР «Волонтёры Солидарности» и пройдя несколько уровней подготовки (включая лекции, тестирование, самообучение, отчёт), а также приняв участие в волонтерских акциях ФНПР.

КВН – быть!

Большим успехом в республике пользуются ставшие уже традиционными ежегодные Фестивали трудового КВН, которые проходят в ноябре. Отказываться от идеи проведения баттла весёлых и находчивых Федерация профсоюзов не стала и на этот раз. Единственное измене-

ние касается сроков проведения КВН, которые решено сдвинуть на 21 февраля 2021 года. Как обычно, Федерация профсоюзов проведёт фестиваль совместно с Министерством молодёжной политики и спорта РБ и Клубом Весёлых и Находчивых г. Уфы. Тема для шуток известна: «3 Z: защита, занятость, зарплата».

Учиться и налаживать связи

Молодёжь обсудила проект ФЗ «О молодёжной политике в Российской Федерации», по итогам которого приняла решение направить обращение в Федерацию профсоюзов РБ с предложениями о внесении некоторых важных



Г. Мирошниченко и А. Султанова

изменений и добавлений в данный законопроект. Они касаются усиления патриотической составляющей и закрепления в проекте закона понятия «объединения работников». Пока что там наличествует только понятие об «объединении работодателей»...

Гузель Мирошниченко приняла заинтересованное участие в работе совета. Она озвучила ряд предложений, которые пришлись молодёжи по душе. Первый из них – обучение молодых профактивистов в Академии труда и социальных отношений. У республики имеется возможность ежегодно отправлять на обучение одного-двоих человек. Если будет необходимо усилить эту работу, Гузель Фаритовна пообещала лоббировать интересы молодёжи в обучении. Тут же возник вопрос: а кто будет учиться? Как выбрать достойных молодых людей, которые хотят узнавать новое и готовы затем применить полученные знания в профсоюзной деятельности? Решено, что предложение обучиться будут получать победители конкурса ФП РБ «Лучший молодой профлидер», а также победители Молодёжного форума ФП РБ между отраслевыми молодёжными профсоюзными командами. И это правильно: здоровую соревновательность никто не отменял. А чтобы бесплатно получить хорошее и востребованное образование, нужно постараться ярко проявить себя.

Также Г. Мирошниченко напомнила ребятам, что новые горизонты взаимодействия с общественными молодёжными объединениями различных уровней открывают соответствующие соглашения о сотрудничестве с ними. Поэтому было принято ещё одно решение: разработать и заключить данные соглашения с молодёжными организациями, которые входят в поле интересов профсоюзной работающей молодёжи. Объединив усилия, легче решать самые сложные вопросы.

Ирина ЛЕВЧУК (фото автора)

● КОМАНДНЫЙ ДУХ

Присоединяйтесь!

С июля самые активные и лёгкие на подъём работники ПАО НЕФАЗ по призыву председателя молодёжного совета Ларисы Загитовой принимают участие в велосипедных вылазках по окрестностям Нефтекамска.

Если первый выезд собрал небольшое количество участников, то с каждым разом (а выезды проводятся еженедельно) любителей ЗОЖ – участников «покатушек» становится всё больше. Велопрогулки – это возможность изучить окрестности, посмотреть на красоты природы, параллельно прокачать тело и – пообщаться (как же без этого!)

Л. Загитова поделилась впечатлениями от последней вылазки: «На этот раз путь мы держали в населённые пункты Карякино и Воробьёво. Прокатившись по улицам города и промзоне, мы встретились с небольшим препятствием в виде неасфальтированной дороги после дождя. Но, это не остановило, а даже наоборот, внесло своё разнообразие и некий «драйв». А далее уже по асфальту двинулись вперёд. Никогда может быть и не оказались бы в этих деревушках с красивейшими пейзажами, если бы не такая прогулка. На этот раз нас было уже больше. Более 20 км мы одолели с полным позитивом и отличным настроением.

Благодарим всех, кто присоединился! Это было круто!

А если вы ещё думаете... то у вас есть неделяка настроиться и присоединиться к нам!»



Молодёжь – за ЗОЖ

Департамент аппарата ФНПР по связям с общественностью, молодёжной политике и развитию профсоюзного движения

● НОВОЕ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ

Выплаты, патенты, тарифы

Корректировка пенсий

Корректировка пенсий коснётся тех граждан, которые работали в 2019 году и за которых руководство платило страховые взносы в Пенсионный фонд.

Подавать заявление для перерасчёта выплаты не нужно – пенсию пересчитают в беззаявительном порядке, исходя из той суммы, которая была перечислена в ПФР в 2019 году. Произойдёт это вне зависимости от того, будет пенсионер работать 1 августа или нет. Также с 1 августа проиндексируют пожизненные накопительные пенсии, выплачиваемые через государственный Пенсионный фонд – их получают граждане 1967 года рождения и моложе.

Прозрачный кошелёк

3 августа. Анонимное пополнение электронных кошельков запрещается.

Граждане больше не смогут их пополнять без предварительной подтверждения личности. Если идентификация не будет пройдена, зачислить средства разрешается только с использованием банковского счёта. Такие поправки в законодательство были подготовлены по просьбе службы финансового мониторинга (Росфинмониторинга). Анонимное внесение средств позволяло использовать подобные системы в том числе для распространения наркотиков и финансирования терроризма. Пополнение кошелька с банковского счёта даст возможность точно идентифицировать личность плательщика и заблокировать его счёт при подозрении в выполнении незаконной операции.

Студент без патента

5 августа. Иностранные студенты в России смогут работать без получения разрешения или патента.

При этом закон предписывает, что заключённый со студентами-иностранцами договор на выполнение работ или оказание услуг подлежит расторжению после завершения или прекращения обучения.

Прежде подрабатывать без разрешения на работу или патента иностранные студенты могли лишь в том вузе, где учатся, или на каникулах. Во всех остальных случаях они должны были получить указанные документы.

Ликвидационные выплаты

13 августа. При ликвидации предприятий работникам гарантируют выплаты.

Сотрудники, уволенные в связи с ликвидацией организации или сокращением штата и проработавшие в компании более месяца, в обязательном порядке получают от работодателя средний месячный заработок за второй месяц со дня увольнения или его часть пропорционально периоду трудоустройства, приходящемуся на этот месяц.

Выплаты должны быть произведены до ликвидации предприятия. В то же время работодатель получит право сразу выплатить

сотруднику единовременную компенсацию в размере двукратного среднего месячного заработка. Для работников, увольняемых из организаций, расположенных в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностях, установлены особенности: если длительность периода трудоустройства превышает два месяца, работодатель обязан выплатить средний месячный заработок за третий месяц со дня увольнения или его часть пропорционально периоду трудоустройства. Также работодатель взамен выплат среднего месячного заработка за период трудоустройства может выдать единовременную компенсацию в размере пятикратного среднего месячного заработка. 13 августа вступают в силу поправки в закон, согласно которым в заявлении для регистрации ликвидации юрлица ликвидатор, ликвидационная комиссия или собственник должны подтвердить, что произведены все выплаты, предусмотренные трудовым законодательством для увольняемых работников.

Тарифный «люфт»

24 августа. Тарифы ОСАГО «индивидуализируют».

Страховые организации получили право самостоятельно определять базовые ставки страховых тарифов ОСАГО, правда, только в пределах регулируемых Банком России их максимальных и минимальных значений, а также с учётом устанавливаемых им коэффициентов.

Тарифный коридор будет расширен на 10% вверх и на 10% вниз.

В качестве факторов, влияющих на значение базовых ставок, будет учитываться, например, неоднократное в течение года привлечение водителя к административной ответственности за нарушение ПДД. Информацию о штрафах, которые были вынесены водителям за нарушение Правил дорожного движения, страховым компаниям станет предоставлять ГИБДД. Таким образом, «лихачи» заплатят за полис ОСАГО больше, чем дисциплинированные автолюбители.

1 августа. Вступающим в силу Постановлением Правительства скорректирована программа обеспечения молодых семей доступным жильём. Теперь положенные соцвыплаты разрешено направлять также на покупку квартир комфорткласса. Ранее средства разрешалось расходовать только на жильё экономкласса. Кроме того, госвыплаты можно использовать для рефинансирования ипотеки.

1 августа. В безвозмездное пользование гектар земли на территории Забайкальского края и Республики Бурятия смогут оформить все граждане РФ, а также участники госпрограммы по оказанию содействия добровольному переселению в РФ соотечественников.

4 августа. Техосмотр автотранспорта будут проводить с использованием передвижной диагностической линии. Кроме того, установлена новая форма диагностической карты.

По данным «Парламентской газеты»

● КРУГЛЫЙ СТОЛ

О бедном котёнке замолвили слово



Тема защиты животных и жестокого обращения с ними продолжает оставаться актуальной. Стала она главной и на круглом столе, который провёл Общероссийский народный фронт совместно с Ассоциацией организаций и граждан по гуманному отношению к животным «Благополучие животных».

Ответственность за нарушения при обращении с животными в КоАП, ужесточение наказания за жестокое обращение с ними», – так обозначили тему организаторы и предложили обсудить дополнительные меры, которые необходимо принять в связи с предложенными поправками в Кодекс РФ об административных правонарушениях. Недавно наша газета уже писала о вступлении в силу закона РБ, принятого на основании федерального закона об ответственном обращении с животными. На сегодняшний день юридическая сторона вопроса является основополагающей в подходе к решению проблем в этой сфере. В региональных базах нет подкрепляющих законов и нормативных актов, они обнулились в ожидании принятия федерального законодательства. Этот момент наконец-то настал. Изменения в Конституции РФ, по которым недавно голосовала вся страна, касаются в том числе и защиты животных. 498 ФЗ «Об ответственном обращении с животными и о внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ» был принят ещё два года назад, но его нельзя реализовать без поправок в КоАП, которые сейчас обсуждаются общественностью. Все предложения будут собраны и направлены в Минюст. Пока же отсутствие соответствующей нормативно-правовой базы в области обращения с животными, их транспортировки и использования в зрелищной индустрии представляет серьёзную проблему. Возбуждённых дел в этой сфере очень мало, и они, как правило, не доходят до суда.

Все спикеры, принявшие участие в круглом столе, отметили, что правовой вакуум создаёт большие трудности. Так, замдиректора департамента благоустройства администрации Нижнего Новгорода **Алексей Краснов** сказал, что правовое поле, стопроцентно работавшее до принятия 498 закона, являлось и профилактической мерой. Теперь надзорные органы не могут применить этот закон. Спикер предложил добавить к составу статьи ответственность за пропаганду жестокого обращения с животными, поскольку любая негативная информация даёт обратный эффект. В соцсетях бывает по 20-30 тысяч комментариев после каждого случая жестокого обращения. Соответствующие органы не справляются с наплывом обращений. По его мнению, должна быть обязательная регистрация домашних питомцев, тогда количество животных без владельцев

но, когда подобные деяния совершают подростки. По статистике, 80% преступлений против личности совершается теми, кто в возрасте до 16 лет жестоко обращался с животными. Необходимы поправки в ст. 245 УК РФ.

Директор благотворительного фонда помощи животным «Я свободен» **Ольга Ватомская** из Санкт-Петербурга рассказала, что со многими трудностями сталкиваются зоодобровольцы. Часто, когда они готовы спасти животное от нерадивого хозяина, полиция не приезжает, сославшись на нехватку кадров или малозначимость правового нарушения. У защитников животных в таких случаях нужных полномочий нет.

Начальник отдела государственной политики в области ответственного обращения с животными Минприроды России **Вячеслав Борхонов** сообщил о необходимости строительства в России 750 приютов для беспризорных животных. Другие участники круглого стола, представляющие правовую сферу, отметили, что приюты можно строить бесконечно, и они всегда будут полными. Также всегда возникает проблема, когда необходимо идентифицировать животное, которое пострадало или нанесло вред человеку. Наличие учёта помогло бы сократить расходы на содержание приютов и не допускать по этой причине роста социальной напряжённости. Должна появиться ответственность не только за причинение вреда человеку, но и за внеплановые вязки. Нельзя в оценке опасности животного устанавливать критерием его размер, потому что любая собака может больно укусить. Бывают случаи, когда и сам человек превышает допустимую самооборону.

Все спикеры высказались за необходимость скорейшего внесения изменений в законодательство, которые должны быть сформулированы в ходе общественно-го обсуждения.

На круглом столе присутствовала Альбина ИСХАКОВА



● ЗА ЗОЖ!

Под замок

ГИБДД Башкирии сотнями ловит пьяных водителей в ходе рейдов. Но владельцы «железных коней» продолжают садиться за руль пьяными... С этим что-то надо делать: ведь штрафы в 30 тыс. рублей любителей прокатиться подшофе абсолютно не пугают.

Министерство промышленности и торговли РФ до конца года планирует разработать концепцию внедрения в массовое потребление алкозамков. Алкозамок – это прибор, не допускающий пуск двигателя без проверки водителя через алкотестер. Если человек пьян, мотор просто не заведётся. Концепция внедрения алкозамков будет разработана до 1 октября, а до конца года будет проработан вопрос о стимулировании внедрения таких замков в серийные модели.



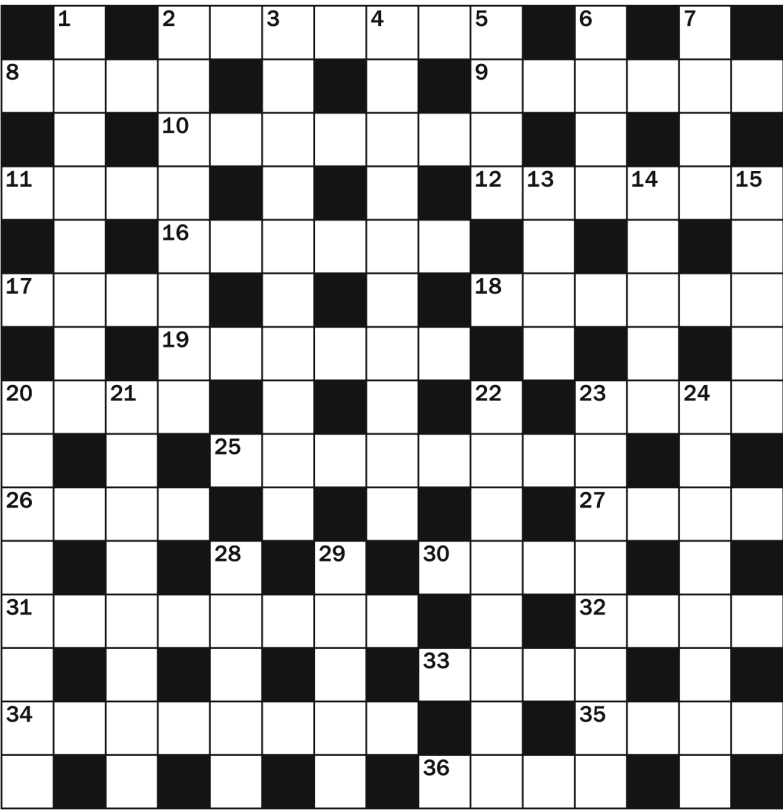
Пока есть и вопросы. Например, установка замков приведёт к росту стоимости автомобилей, поскольку цены на алкозамки составляют от 25 до 120 тыс. руб. К тому же присутствие в салоне пьяного пассажира также может вызвать срабатывание системы блокировки во время движения автомобиля.

Ирина ЛЕВЧУК

● В ЧАС ДОСУГА

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

2. Сказочный повелитель джинна. 8. Степень в офицерских чинах. 9. Форма систематизации и учёта информации. 10. Пояснение автора к тексту написанной им пьесы. 11. Местная валюта, о которой туристы в Турции могут и не догадываться. 12. Взаимоотношение семей Монтекки и Капулетти. 16. В древнем Риме – политически влиятельный богатый человек в Польше и Венгрии – крупный помещик. 17. Бесхвостая амфибия из тропиков Южной Америки. 18. Именно их делали и упаковывали в тару из однослойной фольги на фабрике, основанной в 1837 году русским лесопромышленником Иваном Чуриловым. 19. Рабочая обязанность тюремщика. 20. Регион под названием Миссисипи. 23. Нарядное платье для Зиты и Гиты. 25. Студент, закончивший без троек. 26. Лучезарная рыбка в аквариуме. 27. Цветок, объединивший Киркорова и Распутину. 30. Литературный «отец» Квизимода. 31. Заглавные буквы имени и отчества. 32. Мастер поработать челюстями. 33. Небольшая, но подвижная рыбка. 34. Иноязычный синоним краткости. 35. Инга, сыгравшая Машу Старцеву. 36. Дефис, прибавивший в размере.



ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Строевое, созданное, чтобы в нём заблудиться. 2. Узорчатое плетение из шнура для отделки платьев, занавесей. 3. Голливудский фильм о конце света. 4. Врач, специализирующийся на кожных заболеваниях. 5. Характер, душевный уклад, совокупность психических свойств. 6. Предохранитель ручной гранаты. 7. Упражнение, служащее для развития актёрской техники. 13. «Простой» предмет, использовавшийся вместо пу-

шечного ядра в битвах потешных полков Петра I. 14. Одна из цепочки тянувших репку. 15. Железный аргумент обвиняемого. 20. Мех, украшающий шубы краснокоток. 21. Записка от непонятного лица. 22. Фигурки, в которые играют от безделья. 23. Взаимное расположение частей, составляющих одно целое. 24. Пространство для русской души. 28. Графиня из сказки Джанни Родари. 29. Широкая сборчатая верхняя рубашка.

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ!

Лето в пирожке

Здравствуй, дорогие кулинарки! Знаете, а моя хозяйка из вишни повидло делает. А зимой она станет готовить пирожки, смешав вишню с яблоком. Получается неплохо, домашним нравится, они едят и лето вспоминают...

Соус из вишни к мясу

1,5 кг вишни, 300 г сахара, 1 ст. ложка раст. масла, 1 ст. ложка уксуса, 2 ст. ложки картофельного крахмала, смесь молотых перцев, гвоздика, сухие специи – по вкусу. Вишню положите в кастрюлю и засыпьте сахаром. Оставьте на ночь. Далее поставьте кастрюлю на средний огонь и, помешивая, доведите до кипения. Варите вишню в течение 20 минут, после чего откиньте на дуршлаг. Нужно, чтобы весь сироп стек. В отдельную ёмкость протрите ягоды прямо через дуршлаг и добавьте в пюре ложку раст. масла, смесь молотых перцев, гвоздику и прочие любимые специи (лучше, если они будут острыми). Кастрюлю с вишнёвым пюре и специями поставьте на плиту и снова доведите до кипения. Пока вишневое пюре греется, в сиропе разведите крахмал. Важный момент: сироп должен полностью остыть. Пюре на плите закипает – добавьте в него уксус, размешайте. Затем можно постепенно вводить сироп с разведённым в



нём крахмалом, после чего прокипятите будущий соус ещё 2-3 минуты. Готовый соус разлейте в небольшие банки и герметично закройте крышками. Храните соус в холодном месте.

Вишня в собственном соку

1,5 кг вишни, 300 г сахара. Из вишни удалите косточки. Указанного количества продуктов хватит примерно на 4 баночки по 0,5 л. Каждую тщательно промойте с пищевой содой, обдайте кипятком. Наполните наполовину банки вишней, затем посыпьте половиной сахарного песка. Потом снова разложите уже остатки вишни и снова засыпьте сахаром. Дайте вишне постоять час-другой. В большую кастрюлю постелите кусочек ткани, поставьте подготовленные баночки с вишней и сахарным песком. Наполните кастрюлю водой так, чтобы она доходила до «плечиков» банок, прикройте

банки жестяными крышками, которыми затем эти банки будут укупориваться. Кастрюлю также прикройте крышкой. Доведите до кипения и, уменьшив огонь, стерилизуйте банки 15-20 минут. Готовую вишню закатайте, переверните банки вверх дном и укутайте в тёплое. Оставьте банки так до полного остывания, а затем храните в тёмном сухом месте. Во время стерилизации может выделяться много вишневого сока, но часто вишня существенно «проседает», поэтому можно в процессе стерилизации немного подкладывать очищенной вишни, чтобы банки не были полупустыми. Вишнёвый джем 3 кг вишни, 1 кг сахара, 1 ч. ложка пищевой соды. Вишню очистите от косточек и прокрутите через мясорубку или проребейте смесером. Переложите смесь в большую кастрюлю и поставьте на сильный огонь. Доведите до кипения и варите 40 минут. Периодически помешивайте и следите, чтобы наш будущий джем не подогрел. Добавьте соду. Пена зеленого цвета не должна вас пугать: через пару минут постоянного помешивания она исчезнет, и вишня опять будет красная.

Добавьте сахар и варите ещё примерно 40 минут (можно немного уменьшить огонь), помешивая. Смесь залейте в заранее стерилизованные банки. В результате у нас получится три баночки по 0,5 л. Закатайте крышками и оставьте до полного остывания, накрыв полотенцем. Джем отлично хранится при комнатной температуре.

Повидло

5 кг вишни, 3 кг сахара. Из спелой, сочной вишни удалите косточки. Переложите вишню в кастрюлю и доведите до кипения. Варите 5-10 минут на слабом огне, пока вишня не станет мягкой. Затем остудите и протрите ягоды через сито. К вишневому пюре добавьте сахар, перемешайте и поставьте на плиту. Доведите до кипения и варите на медленном огне, забывая помешивать, 2-3 часа (за тех пор, пока лопатка не начнёт оставлять на поверхности будущего повидла след). Прибавьте огонь и 3 минуты варите содержимое кастрюли, постоянно мешая. Горячее повидло разложите по стерилизованным банкам, закатайте крышками, дайте остыть. Приятного аппетита! Ваш Поварёнок

● АНЕКДОТЫ

Впервые не поехал на море из-за коронавируса, до этого не ездил из-за отсутствия денег.

☺☺☺

Следствие ЕГЭ:

– Доктор, что со мной?
– А где варианты ответов?

☺☺☺

Зачем же сразу терапевту? Меня нужно морю показать.

☺☺☺

Думала, что самой неудачной и ненужной покупкой 2020 года были зимние сапоги. Нет, оказывается – губная помада.

☺☺☺

Раньше я море видел только на картинах. Но потом постепенно стал зарабатывать больше, и теперь могу видеть море по телевизору.

☺☺☺

С утра моешься подогретой водой в тазике. Зато потом весь день – брифинги, зум-конференции, диджитал, интеграция бизнеса в технологии XXI века.

☺☺☺

– Вчера сдавал тест на коронавирус.
– И как?
– Сдал.

☺☺☺

Похудел я к отпуску. И как вы думаете, что начало на мне болтаться в первую очередь? Нет, не шорты, а обручальное кольцо!

☺☺☺

Оплата коммунальных услуг уже стала сильно напоминать ипотечный платёж.

☺☺☺

При выборе квартиры самое главное – это занавески. Если за занавесками есть море, то, скорее всего, это хорошая квартира.

☺☺☺

Купил в онлайн-магазине табуретку. Теперь Яндекс постоянно предлагает мне купить мыло и верёвку.

● А ВЫ ЗНАЕТЕ?

Вкусовые пристрастия

Определённое питание – это не только влияние традиций, принятых в семье, привычки или нюансы материального положения, это ещё и сигналы тела о неполадках внутри него, на которые стоит обращать в некоторых случаях пристальное внимание.

Сладкая жизнь

Тяга к шоколаду может указывать на наличие хронического стресса. Организму требуется триптофан, который в повышенном количестве находится в данном



продукте и помогает бороться со стрессом и утомляемостью. Стресс сопровождается выработкой высоких доз адреналина и подобных ему гормонов, что активизирует распад глюкозы в тканях. В этом случае мозг посылает сигналы о том, что нужно «заесть» стресс сладким. Именно глюкоза, которая является основным поставщиком энергии для клеток головного мозга, активно расходуется на фоне стрессов, и поэтому мозг так сильно в ней нуждается. Однако в некоторых случаях привычка подпитывать себя сладостями при стрессах переходит в патологическую склонность, что приводит к формированию лишнего веса и ожирения. Поэтому многие люди вполне правильно говорят, что они от нервов толстеют, и жир на животе – это «комоч нервов».