12+

ЕДИНСТВО ● СОЛИДАРНОСТЬ ● СПРАВЕДЛИВОСТЬ

Действие

Еженедельная общественно-политическая газета Федерации профсоюзов Республики Башкортостан

www.deystvye.ru

№ 16 (1469) 22 апреля 2022 года, пятница



Время молодых!



16-17 апреля в Уфе состоялся XVII Профсоюзный молодёжный форум. В течение двух дней более 100 молодых профактивистов участвовали в дискуссиях на актуальные темы, получали знания и учились применять их на практике. Также в рамках форума прошёл конкурс «Молодой профсоюзный лидер РБ».

Открывая форум, председатель ФП РБ Гузель Мирошниченко подчеркнула, что работа с молодёжью – одно из приоритетных направлений деятельности Федерации профсоюзов и пожелала, чтобы полученные знания пригодились ребятам в работе. Заместитель министра семьи, труда и социальной защиты населения РБ Тимур Каримов отметил насыщенную программу форума, направленную на развитие лидерских качеств участников.

Также с приветственными словами к участникам форума обратились председатель комитета по делам молодёжи администрации Уфы Роман Янгуров, председатель рескома профсоюза работников государственных учреждений и общественного обслуживания Рашит Харрасов, председатель рескома профсоюза работников культуры Александр Кузьменко и председатель молодёжного совета ФП РБ Анастасия Бокова.

Инструкция по применению

Программа форума началась с панельной дискуссии «Реализация стратегии развития молодёжной политики ФНПР – 2022». Модератором выступил известный телеведущий Дмитрий Каретко. Помогала ему по видеосвязи из Москвы руководитель департамента ФНПР по связям с общественностью, молодёжной политике и развитию профсоюзного движения Александра Шубина.

Уже первый заданный модератором вопрос: «Что может служить мотивацией к вступлению в профсоюз молодёжи?» вызвал активную дискуссию, растянувшуюся почти на час. Ребята на примере своих предприятий и организаций делились опытом привлечения молодых работников в профсоюз.

Так, по мнению многих участников, членство в профсоюзе – это прекрасная возможность улучшить условия труда работников, донести до руководителя их проблемы и чаяния, закрепить определённые льготы и гарантии в коллективном договоре. Как метко выразился один из профактивистов, «ребёнку, который не плачет, титьку не дают». К тому же, как отметили во время обсуждения, благодаря участию в подготовительной работе по заключению колдоговора, работники вовлекаются в общее дело на благо коллектива. Всегда приятно знать, что именно твоё предложение вошло в итоговый текст документа. Это положительно влияет на вовлечённость коллектива в работу профсоюзной организации.

3→ стр.

Цифра номера:

В Башкортостане подготовлен первый пакет мер поддержки экономики в условиях санкций. План включает 143 меры поддержки. Из них 56 мер – организационных, 87 – финансовых на сумму почти 55 млрд рублей

● *ПОРА НА ПОЧТУ*

С «Действием» по жизни!

1 апреля стартовала подписная кампания на II полугодие 2022 года.

Загляните **на почту** и подпишитесь на «Действие» по электронному официальному каталогу «Почты России», по индексу **ПР512**. Стоимость подписки составляет 784 рубля 74 копейки.

Оформить подписку можно не выходя из дома: вам поможет сайт **podpiska.pochta.ru.** Выберите нашу газету по индексу (ПР512) или по алфавиту, затем выберите способ доставки; введите данные получателя: адрес доставки, ФИО; выберите период подписки; пройдите простую процедуру регистрации или авторизуйтесь на сайте; оплатите заказ.

Точно так же подписку можно оформить онлайн через **мобильное приложение Почты России.**

Подписка **в редакции** на полгода стоит всё так же 430 рублей. Наши подписчики, выбирающие этот бюджетный вариант, забирают газету из редакции самостоятельно.

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

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

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

«Ваш выбор»
(тел.: 8 (347) 246-10-65).

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

Остались вопросы? Звоните в редакцию:

8 (347) 272-34-47.

● *АКЦИЯ*

Всероссийский автопробег профсоюзов
ZA МИР! ТРУД! МАЙ!
ZA МИР БЕЗ НАЦИЗМА!

Za автопробег!

«Za мир! Труд! Май!», «Za мир без нацизма!» – под такими девизами Федерация независимых профсоюзов России в рамках первомайских мероприятий проводит в этом году всероссийский автопробег в поддержку человека труда, российской армии и действий президента страны Владимира Путина.

12 апреля с выстрелом полуденной пушки стартовал всероссийский автопробег ФНПР во Владивостоке.

Депутат Госдумы от Приморья, секретарь ФНПР Виктор Пинский на митинге отметил, что лозунги профсоюзов сегодня как никогда актуальны:

– События прошедших двух лет показали, как были правы профсоюзы, когда призывали сохранять производство в России, когда бились за рабочие места, зарплату, за повышение МРОТ. Сегодня, в условиях санкций, мы должны сплотиться вокруг главной идеи – защитить нашу страну, сохранить свою культуру, историю, защитить своих граждан. Задача власти – дать россиянам уверенность в сегодняшнем и завтрашнем дне. Это, прежде всего, возможно через сохранение и рост доходов работающего населения, – отметил Пинский.

Участниками акции и сопутствующих митингов станут тысячи профсоюзных лидеров и активистов из всех регионов России, которые в рамках мероприятия преодолеют путь в 9985 км.

Профсоюзные автоколонны пройдут через Читу, Красноярск, Екатеринбург, Уфу, Нижний Новгород, Воронеж, Тамбов и множество других городов. К приморским автомобилистам присоединятся профсоюзы из других регионов. Так, в столицу на Красную площадь на праздничное первомайское шествие «ZA МИР! ТРУД! МАЙ!» и «ZA МИР БЕЗ НАЦИЗМА!» прибудет около 50 экипажей. А 9 Мая объединённая профсоюзная автоколонна прибудет в Волгоград, где на Мамаевом Кургане состоятся масштабные мероприятия, посвящённые Дню Победы.



Пробег стартовал во Владивостоке



Участниками митингов станут тысячи профактивистов из всех регионов России

В акции ФНПР участвуют все федеральные округа страны, а также народные республики ЛНР и ДНР. Цель автопробега – поддержка действий России на Украине в борьбе с нацистами, необходимость сплочения общества, активной работы по укреплению экономических и социальных позиций России, поддержки занятости и доходов людей.

Руководство пробегом поручено заместителю председателя ФНПР Александру Шершукову, его замом назначен секретарь ФНПР Дмитрий Чуйков.

По графику колонна автомобилей прибудет в Уфу вечером 26 апреля. **А 27 апреля у Дома профсоюзов РБ состоится митинг в поддержку автопробега ФНПР**, после чего пять машин из Башкирии присоединятся к колонне до Нижнего Новгорода. А одна проедет с автоколонной до конечной точки маршрута – Волгограда.

Встретимся на митинге!

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● ХРОНИКА

14 апреля в Белорецке состоялось выездное заседание Президиума республиканского комитета Горно-металлургического профсоюза России, на котором были рассмотрены вопросы состоянии производственного травматизма и профессиональных заболеваний на предприятиях отрасли за 2021 год; ход подготовки к проведению летней оздоровительной кампании в 2022 году; подготовка и проведение первомайских мероприятий; исполнение финансового плана бюджета РОБ ГМПР за 2021 год; готовность предприятий отрасли к работе в летний период и др.

* * *

С 12 по 14 апреля в Москве прошёл очередной пленум ЦК Профавиа и мероприятия, приуроченные к нему. В работе на всех площадках приняли участие делегаты от РОБ Роспрофавиа.

12 апреля состоялся семинар для участников пленарного заседания по теме «Организация работы на портале Профавиа». Также прошло совместное заседание постоянной комиссии ЦК профсоюза по внутрисоюзной работе и Молодёжного совета профсоюза.

13 апреля состоялось заседание президиума ЦК Профавиа с основным вопросом «О статистической отчётности за 2021 год». Кроме того, были озвучены итоги смотра-конкурса на звание лучшего уполномоченного и лучшего технического инспектора труда Профавиа. В числе победителей по итогам 2021 года в номинации «Лучший технический инспектор труда Профавиа» отмечена Н. Казаковцева (ППОО УАП «Гидравлика»), в номинации «Лучший уполномоченный по охране труда Профавиа» – Т. Спицына (ППОО УАП «Гидравлика»).

14 апреля состоялось пленарное заседание ЦК Профавиа. Прозвучали доклады о деятельности профсоюза и его организаций по работе с детьми, ветеранами, культурно-массовой и спортивной работе. Также были рассмотрены задачи в Год информационной политики и цифровизации работы профсоюзов.

* * *

15 апреля в Минпромторге России состоялась торжественная церемония награждения победителей и призёров



конкурса «Лучшая организация по работе в системе социального партнёрства». Дипломом I степени конкурса награждено АО «Уфимское приборостроительное производственное объединение».

* * *



15 апреля специалисты аппарата РОСПРОФПРОМ-Башкортостан выезжали в АО «БАЗ» (г. Благовещенск).

Деловое общение с коллективом началось с приятной ноты – вручения дипломов за участие в республиканских конкурсах по охране труда. Специалисты посетили рабочие места членов профсоюза, обсудили с заместителем директора по персоналу Лейсан Лукмановой вопросы реализации проекта «Социальная карта», внесения дополнений в коллективный договор, работы Совета молодёжи.

* * *

Профсоюзные организации аграриев РБ принимают самое активное участие в решении социально-трудовых проблем в отрасли.

Так, председатель Благовещенского райкома профсоюза Людмила Назарова приняла участие в совещании, на котором обсуждался вопрос субсидирования найма в санкционных условиях.

В преддверии весенне-полевых работ возрастает значимость обеспечения безопасных условий труда. На совещании с сотрудниками инженерно-технических служб в администрации района Людмила Назарова рассказала о новых Правилах по охране труда в сельском хозяйстве.



● АНОНС

Марафон «Za Россию» – в Уфе

Сегодня, 22 апреля Уфа присоединится к музыкально-патриотическому марафону «Za Россию», который в эти дни проходит более чем в 30 городах, передающих общероссийскую эстафету «Свет наших сердец» от одного города к другому. Эстафету столице Башкортостана передаёт Бийск.

«За Россию» решили выступить артисты, представляющие разные музыкальные жанры: оперу, рок, поп-музыку, бардовскую песню, а также поющие театральные и киноактёры. Продлится марафон до 5 мая, чтобы все пожелавшие в нём участвовать успели спеть.

Перед уфимцами выступят известные российские рок-звёзды и любимые местные артисты. Марафон призван зарядить энергией россиян, он охватывает более 30 малых и средних городов в шести федеральных округах – Центральном, Северо-Западном, Южном, Приволжском, Уральском и Сибирском.

Концерт пройдёт на площади у конгресс-холла «Торатау». Хедлайнерами станут две легендарных рок-группы – «Ва-БанкЪ» с её лидером Александром Ф. Скляром, а также «СерьГа» с Сергеем Галаниным. Также выступят Карина Низамова и группа Prado. Эффектным шоу Neo Vision зрителей порадует этно-коллектив Zainetdin. Вход свободный.

Концерт продлится с 17.00 до 20.00. В это время на площади будет развёрнут информационный стенд с данными о благотворительных организациях города, где все желающие смогут узнать, как присоединиться к благотворительной и волонтёрской деятельности и помогать тем, кто нуждается в поддержке.

Как сообщили организаторы, ярким событием концерта на площади у конгресс-холла станет общероссийская эстафета «Свет наших сердец», которая передаёт заряд положительной энергии от города к городу. Следующие города рок-маршрута марафона – Новокузнецк и Магнитогорск.

● «100 ДОБРЫХ ДЕЛ»

Можем. Поможем

Профсоюзные организации по всей республике принимают активное участие в акции «100 добрых дел», посвящённой 100-летию Федерации профсоюзов РБ.



В Башкортостанской республиканской организации Общероссийского профсоюза работников государственных учреждений и общественного обслуживания отмечают, что список добрых дел регулярно пополняется, что говорит об активной гражданской позиции членов профсоюза, об их стремлении безвозмездно помогать людям, оказавшимся в сложных жизненных ситуациях, единстве и сплочённости. Формы помощи выбираются многообразные, начиная с материальной, физической, заканчивая морально-духовной поддержкой нуждающихся в этом людей.

Так, активисты **ППО администрации Стерлитамака** собрали деньги для многодетной семьи, оставшейся в результате пожара без кормильца. Также члены профсоюза принесли канцтовары и другие вещи, в которых нуждалась многодетная семья.

Более 70 продуктовых и вещевых корзин были переданы семьям по республике от членов профсоюза **ГБУ РБ Юго-западный межрайонный центр «Семья».** Кроме того, восемь семей получили билеты в Русский драмтеатр г. Уфы, а одной семье помогли оформить социальную пенсию по потере кормильца.

Члены профсоюза **Кудеевского дома-интерната** в рамках акции поклеили обои одинокому ветерану труда.

Сотрудники **Первого реабилитационного центра г. Уфы** собрали средства и оказали благотворительную помощь двум воспитанникам центра из малообеспеченных многодетных семей.

Кроме того, сотрудниками центра была организована стоматологическая помощь детям с ОВЗ. Специалисты **Стоматологической поликлиники №3** провели осмотры и лечение детей-инвалидов и детей с ОВЗ, подробно рассказали родителям детей с ограниченными возможностями здоровья о необходимости гигиены полости рта.

Воспитанникам **ГБУ РБ Коррекционный центр «Радуга» г. Уфы** сотрудники рескома профсоюза передали вкусности к чаю – нарядные коробочки с ароматным чак-чаком (никакого сахара, только натуральный мёд!).

Члены профсоюза **Дюртюлинской территориальной организации** провели многочисленные субботники, занимались волонтёрской деятельностью, посетили одиноких ветеранов и собрали гуманитарную помощь для ДНР и ЛНР.

Все вместе!



Подарки от Приуфимской ТЭЦ

Работники Приуфимской ТЭЦ приняли участие в сборе гуманитарной помощи для жителей Луганской и Донецкой республик. На собранные средства были приобретены и переданы в межрайонный центр «Семья» в Благовещенском районе продукты питания, средства личной гигиены, книги.

Участие в благотворительных акциях даёт возможность каждому желающему сделать доброе дело и помочь людям, которые нуждаются в помощи.

От души

Первичная профсоюзная организация Башкирского научно-исследовательского института сельского хозяйства УФИЦ РАН также присоединилась к акции. Члены профсоюза посетили Государственное бюджетное учреждение Республики Башкортостан для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, центр социальной и коррекционной помощи «Радуга».

«Дети – это наше будущее. А чтобы они росли здоровыми и счастливыми, им нужны внимание и любовь. Пусть наша витаминная поддержка и небольшая, но от всей души!» – сообщили «Действию» волонтёры.



● СТУПЕНИ



Екатерина Ермолаева



В минуты редкого перерыва



У ребят было много вопросов

Время молодых!

←1 стр.

Многие заманивают молодёжь в профсоюз букетом всевозможных мероприятий: от турслётов до тех же самых форумов. И это работает. Значит, потребность в спорткультмассе действительно большая. А уж кто, как не профсоюз, может лучше других организовать спартакиаду или сплав по реке?

Других привлекают в профсоюз материальной выгодой. О том, что современная молодёжь чересчур меркантильна и думает только о деньгах, сегодня не говорит только ленивый. И профсоюзы пользуются этим. Те же профсоюзные дисконтные карты дают право на дополнительные скидки и бонусы в торговых и сервисных организациях. Это порой с лихвой оправдывает профсоюзные отчисления из зарплаты за одну покупку или услугу.

Работа на опережение

Александра Шубина познакомила участников форума с результатами исследования ФНПР на тему мотивации членства среди молодёжи.

– Нужно учитывать, что поколению «зумеров», активно входящих сейчас на рынок труда, интересны не все составляющие формулы «Три З» (зарплата, занятость, законность), которую долгое время пропагандируют профсоюзы, – отметила Шубина. – Они, например, не боятся остаться без работы, так как мобильны и легко могут найти себе новую. Так что стабильной занятостью, гарантом которой обычно являются профсоюзы, современную молодёжь сложно заманить в наши ряды.

С другой стороны, «зумеров» беспокоят рост цен, низкая зарплата, неудовлетворительное медицинское обслуживание, жилищные проблемы. Так что, закрывая эти потребности, профсоюз и может привлечь молодёжь в свои ряды.

В целом, обсуждение показало, что у профсоюзной молодёжи чётко определены векторы развития, осталось только двигаться в правильном направлении. Не нужно ждать, что кто-то что-то сделает за них – необходимо самим действовать. Насыщенная программа форума как раз и позволила участникам обогатиться знаниями и получить новые навыки для активной профсоюзной работы.

От информации к медиации

О том, как правильно подать информацию о деятельности профсоюзов в газеты, на стенды, в соцсети подробно рассказала ведущий специалист РОБ Роспрофавиа **Оксана Дронова**. Участники узнали много нового о способах подачи информации, каналах её распространения. Ребятам на практических примерах показали, как информация, проходя через группу людей, может искажаться, причём сильно. Так, участники по цепочке передавали друг другу новость о сиамских близнецах на Кубе. В итоге, дойдя до последнего адресата, она изменилась до неузнаваемости: о близнецах в ней не было ни слова, зато появились кошечки и собачки, отловом которых зачем-то занимались несчастные кубинцы. В общем, ребята поняли, что, передавая информацию, нужно выделять в ней важные аспекты, не задерживаясь на деталях.

Наверное, самый большой отклик у ребят вызвал тренинг по профилактике и разрешению конфликтов, который блестяще провёл профессиональный медиатор **Максим Беляев.** Профсоюзному лидеру по роду деятельности часто приходится «разруливать» различные конфликтные ситуации. Максим Беляев подсказал как это делать правильно. Также на форуме ребятам рассказали об основах грантовой деятельности и ключевых изменениях в трудовом законодательстве.

Отдельной похвалы заслуживает молодёжный совет ФП РБ, который в течение двух дней проводил игру на создание первичной профсоюзной организации. Ребята образовывали команды, выполняли задания по чек-листу, зарабатывали баллы. За каждого члена профсоюза участники получали «профкоин» – купон, который можно было обменять на бонусы или минуту эфирного времени. Именно выступления созданных команд и завершили молодёжный форум: в лучших традициях агитбригад ребята рассказали о преимуществах своего профсоюза и почему присоединяться нужно именно к ним. По итогам форума все участники получили дипломы от Федерации профсоюзов РБ. Добавим, что часть мероприятий форума прошла в рамках грантового проекта «Форсайт успеха».

Победил опыт

Конкурс «Молодой профлидер РБ» – как лакмусовая бумажка, он показывает, каким профессиональным ресурсом обладают профсоюзы республики. И, судя по конкурсу этого года, с молодыми лидерами у нас всё в порядке! Об этом я могу судить ещё и как член жюри двух основных этапов соревнований.

В этот раз отраслевые профсоюзы республики выставили на конкурс восемь участников. Первый этап – это, по традиции, домашнее конкурсное задание «Визитка». В течение нескольких минут ребятам нужно было продемонстрировать умения и навыки организации публичных выступлений с целью самопрезентации и представления своей профсоюзной организации.

Определяющим этапом конкурса стали «Профсоюзные дебаты». Где ещё, как не в умении вести дискуссию и аргументировано отстаивать точку зрения, проявляется лидер? Времени на подготовку было немного: всего минута. Ребята справились с заданием отлично, хотя темы были не из лёгких. Например, на кого опираться профсоюзам: на молодёжь или на опытных работников? Ну а на вопрос о том, на кого должен распространяться колдоговор: на всех работников или только на членов профсоюзов, не могут ответить лучшие профсоюзные умы уже более 30 лет.

Конкуренция на конкурсе была настолько высока, что победителей и побеждённых отделяли считанные баллы. В итоге по сумме результатов всех этапов молодым профсоюзным лидером республики стала заместитель председателя ППОО УАП «Гидравлика» Екатерина Ермолаева, которая практически за все этапы конкурса получила наивысшие оценки! II место заняла Камила Аминова из профсоюза работников ЖКХ. III место разделили Ольга Ильина из Затонской ТЭЦ и Алексей Самойлов из БГАУ.

– С большинством случаев из этапа конкурса «Правовая ситуация» я сталкиваюсь чуть ли не ежедневно на работе, поэтому ответить на них правильно для меня не составило особого труда, – поделилась впечатлениями после конкурса Екатерина Ермолаева. – Умение убеждать, необходимое в дебатах, также приходится часто применять в ежедневной работе, как иначе донести до работника важность вступления в профсоюз?



В споре рождается истина



«Вступай в наш профсоюз!»

Слово участникам

Рустам СУБХАНКУЛОВ, Затонская ТЭЦ:

– Впечатления от форума у меня самые яркие, здесь собрались молодые профсоюзные лидеры, с которыми было интересно пообщаться, узнать что-то новое, поделиться своим опытом. Отмечу великолепную работу тренеров и организаторов мероприятия. Благодаря панельной дискуссии мы смогли обсудить наболевшие проблемы по мотивации профчленства среди молодёжи и услышать множество вариантов их решения.

Уверен, что для многих эти два дня стали ступенью, которая поможет им воплотить в жизнь свои идеи, реализовать себя. Из пожеланий – проводить такие мероприятия за чертой города, чтобы молодёжь заодно могла отдохнуть от городской суеты.

Артур БАЙГУЗИН, ООО «Башкирская медь»:

– Форум является отличной площадкой, чтобы рассказать о том, какие проблемы беспокоят рабочую молодёжь. Интересной получилась панельная дискуссия, в процессе общения люди раскрылись, рассказали о себе, о том, что сегодня действительно волнует ребят на предприятиях Башкирии. Надеюсь, что обсуждение проблем, озвученных на форуме, с алгоритмом действий будет продолжено и в дальнейшем.

Организаторы потрудились на славу, сумев насытить программу интересными тренингами и дискуссионными площадками. Мне немного не хватило практических кейсов от профлидеров республики, всё-таки многие из приглашённых лекторов не связаны с профсоюзной деятельностью. Впрочем, этот момент с лихвой заменил обмен опытом с коллегами из других предприятий и отраслей.

Айгуль АФАНАСЬЕВА, ООО «Теплоэнерго», г. Октябрьский:

– Безусловно, от этого форума остались только положительные эмоции. За два дня мы стали одной командой и получили массу положительных эмоций и полезных знаний. Каждый нашёл новых друзей и открыл в себе новые таланты. Особо запомнился тренинг Максима Беляева на профилактику и разрешение конфликтов: эти знания всегда пригодятся не только в работе, но и в жизни.

Обучение проходило не в форме «сухих» лекций, это была связь, взаимообмен. Благодаря игре на создание профсоюзной организации мы на практике учились находить ошибки и исправлять их. Спасибо организаторам за возможность обучения, за дружескую атмосферу и прекрасные условия проживания.

Рим АЙБУЛАТОВ, ПАО «Башинформсвязь», г. Мелеуз:

– Опыт профсоюзной работы у меня небольшой, я только в прошлом году окончил колледж. Поэтому форум дал мне бесценные знания, которые я смогу применить на практике. Я увидел, что у профсоюзной молодёжи общие проблемы, и решать их надо сообща. Уверен, у нас получится, ведь все участники форума – яркие, активные и жизнерадостные, полные энергии и желания действовать.

Уверен, что участие в таком интересном и нужном для молодых профактивистов форуме даст нам новые идеи, возможности для профессионального роста. Я уезжаю отсюда с большим багажом знаний, которыми обязательно поделюсь с коллегами по приезде домой. Желаю дальнейшего развития форуму!

Артур СУНАГАТУЛЛИН (фото автора)

● ФАКТЫ

Система работает

Важность территориальных объединений организаций профсоюзов сложно переоценить.

ТООП муниципальных образований созданы для представительства интересов Федерации профсоюзов республики, её выборных органов и для координации деятельности профсоюзных организаций по представительству и защите социально-трудовых, профессиональных, гражданских и иных прав и законных интересов членов профсоюзов на территориальном уровне. Понятно, что один работающий человек вряд ли сможет что-то изменить в своём существовании в положительную сторону. Но делегировав свой голос профсоюзам, он может быть уверен: на уровне территорий они смогут донести его позицию до сторон социального партнёрства.

В соответствии с Законом РБ «Об органах социального партнёрства в РБ» во всех муниципальных образованиях заключены территориальные трёхсторонние соглашения, работают территориальные трёхсторонние комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.

Сегодня в Башкортостане насчитывается пять профсоюзных округов, которые помогают чётко и своевременно координировать деятельность ТООП, в сжатые сроки доводят решения вышестоящих профсоюзных органов до городских, районных организаций отраслевых профсоюзов, первичных профорганизаций.

На плановой основе действуют Координационные советы ТООП, на заседаниях которых рассматриваются актуальные и злободневные вопросы социально-трудовой сферы, рассматривается имеющийся положительный опыт работы. Дважды в год подводятся итоги выполнения Территориальных трёхсторонних соглашений; информация о выполнении соглашения и невыполненных (или выполненных не в полном объёме) обязательствах направляется в секретариаты комиссий.

В заседаниях Координационных советов принимают участие представители администраций, а также районных Центров занятости населения; аппарата Федерации профсоюзов РБ и республиканских организаций профсоюзов и др.

Между координационными советами ТООП и администрациями городов и районов организовано межведомственное взаимодействие. Так, представители ТООП участвуют в заседаниях координационных советов и межведомственных комиссий по различным социально-трудовым направлениям, созданных при администрациях городов и районов. Это межведомственные комиссии по охране труда; координационные советы по вопросам оплаты труда и своевременной выплаты заработной платы; межведомственные комиссии по обеспечению отдыха, оздоровления и занятости детей, подростков и молодёжи; заседания Совета МО; также профсоюзная сторона принимает участие в республиканских видеоконференциях по социально-трудовым вопросам.

На сегодняшний день в республике действуют 12-е Республиканское соглашение на 2020-2022 годы; заключено 18 республиканских отраслевых соглашений; 63 территориальных трёхсторонних соглашений (заключены во всех районах и городах республики); 100 отраслевых соглашений, заключённых на территориальном уровне.

● ОПЫТ

Под профсоюзным контролем

В Территориальном объединении организаций профсоюзов Бирского района насчитывается 59 первичных профсоюзных организаций, в состав которых входят 6614 членов профсоюзов.

Во всех организациях, входящих в ТООП, заключены коллективные договоры, принятые сторонами партнёрства обязательства выполняются.

Ежегодно стороны социального партнёрства отчитываются на собраниях, конференциях в трудовых коллективах о выполнении взятых на себя обязательств.

Профсоюзные комитеты контролируют соблюдение законодательных актов и иных правовых актов, обеспечивающих защиту интересов работников.

С учётом мнения профсоюза рассматриваются вопросы о привлечении работников к сверхурочным работам, работам в выходные и нерабочие праздничные дни, очерёдность предоставления отпусков, определение форм профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации работников и др. вопросы.

Профсоюзы следят за соблюдением трудового законодательства и в части своевременной выплатой в полном объёме заработной платы.

Разрабатывались и предлагались меры поощрения для работников: оказание материального вознаграждения за расширение сферы деятельности, представление к наградам, званиям, награждениям почётными грамотами, вынесение благодарности и др.

Председатели ППО оказывают бесплатную юридическую помощь членам профсоюза по социально-трудовым и иным вопросам, связанным с трудом.

Регулярно рассматриваются вопросы улучшения условий и охраны труда, пожарной безопасности. Во всех организациях проведена специальная оценка условий труда, ведётся работа по предотвращению профессиональных рисков на рабочих местах. Работников обучают оказанию первой медицинской помощи пострадавшим на рабочем месте.

Профсоюзные организации осуществляют общественный контроль соблюдения действующих в организациях нормативных правовых актов по охране



Т. Микова

труда. Во всех организациях имеются уполномоченные по охране труда профсоюзов.

На предприятиях внедрена и функционирует система управления охраны труда и промышленной безопасности, в которую включены мероприятия для реализации основных направлений, указанных в типовой программе «Нулевой травматизм».

Работникам, занятым на вредных производствах, установлена повышенная оплата труда, денежная компенсация взамен выдачи молока, предоставление дополнительных дней к отпуску.

Во всех организациях регулярно проводится диспансеризация и обязательный медицинский осмотр.

В коллективных договорах сохраняются имеющиеся и устанавливаются дополнительные льготы и гарантии работникам.

Профсоюзы принимают меры для включения в коллективные договоры обязательств по: созданию необходимых условий для подготовки, переподготовки и повышению квалификации, переобучения новым профессиям работников; по предоставлению дополнительных льгот и гарантий высвобождаемым работникам, работникам предпенсионного возраста.

В рамках квоты для трудоустройства инвалидов созданы и сохраняются рабочие места для работников с ограниченными возможностями здоровья.

Социальная защита работников – одна из главных задач профсоюза.

В коллективных договорах предусматриваются и выполняются дополнительные меры социальной поддержки работников: поздравления и премирование к юбилейным датам: 50, 55, 60 лет и далее каждые пять лет в размере оклада; премирование работников по праздничным датам и в связи с профессиональными праздниками (все организации ТООП).

Оказывается единовременная матпомощь при регистрации брака, при рождении ребёнка, оказывается поддержка многодетным матерям (трое и более детей), семьям, имеющим ребёнка-инвалида в возрасте до 18 лет и одиноким матерям, а также работникам, имеющим детей первоклассников и т.д.

Профсоюзы организуют культурно-массовые, спортивно-оздоровительные мероприятия для работников-членов профсоюза, а также членов их семей.

Профсоюзы поддерживают тесную связь с пенсионерами, ветеранами труда, организуют встречи с ветеранами на предприятиях, поздравляют с юбилейными датами, организуют поздравления к Дню пожилого человека, к Дню Победы, помогают им в трудных жизненных ситуациях: это и консультации в различных вопросах, и вспашка земли, и уход за могилами одиноких пенсионеров, и волонтёрство и многое другое.

Для поддержки молодёжи профсоюзные организации рекомендуют работодателям различные формы поощрений и защиты молодых работников: дополнительные денежные выплаты, частичная оплата за жильё, устанавливаются Гранты для молодых учёных.

В организациях проводится разъяснительная работа по вопросам пенсионной реформы с привлечением специалистов отделения Пенсионного фонда РФ, оказывается бесплатная юридическая помощь членам профсоюзов по социально-трудовым и иным вопросам, связанным с трудом.

Все организации работают с Фондом социального страхования: возвращают денежные средства ФСС на санаторно-курортное лечение работников, медосмотры, приобретение спецодежды и медицинских аптечек.

Профсоюзный актив повышает свою квалификацию, обучаясь в Институте повышения квалификации профсоюзных кадров.

На заседаниях Территориальной трёхсторонней комиссии рассматриваются вопросы коллективно-договорного регулирования, оплаты труда, охраны труда, здоровья и окружающей среды, проведение медицинских осмотров, организации отдыха детей работников в летний период и т.д.

Татьяна МИКОВА, председатель ТООП

● СЛУЧАЙ

На скамье воспитуемых

В то время, когда президент Путин поручает губернаторам сохранить стабильную социально-экономическую ситуацию в регионах, некоторые работодатели в Башкирии отказываются от присоединения к территориальным соглашениям, которые заключают профсоюзы, работодатели и администрации муниципалитетов. Мне довелось побывать на заседании трёхсторонней комиссии одного из городов республики, где представитель предприятия-отказника пытался аргументировать своё неприсоединение к соглашению. Его доводы, честно говоря, не впечатляют.

Если кто не знает, соглашение (республиканское, территориальное и др.) – это минимальный набор гарантий, которое стороны социального партнёрства (на уровне региона, отрасли, муниципалитета) могут предоставить работнику. Поэтому когда предприятие отказывается присоединиться, допустим, к территориальному соглашению, оно тем самым лишает работника права на достойные условия труда.

Явление это не такое уж и новое, но поначалу, когда стали появляться первые «отщепенцы», их приглашали «на ковёр» в правительство, профильные министерства и так там пропесочивали, что желание не присоединяться к соглашению у них тут же пропадало.

Однако теперь уговаривать (другого слова и не подобрать) отказников приходится трёхсторонним комиссиям на уровне муниципалитетов. Работодатель – натура нежная, ему же не скажешь в лоб, что отказываться от присоединения к соглашению сегодня – это всё равно, что ударить работника пыльным мешком из-за угла. Вот и сидят спецы от профсоюзов и администраций и увещевают работодателя не отказываться от присоединения к соглашению. А он вроде бы и не против, да вот только является всего лишь рупором собственника предприятия, который находится за тридевять земель. И клал собственник на права и гарантии каких-то там работников пыльный Трудовой кодекс, ему прибыль подавай!

В данном конкретном случае предприятие изначально свой отказ мотивировало отсутствием профсоюзной ячейки. Когда члены комиссии пояснили, что для присоединения к соглашению необязательно иметь профсоюз, работодатель разродился новым документом, где сослался на нехватку финансов и, внимание, отсутствие поддержки со стороны муниципалитета. Но разве собственник не должен сам обеспечивать финансовую стабильность своего детища? А отсылки к администрации и вовсе смешны: предприятие же частное, а не МУП.

А ведь ничего сверхъестественного соглашение не требует. Работодатель не поленился и подробно расписал (видимо, на это времени хватает) обязательства, которые он не может на себя взять. То, что собственнику жалко денег на оздоровление работников и их детей, удивления не вызывает. Хотя софинансировать стоимость путёвки ему наверняка вполне по силам. Здесь сразу вспоминается история, как на одной из комиссий, где чихвостили должников по заработной плате, нерадивый работодатель рвал на себе рубашку: «Ну нет у меня денег, хоть убейте!», а после заседания прыгнул в новенький «крузак» (видимо, тёщин) и был таков.

Но вот пункт об организации оздоровительной, культурно-массовой и физкультурной работы – неужели сложно провести физкультминутку, или собраться в выходные поиграть в футбол? То же самое касается и работы с молодёжью: зачем отказываться от этого пункта? Ведь вполне по силам найти инициативного человека, которому было бы интересно этим заняться.

Но нет, собственнику удобней встать в позу, показать всем, что наблюдал он с высокой колокольни на «это ваше социальное партнёрство». Видимо, так и выглядит капитализм со звериным оскалом. Остаётся лишь посочувствовать представителям администраций и профсоюзов на местах, которые бегают за такими работодателями. А ведь если бы снова возродилась практика приглашать отказников в Дом Республики, глядишь, спеси бы у них и поубавилось.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● РАССМОТРЕНО НА КОМИССИИ

Не доводя до осложнений

В ходе очередного заседания Республиканской трёхсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений был рассмотрен вопрос соблюдения трудовых прав сотрудников медицинских учреждений (по итогам 2021 года), а также проведён обзор основных нарушений и заслушаны предложения по их профилактике.

Прошлый год был для медработников непростым: они боролись с Covid-19, зачастую отдавая все силы пациентам. Тяжело работая, они надеялись на то, что получат все причитающиеся им выплаты. Но происходило это не везде и не всегда. Отсюда – рост напряжённости в медицинском сообществе и увеличение количества обращений в контролирующие органы, в профсоюз.

Руководитель ГИТ в РБ **Татьяна Астрелина** привела последний свежий пример: 6 апреля Кассационный суд г. Самары поддержал позицию ГИТ в РБ, которая выступила в защиту прав работников Кигинской ЦРБ по вопросу выплаты им сумм за стаж. По решению суда больница должна заплатить за стаж более, чем 100 сотрудникам плюс перечислить в их пользу компенсации за несвоевременные выплаты причитающихся сумм. Т. Астрелина предложила коллегам из Минздрава РБ добиваться, чтобы из лечебных учреждений поступали материалы по тяжбам с Госинспекцией, по результатам проверок, чтобы «на берегу», сразу проговаривать «узкие места» и ставить точку в дискуссиях, не доходя до высоких судебных инстанций. В эту работу Т. Астрелина предложила включиться и профсоюзной стороне, чтобы обсуждать данные темы в трёхстороннем формате.

– Зачастую мы видим нарушения трудовых прав сотрудников не потому, что денег не хватает, а потому что идут недоработки. Хотя бы раз в полгода надо собираться и общаться с главврачами и кадровыми службами, чтобы мы могли подсказывать, как правильно выходить из тех или иных трудовых казусов, решать проблемные вопросы, чтобы не доводить ситуацию до абсурда и явного конфликта, – справедливо отметила главный госинспектор.

Замминистра здравоохранения РБ **Ольга Горбацевич** поблагодарила Госинспекцию за проведённые проверки и отметила, что в скором времени планируется на базе минздрава собраться коллегиально с инспекторами ГИТ, отраслевым профсоюзом, чтобы ещё раз обсудить имеющиеся нарушения. По итогам встречи состоится расширенное заседание в формате ВКС с приглашением финансовых, кадровых служб медорганизаций, чтобы донести до них основы, на которых необходимо выстраивать работу. Координатор РТК – министр семьи, труда и социальной защиты населения РБ **Ленара Иванова** дополнила: если подобные встречи станут регулярными, то у контролирующих органов, министерства и профсоюза будет меньше работы, а атмосфера в коллективах станет намного спокойнее и доброжелательнее.

Председатель РОБ профсоюза работников здравоохранения РФ **Рауль Халфин** сразу сообщил, что профсоюз также настроен на профилактику нарушений. Ведь если решение проблем затягивается, то создаётся почва для эмоциональных реакций работников и подключения деструктивных организаций, настроенных на «хайп».

В целом за 2021 год отраслевым профсоюзом рассмотрено 11710 обращений работников медицинских организаций.

Из всего числа обращений аппаратом рескома профсоюза рассмотрено 5252 обращения, в том числе: правовые вопросы (заключение, изменение и расторжение трудового договора, наложение дисциплинарного взыскания и др.) – 2150, оплата и нормирование труда – 1093, охрана труда – 1250, режим рабочего времени и времени отдыха – 274, досрочное оформление пенсии медицинским работникам – 180. Первичными профсоюзными организациями самостоятельно рассмотрено 6458 обращений, в том числе по правовым вопросам (заключение, изменение и расторжение трудового договора, наложение дисциплинарного взыскания) – 575, оплате и нормированию труда – 2017, охране труда – 312, режиму рабочего времени и времени отдыха – 119, иных социально-трудовых вопросов – 3952.

При этом **91,6% обращений в профсоюз были решены в пользу работников.**

Рауль Халфин отметил положительные наработки профсоюза в части профилактики и оперативного решения проблем (на стадии обращения работников) – это круглосуточная «Горячая линия», организация опросов и выезды с приёмом работников на местах.

Рауль Халфин полностью поддержал прозвучавшее предложение об организации рабочих встреч и обучающих мероприятий; выразил готовность к этому взаимодействию и на стадии обсуждения возникающих проблем «на берегу»:

– Мы видим, что некоторые вопросы, наверное, можно было бы решить чуть раньше, не доводя до осложнений, – констатировал выступающий.

И добавил, что в текущем году взаимодействие с Министерством здравоохранения РБ складывается довольно успешно:

– Несмотря на все те сложности, которые по большому счёту создавали объективные предпосылки для увеличения количества обращений (это и борьба с коронавирусом, и процессы реорганизации в отрасли здравоохранения республики), тем не менее, например, реорганизация службы скорой помощи при предварительном обсуждении предстоящих изменений в части льгот, гарантий работникам реорганизуемых учреждений, – эта работа дала очень хороший результат: по сути, ни одного серьёзного обращения в связи с нарушениями не поступило! Считаю, что это очень хороший пример взаимодействия в области профилактики нарушений и их осложнений, – подчеркнул Рауль Халфин.

В ходе рассмотрения нюансов в работе службы скорой помощи РБ профсоюз обратил внимание на очень разные подходы к оплате труда, стимулирующим выплатам. Поэтому также были проведены круглые столы в Госсобрании РБ, в ФОМС, совместно с Министерством здравоохранения РБ. В результате переговоров были внесены дополнительные изменения в Отраслевое соглашение, где установлены: повышенный размер оплаты за работу в ночное время для медицинских работников, оказывающих экстренную или скорую медицинскую помощь, а также доплата для водителей скорой медицинской помощи, осуществляющих транспортировку (перенос) пациента до автомобиля и медицинской организации.

Ирина ЛЕВЧУК

● ШТРИХИ К ПОРТРЕТУ

Хобби малого масштаба

30-летний фельдшер из уфимской поликлиники №43, профсоюзный активист Валерий Коробейников работает в боксе, куда направляют пациентов с признаками коронавируса. Во время пика пандемии он принимал в день до 110 больных. Отвлечься от тягот трудовых будней ему помогает общественная работа и его хобби – коллекционирование моделей автобусов и грузовиков. Их у него сегодня более 2,5 тыс. экземпляров!

Валерий – человек творческий: пишет стихи, поёт, играет на гитаре, любит активный образ жизни. Поэтому, когда в 2017 году он пришёл в 43-ю поликлинику, его сразу заметили в профкоме. Молодой человек с удовольствием влился в профсоюзную жизнь учреждения. В профкоме он – ответственный за билеты в аквапарк, а заодно массовик-организатор, всегда готовый разнообразить жизнь коллектива. Одна из последних идей, воплощённых в жизнь, – однодневный выезд с коллегами по маршруту «Святые кустики» – Красный ключ – собрала много положительных отзывов и ещё больше сплотила работников.

Валерий уверен, что подобные поездки помогают сотрудникам отвлечься от повседневной работы, которая требует эмоционально напряжённого общения с пациентами. Также отдохнуть от рабочей суеты молодому человеку помогает коллекционирование масштабных моделей автомобилей.

Как правило, истории коллекционеров начинаются с первой купленной или подаренной модели машины. Но на этот раз она началась с… выброшенной игрушки.

– Когда мне было четыре года, дома откуда-то появился сломанный игрушечный автобус, – вспоминает Валерий. – Мама сказала выбросить его, что я и сделал. Правда, потом мне стало так жалко его, что родителям пришлось купить мне новую модель автобуса. С тех пор и понеслось.

Интересно, что отец фельдшера почти всю жизнь был связан с общественным транспортом Уфы, а мама работала в больнице. Так что профессию он выбрал мамину, а увлечения – папины. Конечно, в 90-ые годы ассортимент модельных авто в наших магазинах был весьма ограниченным. Так что вместе с отцом они делали автобусы из дерева и красили.

Сегодня проблем с ассортиментом моделей нет, можно купить как готовые, так и собирать по журнальной подписке. Конечно, за особо редкими экземплярами приходится поохотиться, но здесь на помощь приходят друзья, которые, зная об его увлечении, привозят новые экземпляры со всех уголков страны.

«Икарусы», «НЕФАЗы», «ЛиАЗы» – в автопарке Коробейникова царит идеальный порядок. А учитывая, что его отец теперь занимается грузоперевозками, коллекция моделей стала пополняться грузовиками.



В. Коробейников показывает свою коллекцию

Уфимский коллекционер – личность известная в определённых кругах. Начав заниматься любимым делом, он глубоко погрузился в автомобильную тематику, отмечал, как менялся и продолжает меняться автобусный парк на наших улицах. Так, купленные модели «НЕФАЗов» и «ПАЗики» он стилизовал под уфимскую стилистику «Башавтотранса». Узнав об этом, представители автотранспортного предприятия попросили их для своего музея. Но коллекция за годы увлечения стала для молодого человека родной.

– Кто-то успокаивается, рассматривая рыбок в аквариуме, а я же нахожу умиротворение в своей коллекции, – делится парень. – Бывает, придёшь домой в плохом настроении, возьмёшь в руки одну из моделек – и сразу на душе легко становится. Нравится общаться с единомышленниками по всей стране. Обмениваемся информацией, сообщаем друг другу о новинках. Завёл свой канал на Youtube, где выкладываю обзор коллекции, рассказываю об особо ценных экземплярах.

Среди таких – электробус «КАМАЗ», который он долго искал и купил в итоге за 12 тыс. рублей. Вообще, коллекционирование – увлечение не из дешёвых. Одни только журналы с деталями автобусов стоят по две тысячи рэ за штуку. Представители одного из московских профильных изданий даже приезжали в Уфу, чтобы написать о Валерии Коробейникове.

Сегодня в его коллекции две с половиной тысячи экземпляров – это приблизительное количество, точный счёт владелец не ведёт. Зато коллекционер точно знает, где «припаркована» каждая машина в автопарке. Останавливаться на достигнутом он не собирается и уже заказал стеллажи для очередных моделей.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● ПРОФСОЮЗ ПОМОГАЕТ

Льготный стаж

Рентген-технику Группы радиационной безопасности РКБ им Г.Г. Куватова Пенсионный фонд отказал в назначении досрочной пенсии и не засчитал в льготный трудовой стаж 25 лет и 7 месяцев работы во вредных условиях.

Правовой инспектор Республиканской организации отраслевого профсоюза взял дело под свой контроль, помог медработнику составить исковое заявление и обратиться в суд. Однако районный суд отказал в льготной пенсии на основании того, что актом проверки Пенсионного Фонда администрация больницы исключила годы, дающие право на досрочное назначение пенсии по Списку 1, из формы индивидуальных сведений. Справка, выданная РКБ им. Г.Г. Куватова в Пенсионный Фонд, была оформлена некорректно, без обработки персональных данных, несмотря на то, что по результатам СОУТ и других приложенных документов работнику были установлены льготы и гарантии за работу во вредных условиях.

Юристы профсоюза помогли обжаловать решения районного суда и Пенсионного фонда в Верховном суде РБ.

В итоге исковые требования рентген-техника удовлетворены в полном объёме, в трудовой стаж члена профсоюза зачли 25 лет и 7 месяцев. Пенсия назначена работнику с июля 2020 года, в возрасте 50 лет.

В формате выезда

На прошлой неделе работники аппарата республиканской организации профсоюза работников здравоохранения РФ выезжали в Центральную районную больницу и детский пульмонологический санаторий г. Ишимбая.

Они рассказали о результатах работы профсоюза в 2021 году, поблагодарили профсоюзный актив и приняли в работу вопросы от работников ЦРБ и санатория. Также была оказана помощь членам семьи медика, погибшего от коронавирусной инфекции при исполнении служебного долга. А в продолжение программы страхования от несчастных случаев профсоюзные сертификаты были вручены работникам приёмного отделения и психоневрологического диспансера.



Р. Халфин (слева) передаёт солидарную помощь от профсоюза

Золотая молодёжь

Студенты-волонтёры Уфимского медицинского колледжа, проживающие в общежитии №1 колледжа, организовали сбор посылок и доставили гуманитарную помощь в Региональное отделение Российского Красного Креста по РБ для передачи жителям Донбасса.

● УЧЁБА

Умение договариваться

13 апреля в Уфе состоялась XIV (внеочередная) Конференция РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России по организационным вопросам и обучение профактива предприятий нефтяной, газовой отраслей промышленности и строительства, расположенных на территории республики.



Особенный отклик у аудитории получила система анализа личности – психогеометрия



Г. Хамитов и В. Сафиханов

С приветственным словом к участникам обратился председатель РОБ Нефтегазстройпрофсоюза России **Валерий Сафиханов,** отметивший, что работа профсоюза в значительной степени зависит от профессионального уровня кадров, от качества их подготовки, поэтому реском уделяет особое внимание обучению профактива.

Умение договариваться считается одним из сильнейших качеств профсоюзных лидеров, доказательством чему обычно являются содержательные коллективные договоры. Это всегда непросто – добиться включения в документ определённых гарантий работникам в части занятости и переобучения, улучшения условий и охраны труда, соблюдения баланса рабочего времени и времени отдыха, установления механизма регулирования оплаты труда с учётом роста цен, уровня инфляции, оздоровления работников и членов их семей и т.д. О том, как разработать методику и тактику ведения переговоров в ходе коллективно-договорного регулирования на предприятии, участникам рассказал председатель правления ассоциации тренеров и консультантов РБ, преподаватель центра развития ДПО БАГСУ при Главе РБ **Габдулла Хамитов**.

Правило трех «да»

Прежде всего, нужно хорошо подготовиться к переговорам, определиться с целью и стратегией. Переговоры по своей структуре напоминают слоёный пирог. На каждую ситуацию можно взглянуть с различных сторон (технической, правовой, экономической и др.). Чтобы построить полную картину, необходимо понимать, какие слои задействованы в ситуации, то есть какие стороны вопроса существенны, что происходит в каждом «слое», на каком этапе возможны тупики, а какие являются безопасными.

– Во время переговоров нужно отслеживать свои эмоции, видеть, слышать и чувствовать работодателя, важны малейшие детали, вплоть до того, какой стороной вы садитесь к собеседнику, – отметил Габдулла Хамитов. – Попробуйте поставить себя на место работодателя и посмотрите на будущий диалог его глазами.

Бизнес-тренер поделился некоторыми секретами того, как можно расположить к себе собеседника. Один из них – правило трёх «да». Суть этой психологической уловки заключается в том, что нужно просто последовательно задавать вопросы собеседнику, но они должны быть такими, с которыми он просто не сможет не согласиться, т.е. на которые он 100% ответит положительно. Таких вопросов должно быть два. А после того, как собеседник на них отвечает, нужно задать свой основной вопрос – по инерции, а также, будучи подсознательно настроенным на положительные ответы, он, скорее всего, ответит «да».

Правилом трёх «да» уже не одно десятилетие пользуются маркетологи и рекламщики, однако применять его успешно могут и вполне обычные люди в совершенно любой области своей жизни.

Особенный отклик у аудитории получила система анализа личности – психогеометрия, позволяющая прогнозировать и оценивать некоторые черты характера, модель поведения и стиль жизни человека с помощью простейших геометрических фигур. Подытожив результаты, Габдулла Хамитов отметил, кому нужно «скруглить» углы, а кому – стать более уверенным и решительным.

В правильной тональности

«Кто владеет информацией – тот владеет миром». Вкратце именно так можно описать выступление пресс-секретаря Нефтегазстройпрофсоюза России **Анастасии Дубенской**. Она рассказала об информационных ресурсах профсоюза и на конкретных примерах показала, как профактивистам правильно освещать свою работу в социальных сетях.

– В профсоюзной среде существует определённый информационный вакуум, который может заполняться как негативной, так и позитивной составляющей, – отметила она. – То, какое мнение будет складываться в обществе о профсоюзах, зависит от нашей информационной работы.

А мнение в итоге должно сложиться следующее. Во-первых, профсоюзы – полезные, а не скучные. Потому что дают знания и их информацию можно использовать на местах и в своих источниках.

Во-вторых, профсоюзы помогают, а не мешают. Они помогают людям в сложных ситуациях (в доказательство этого нужно приводить реальные кейсы), стараются сделать жизнь сотрудников спокойнее и ярче (речь о различных мероприятиях и слётах). Поэтому посты профсоюзов в соцсетях должны быть интересными. Здесь важно не спамить ежедневно, публикации в соцсетях должны если не ждать, то точно замечать, когда они выходят. И, хоть профсоюз – серьёзная организация, нужно уметь быть заметными для аудитории любого возраста.

Итак, цели понятны, как же их достичь? К примеру, на предприятиях можно использовать красочные стенды с яркой информацией. Приветствуется инфографика, так как она всегда привлекает внимание. Также нужно активно использовать листовки и буклеты. Отдельное направление – соцсети.

– Важно не заполнять социальные сети рутинной информацией и избегать канцеляризмов, – подсказала Дубенская. – Все эти: «состоялся пленум и были рассмотрены такие-то вопросы» оставьте для сайта, в соцсетях официоз не нужен. Сегодня в тренде UGC (пользовательский) контент. Тот, который создают обычные клиенты, «вдохновлённые» определёнными товарами или услугами, а не маркетологи или копирайтеры. В нашем случае UGC-контент создаётся членами профсоюза, сделавшими пост или оставившими отзыв о нашей работе.

Не менее важен Tone of voice в соцсетях, то есть тональность всех сообщений, которые транслируются от лица профсоюза. Так же, как и у людей, у организаций есть свой имидж, определённый стиль, манера подачи информации. В нашем случае он должен быть дружественным, чтобы получить отклик от аудитории.

Об особенностях финансовой работы в профсоюзной организации и изменениях в законодательстве в 2022 году аудитории рассказала практикующий главный бухгалтер, старший преподаватель УГАТУ и ИПК ПК **Людмила Иванова.**

По завершении обучения слушатели отметили разнообразие форм и подачи предоставленной информации, грамотно подобранный методический материал, который можно использовать в работе, и подтвердили необходимость регулярного проведения подобных мероприятий.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● ЗАРПЛАТА

Лучше без долгов

12 апреля в онлайн-формате прошло очередное заседание Республиканской межведомственной комиссии по вопросам снижения неформальной занятости населения и своевременной выплаты заработной платы.

Вёл работу заместитель министра семьи, труда и социальной защиты населения РБ Тимур Каримов.

Предваряя обсуждение, Тимур Каримов привёл данные Госинспекции труда в РБ, согласно которым задолженность на 1 апреля составила 477,8 млн руб. перед 4543 работниками 70 организаций. При этом в течение месяца задолженность снизилась на 12 млн руб. С начала года удалось погасить задолженность на сумму 21 млн руб. в 17 организациях республики.

На заседание были приглашены пять организаций, с руководством которых члены комиссии решили провести беседу о долгах и планах на будущее.

Конкурсный управляющий банкротного **ЗАО «Ишимбайская фабрика трикотажных изделий»** Л. Михайлова сообщила, что задолженность в размере 310 тыс. руб. имеется перед шестерыми сотрудниками. Перспективы по выплаты задолженности хорошие, но придётся подождать: сначала необходимо закрыть задолженность первой очереди, а после торгов (благо, конкурсная масса имеется) будет выплачена и зарплата работникам.

Экономически активное **ООО «Главбашстрой»** (Уфимский район) попало на заседание комиссии в связи с тем, что УФНС по РБ подало заявление в арбитражный суд о признании Общества банкротом. Повод был. Как сообщил представитель налоговой службы, имелась задолженность за три месяца по выплате заработной платы, поэтом заявление и было подано. Представитель ООО «Главбашстрой» сообщила, что до суда дело не довели: зарплату выплатили, сегодня долгов нет. Имеется налоговая задолженность, которую планируется закрыть на днях, до конца мая будет выплачен налог на имущество. В ООО трудятся 326 человек, организация занимается производством изделий из железобетона и газосиликата. Загрузка есть, поэтому долгов возникать не будет, пообещала представительница ООО.

Уфимское **ООО «ТМ Групп»** также получило приглашение на комиссию по письму из УФНС РБ о признании банкротом. Но, получив приглашение, на связь с комиссией, с администрацией Кировского района г. Уфы никто не вышел. Идут поиски руководителя. Замглавы администрации района Г. Багаутдинова поведала, что выезд на место регистрации конторы показал, что этой фирмы там нет: по данному адресу 4 года располагается другая организация. Про «ТМ Групп» вообще никто из местных слыхом не слыхивал. При этом по данным УФНС по РБ имеется задолженность в размере 41 млн руб., имущества нет. По данным ГИТ в РБ жалоб от бывших работников не поступало.

Точно так же попало на комиссию и **ООО «Первая кровельная компания. Нефтекамск»**. Начальник отдела экономики администрации г. Нефтекамска М. Зиянгирова сообщила, что компания зарегистрирована с 2018 года. На сегодняшний день предприятие не работает. По данным руководства, в 2021 году было зарегистрировано трое работников. Договоры со всеми расторгнуты, зарплата выплачена, задолженности по ней нет. При этом имеется задолженность в размере 11,9 млн руб. по налогам и сборам.

Заместитель директора последней приглашённой на виртуальный ковёр организации **ООО «Рем-строймонтаж»** (г. Салават) О. Елисеева сообщила, что предприятие экономически активное, на сегодняшний день все долги по налогам погашены, а по заработной плате их и не было никогда. Сейчас идёт работа по строительству, капремонтам, пошли сезонные заказы. Замглавы администрации города У. Магизов подтвердил: «Всё хорошо. Сезон начался – работа будет!»

Ирина ЛЕВЧУК

Федерация профсоюзов РБ просит работников-членов профсоюзных организаций по случаям задержек выплаты заработной платы звонить по телефону горячей линии ФП РБ: 8-800-347-011 или обращаться в свои отраслевые профсоюзы.

● СОЦИАЛЬНЫЙ ДИАЛОГ

Флагман профдвижения

9 апреля в малом зале администрации Дюртюлинского района состоялось совещание с руководителями, специалистами и председателями первичных профсоюзных организаций АПК.



Социальный диалог отлажен

В работе приняли участие глава администрации района Р. Юсупов, специалисты отдела сельского хозяйства, председатель Дюртюлинской районной организации Профсоюза работников АПК РФ Р. Хурматуллин, руководители и специалисты хозяйств, а также фермеры района. Обсуждались вопросы готовности к весенне-полевым работам, а также итоги работы животноводов за I квартал текущего года.

В этот же день прошёл II Пленум районной организации Профсоюза работников АПК РФ, на котором был заслушан отчет районной организации профсоюза за 2020-2021 годы; был утверждён план работы Дюртюлинской районной организации Профсоюза работников АПК РФ на 2022 год. Также были утверждены отчёты о правозащитной работе, об итогах коллективно-договорной кампании и др.

Председатель РОБ профсоюза работников АПК РФ Кадрия Гайнетдинова отмечает, что отраслевой профсоюз Дюртюлинского района является флагманом профсоюзного движения аграриев Башкортостана. Благодаря пониманию руководством района значимости социального партнёрства, здесь отлажен социальный диалог в новом формате: «Власть – Бизнес – Профсоюз». Принимаются реальные меры по защите социально-трудовых и иных связанных с ними экономических интересов работников отрасли. Именно здесь подписано одними из первых в Республике Башкортостан Территориальное соглашение в агропромышленном комплексе района.

● ЗАНЯТОСТЬ

С высокого старта

Правительство выплатит субсидии работодателям за трудоустройство молодёжи. Компании и организации могут получить субсидии от правительства, если в 2022 году примут на работу россиян до 30 лет, в том числе без высшего образования или опыта. Соответствующее постановление подписал председатель правительства РФ Михаил Мишустин.

Господдержку можно получить за трудоустройство отдельных категорий граждан в возрасте до 30 лет. Среди них – выпускники колледжей и вузов без опыта работы, молодые люди без среднего профессионального или высшего образования, инвалиды, дети-сироты и родители несовершеннолетних детей.

Субсидия будет равна трём минимальным размерам оплаты труда, увеличенным на районный коэффициент, сумму страховых взносов и количество трудоустроенных. Первый платёж работодатель получит через месяц после трудоустройства соискателя, второй – через три месяца, третий же – через шесть месяцев.

Чтобы получить субсидию, необходимо обратиться в центр занятости для подбора специалистов под имеющиеся вакансии, либо оформить заявку через личный кабинет на портале «Работа России». Потребуется направить заявление в ФСС, который занимается распределением и выплатой субсидий. Опять же, данную процедуру можно сделать дистанционно – через систему «Соцстрах».

Субсидирование найма молодых специалистов – одна из мер программы по вовлечению молодёжи на рынок труда. В числе основных направлений – профориентирование с учётом личных способностей каждого студента и потребностей рынка труда, помощь в организации стажировок и практик, бесплатное переобучение.



Профориентация молодёжи будет начинаться в школе. С этого года ранняя профориентация запускается на территории всей страны для учащихся 6-11-х классов. Планируется, что это поможет детям намного раньше определиться с будущей профессией.

Кроме того, в семи регионах страны запускается пилот по карьерному сопровождению молодёжи, в дальнейшем его распространят по всей стране. Территории отбирает федеральный оператор проекта «Содействие занятости» – WorldSkills Russia. В рамках «пилота» молодые люди получат персональное комплексное сопровождение – от карьерного консультирования, профессиональной подготовки и оценки уровня квалификации до трудоустройства или открытия собственного бизнеса, в том числе – в формате самозанятого. Наставники-тьюторы будут курировать молодых людей на этапе обучения и регистрации их на платформах для самозанятых.

В образовательные программы среднеспециальных учебных заведений с нового учебного года планируют включить обучение предпринимательским компетенциям, чтобы к 2030 году не менее 5% выпускников техникумов и колледжей могли начинать собственное дело как индивидуальные предприниматели или самозанятые.

Некоторые категории молодых людей смогут бесплатно за счёт федеральных средств пройти переобучение при центрах занятости: это граждане до 35 лет, которые после завершения учёбы или военной службы более четырёх месяцев не смогли трудоустроиться, молодые люди без профессионального или высшего образования или находящиеся под риском увольнения, студенты последних курсов высших и средних профессиональных учебный заведений, если для них отсутствует подходящая работа по полученной специальности, а также женщины в декрете с детьми младше семи лет.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

Покажите будущее

Какой и почему должна стать профориентация, чтобы она помогала развитию и определению карьерного пути для взрослых и детей, а не оставалась формальным процессом образовательной системы? Ответ искали на республиканской проектной сессии «Эффективная профориентация молодёжи Республики Башкортостан – 2022».

По опросам, сегодня в стране по специальности работает чуть больше половины россиян. Это не очень эффективно. И государство, и семьи тратят много ресурсов на то, что человеку потенциально никогда может и не пригодится. Причины разные: одни на этапе обучения в школе не понимают, чем хотят заниматься, и поступают в вуз «ради корочки» или чтобы не идти в армию, другие приходят за глянцевым образом, сформированным попкультурой, и разочаровываются, за третьих решение принимают родители.

Помочь могла бы работающая система профориентации. В последнее время появилось множество разнообразных и интерактивных форматов, поддерживаемых государством, но они попросту не успевают за рынком труда. Во многом это происходит из-за того, что создаваемые технологии и проекты несистемно доходят до массового пользователя, не имеют должной поддержки и ресурсов. В школах это упирается в отсутствие явной необходимости заниматься такой работой регулярно и в недостаточное количество специалистов с нужной квалификацией. А применяемые в обычной образовательной практике методы и способы профориентации, разработанные ещё в индустриальную эпоху, не успевают за меняющимся миром и потребностями общества и людей.

На республиканской проектной сессии пришли к выводам, что главная задача современной профориентации – прояснять и развивать внутреннюю мотивацию человека, формировать карьерную грамотность как навык применять свой потенциал на практике, активно выстраивать развитие под быстро меняющийся внешний мир. Важно определить таланты, понять, что интересно человеку, и помочь ему управлять развитием по данному вектору.



Мама видит меня врачом, папа – архитектором, а я хочу быть пожарным!

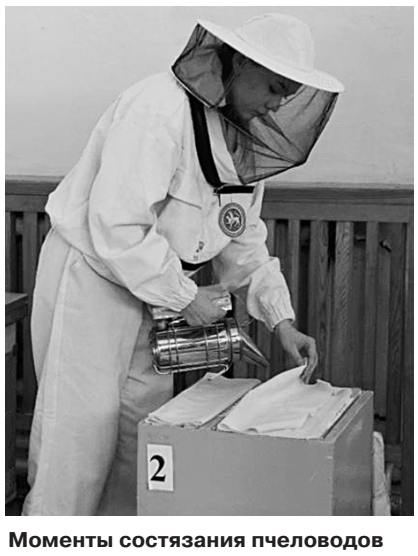
На сессии в форме обсуждений и дискуссий состоялось знакомство с достигнутыми результатами и реализованными проектами в области доступной профессиональной ориентации и карьерного проектирования различных ведомств, структур и общественных организаций.

Итогом мероприятия станет проект «дорожной карты» по профориентации, которая будет разработана организаторами форума после систематизации всех поступивших предложений.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● ПЕРСПЕКТИВЫ

В пчеловоды бы пошёл



Моменты состязания пчеловодов

В Башкортостане на площадках образовательных организаций проходят отборочные и итоговые соревнования для участия в финале X Национального чемпионата «WorldSkills Russia». Состязания проходят по семи компетенциям для основной возрастной категории (16-22 года) и четырём компетенциям для юниоров. 184 конкурсанта из 63 регионов России боролись за звание лучшего в своём деле по компетенциям «Архитектурная обработка камня», «Банковское дело», «IT-решения для бизнеса на платформе 1С Предприятие», «Пчеловодство», «Реклама», «Турагентская деятельность», «Туроператорская деятельность».

Российской площадкой по компетенции «Пчеловодство» стал Мелеуз. Директор Мелеузовского многопрофильного колледжа Рита Самигуллина, приветствуя участников, подчеркнула, что республика имеет благоприятные природные условия для развития пчеловодства, а мёд издревле является брендом региона.

Мелеузовский колледж с 2017 года активно участвует в движении WorldSkills Russia «Молодые профессионалы». А с 2020 года на его базе успешно функционирует площадка по компетенции «Пчеловодство», оснащённая современным оборудованием.

В колледже была организована выставка продукции пчеловодства и других отраслей сельского хозяйства. В ходе круглого стола были обсуждены вопросы трудоустройства выпускников образовательных учреждений, роста профессиональных компетенций в рамках движения WorldSkills Russia для развития отрасли. В открытии соревнований и работе круглого стола приняли участие замминистра сельского хозяйства РБ Ляля Давлетбаева и председатель БРО профсоюза работников АПК РФ Кадрия Гайнетдинова.

Победители отборочных соревнований примут участие в финале X Национального чемпионата «Молодые профессионалы (Worldskills Russia)», который пройдёт в сентябре в Саранске.

Соб. инф.

● УРОКИ ТРУДА

Карта возможностей

В регионе действует пилотный проект «Карта возможностей для выбора профессии Республики Башкортостан», который будет реализован на базе онлайн-платформы ProfStories.ru – информационном портале, содержащем сведения о работодателях и профессиях.

В связи с этим было подписано трёхстороннее соглашение по реализации проекта между Минтруда РБ, Минобрнауки РБ и оператором АНО «Департамент развития институтов гражданского общества, защиты прав и свобод человека и гражданина».

– Надеемся, что участие республики в данном федеральном проекте станет, с одной стороны, новым импульсом и действенным инструментом для организации профессионального самоопределения молодёжи, а, с другой стороны, новой точкой соприкосновения органов власти, образовательных организаций и работодателей для решения вопросов занятости молодежи, – отметила при подписании документа министр семьи, труда и социальной защиты населения РБ Ленара Иванова. – В этой связи нам и Министерству образования и науки РБ, как органам власти, осуществляющим государственную политику занятости и образования молодого поколения, важно внедрять и использовать действенные механизмы обеспечения занятости молодёжи.

– Министерство образования и науки РБ активно работает в условиях подготовки специалистов, востребованных на рынке труда, – отметила заместитель министра образования и науки РБ Инесса Косолапова. – Участие работодателей в подготовке профессиональных кадров приобретает особую значимость и становится необходимым условием эффективного развития профессиональных компетенций студентов.

Портал ProfStories, где будет размещена площадка «Карта возможностей для выбора профессии Республики Башкортостан», представляет собой онлайн-площадку, где собраны профориентационные продукты, мероприятия для школьников и студентов, а также профессиональные истории сотрудников российских предприятий, компаний и производств.

В рамках проекта работодатели Башкортостана получат возможность поделиться своим опытом в направлении содействия молодёжи в выборе профессии: разместить информацию о деятельности компании, востребованных профессиях, компетенциях, условиях труда, продуктах и услугах.

Соглашение предполагает, что республиканские ведомства труда и образования будут организовывать и привлекать работодателей к размещению на сайте анкет компаний, сотрудников, вакансий, информации об организуемых профориентационных мероприятиях, расширять кругозор о мире профессий и содержании труда по ним, информировать население республики о возможностях участия в проекте и создавать для этого необходимые условия.

Артур СУНАГАТУЛЛИН

● МАСТЕР-КЛАСС

Игры с кальмаром

ППО ООО «Башнефть-Сервис НПЗ» Нефтегазстройпрофсоюза России организовала кулинарный мастер-класс для сотрудниц предприятия. Под чутким руководством двух шеф-поваров девушки постигали секреты приготовления изысканных блюд и изучали устройство ресторанной кухни.



Кулинария «с огоньком»!

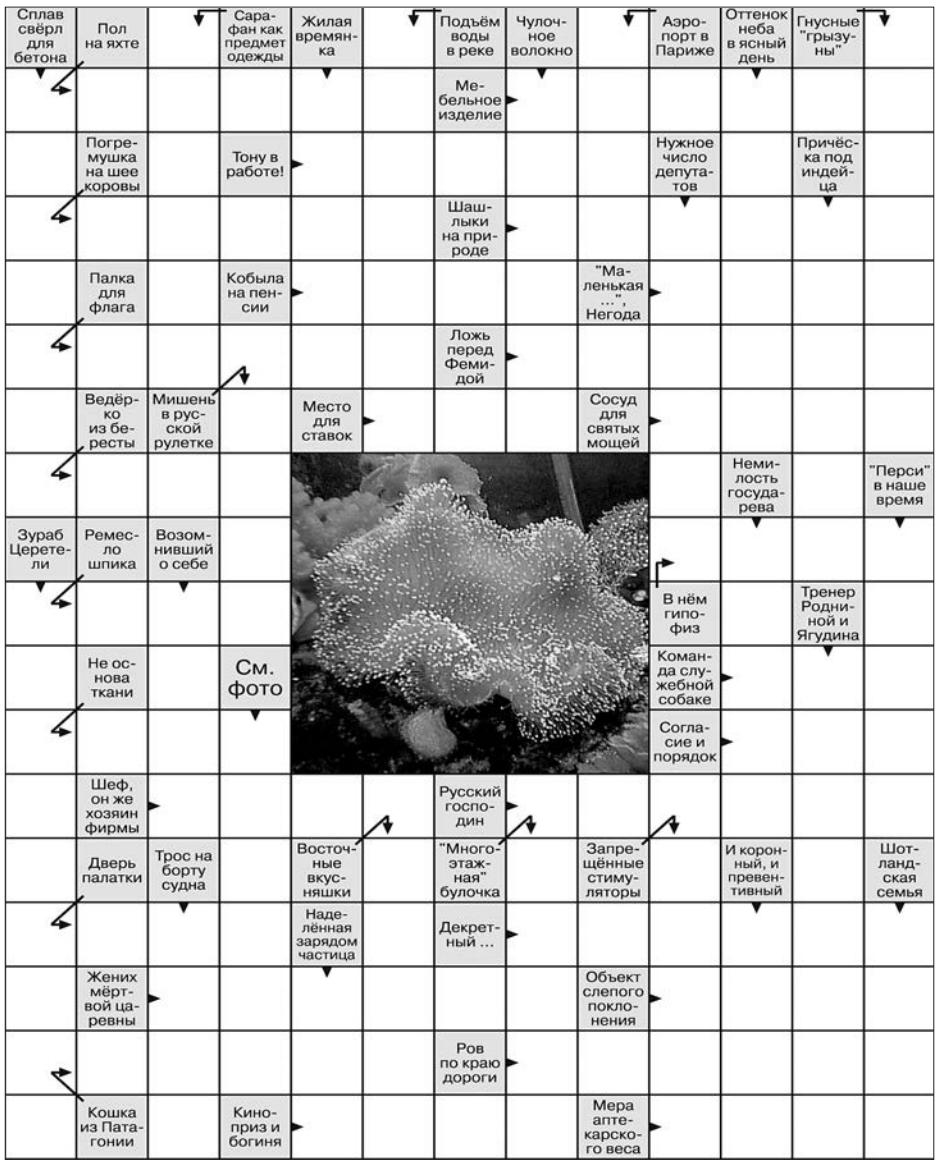
В жаркой кухне, с пылающими от огня сковородками, в окружении томатов, цуккини и даже кальмаров, девушки показали, что они ненамного уступают мастерству известных шеф-поваров Уфы.

В дружной командной работе девушки показали свою сплочённость. Каждая из двух групп смогла представить и презентовать блюда, которые отличались своими «изюминками». Также была различной сервировка и подача блюд.

Мероприятие прошло в непринужденной дружелюбной обстановке, каждый смог попробовать себя в качестве шеф-повара. Ну что ж, теперь можно удивить новыми блюдами и своих домочадцев!

Соб. инф.

● В ЧАС ДОСУГА



● АНЕКДОТЫ

Наконец-то начало рано светать. Вставать по утрам стало проще и значительно приятней.

Господи, кого я обманываю?!

☻☺☻

Как только в руках оказывается телефон, телевизор превращается в радио.

☻☺☻

Ходил к колдунье. Говорит, что вылечит от всех болезней. А у самой сопли...

☻☺☻

Зайцы всё время прыгают и живут всего 8 лет.

Собаки всё время бегают и живут около 15 лет.

Черепахи ни фига не делают и живут больше 150 лет.

Вывод: отдыхаем!

☻☺☻

«Бережёного Бог бережёт», – сказал Андрей, когда у него закончилась ручка во время росписи в ЗАГСе.

☻☺☻

Как изменилась жизнь! Раньше мойва была деликатесом для моего кота, а теперь – для меня...

☻☺☻

– Ма-а-м, а чем фея отличается от ведьмы?

– Настроением, дочь, исключительно настроением!

☻☺☻

Муж на днях мне заявил, что я однообразно готовлю. А я ведь стараюсь: позавчера готовила спагетти, вчера рожки, сегодня ракушки, завтра планирую сварить бантики... Обнаглел совсем! Я в шоке! Дождётся – посажу на одни макароны!

☻☺☻

Грибники без опыта заблудились в лесу и два дня питались грибами. Сегодня их нашли, но их показания не сходятся. Не совпадают даже эпохи.

☻☺☻

С такими тарифами за коммунальные услуги наш ЖЭК не просто ЖЭК, а ЖЭК-потрошитель.

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ!

Скульптуры из... фарша

Здравствуйте, дорогие кулинарки! Знаете, а моя хозяюшка как-то впрок фарша накрутила, а теперь его в недрах морозилки случайно обнаружила. Вся семья довольна: хозяйка фарш достанет – и давай из него что-то интересное лепить, как будто она скульптор какой. Семейство поближе подгребает, советы даёт, а я под столом об ноги трусь: я очень фарш люблю, скажу вам по секрету! Особенно сырой, особенно без соли и лука! И хозяюшка про меня никогда не забывает: лепит мне мыша и торжественно кладёт его на моё блюдечко. Я ем, мурчу и аж очи от счастья закрываю. А вы что хотели: настоящий кот – он поесть любит!



Запеканка «Сытная»

300 г свино-говяжьего фарша, 3 картофелины, помидор, луковица, 150 г твёрдого сыра, яйцо, 100 г майонеза или сметаны, соль и специи – по вкусу, раст. масло для смазывания формы.

В фарш добавьте сырое яйцо, соль и специи, перемешайте.

Картошку нарежьте тонкими кружочками. На дно смазанной раст. маслом формы уложите нарезанный картофель, посолите.

Чтобы картофель быстрее приготовился, а запеканка была сочной, полейте сверху соусом, для которого перемешайте 4 ст. ложки майонеза, 3 ст. ложки кипячёной воды, специи, соль. Любители поострее могут добавить немного горчицы.

Лук нарежьте полукольцами и выложите на картофель в соусе.

Следующий слой – сырой фарш.

Помидор нарежьте кружочками и выложите на фарш.

Сделайте сеточку из майонеза.

Посыпьте сверху тёртым сыром и поместите в духовку, разогретую до 200℃. Запекайте до мягкости картофеля. Проверьте готовность примерно через 35 минут. Чтобы сыр слишком не румянился, можно прикрыть фольгой.

Чевапчичи в духовке

250 г мякоти говядины, 300 г мякоти свинины, 100 г лука, 1 ч. ложка молотой паприки, по четвертинке ложки чёрного и красного молотых перцев, 2 ст. ложки соевого соуса, 50 мл минеральной газированной воды, 5 г разрыхлителя, 1 ч. ложка соли.

С помощью мясорубки с крупной решёткой или блендера измельчите мясо так, чтобы оставались кусочки.

В миске соедините фарш, соль, два вида перца, разрыхлитель, паприку, минералку и соевый соус.

Хорошо всё вымешайте 10 минут. Отбейте фарш, поднимая массу и аккуратно кидая обратно в миску.

Накройте фарш пищевой плёнкой и отправьте в холодильник на несколько часов или на ночь.

Затем нарежьте мелкими кубиками лук. Отправьте лук к фаршу и хорошо вымешайте ещё 5 минут. Снова накройте плёнкой и отправьте в холодильник ещё на 3-4 часа.

Духовку разогрейте до 200℃.

Противень застелите пергаментной бумагой (смажьте раст. маслом) или силиконовым ковриком. С помощью кулинарного шприца, мешка или через обрезанную пластиковую бутылку (через горлышко) отсадите колбаски на противень. Отправьте в духовку.

Если вы хотите, чтобы колбаски были более подсушены, запекайте их 15 минут при 200℃, затем включите режим конвекции на 5 минут. Если хотите более сочные колбаски, запекайте 10-15 минут при 200℃, затем переверните и готовьте ещё 5-10 минут.

Мясные гнёзда

600 г смешанного фарша (говядина и свинина, яйцо, 4 средних шампиньона, луковица, 2-3 сухих ломтика батона, 100 мл молока, соль и чёрный молотый перец – по вкусу, 1 ст. ложка раст. масла, немного зелени петрушки, 75 г твёрдого сыра, 1 ст. ложка сметаны, приправа для грибов, 100 г панировочных сухарей.

Замочите в горячем молоке сухари (ломтики батона).

Грибы мелко нарежьте и обжарьте с мелко нарезанным луком на разогретой сковороде с маслом несколько минут, до испарения сока.

Добавьте приправу и сметану и ещё пожарьте 3-5 минут.

Мясо пропустите ещё раз через мясорубку вместе с размоченным в молоке батоном и петрушкой. Добавьте яйцо, соль, перец.

Хорошо вымешайте и отбейте фарш, затем мокрыми руками разделите на порции.

Обваляйте мясные колобки в панировочных сухарях.

Маленьким стаканом сделайте в их центрах углубления, чтобы вокруг стакана появились бортики.

В углубление каждого «гнезда» выложите по 1 ч. ложке грибов.

С помощью лопатки аккуратно перенесите «гнезда» на противень, покрытый смазанным маслом пергаментом.

Запекайте мясные «гнезда» в духовке 30 минут при температуре 180℃.

На мелкой тёрке натрите сыр и выложите в «гнезда». Запекайте их ещё 15-20 минут, чтобы сыр немного зарумянился.

Готовые мясные «гнезда» с грибами выложите на тарелку и украсьте свежими овощами.

Приятного аппетита!

Ваш Поварёнок

● А ВЫ ЗНАЕТЕ?

Секреты долгой жизни

Япония – страна долгожителей. Почему японцы долго живут?

Японский психиатр Хидэки Вада в своей книге «70 лет – поворотный пункт на пути старения человека» рассказывает, как в старости сохранять бодрость духа.

Чтобы оставаться здоровым и после 80 лет, необходимо помнить о двух ключевых моментах: поддержание мотивации к деятельности и двигательной функции.



К 70 годам люди естественным образом теряют двигательную активность, поскольку у них пропадают интерес ко всему, желание хоть немного подвигаться, а также они не хотят встречаться с друзьями и выходить на улицу.

Если не предотвратить снижение мотивации, уровень повседневной активности продолжит падать, а двигательные и мозговые функции будут стремительно ухудшаться. Поэтому очень важно заниматься хоть какой-то физической активностью.

Среди причин снижения мотивации – уменьшение количества серотонина – «гормона счастья». Этому можно противостоять даже в пожилом возрасте. Лучший способ это сделать – есть мясо. Оно богато триптофаном – аминокислотой, которая является строительным материалом для производства серотонина.

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. 332а.
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 «Газета», 453252, г. Салават, ул. Нуриманова, зд.29, тел. (3476) 35-31-02
Зак. № 108357. Тираж 5586 экз.
20 апреля 2022 г. Свободная цена.
Дежурный по номеру И.А. ЛЕВЧУК