

ОХРАНА ТРУДА

И ПРОМЫШЛЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

БДД, ПОЖАРНАЯ, ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ, ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

№ 30 (708)

Специализированная газета

7 – 20 сентября 2018 г.

НОВОСТИ

Договорились

Роструд и Агентство по труду и занятости Боснии и Герцеговины подписали меморандум о сотрудничестве. Стороны договорились об обмене опытом в части процедуры выдачи разрешений на работу в рамках квот, мониторинга мобильности рабочей силы, контроля за теневым сектором экономики. Также предусмотрен обмен информацией по программам обучения для безработных граждан, профориентации, профессиональной реабилитации, программам социальной поддержки. Подписание меморандума о сотрудничестве дает новый импульс двусторонним взаимоотношениям между странами, в том числе в части организации трудовой миграции, тем самым способствуя улучшению ситуации на рынке труда.

Скидка или надбавка?

Установлены значения основных показателей по видам экономической деятельности для расчета скидок и надбавок к тарифам на обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний на 2019 год. Соответствующее Постановление ФСС РФ от 03.08.2018 № 85 зарегистрировано в Минюсте России 27.08.2018. Для расчета скидок и надбавок данные берутся за предыдущие три года. Если все показатели страхователя меньше установленных ФСС РФ, то применяется скидка, если больше – надбавка. Постановление вступило в силу 30 августа 2018 г.

Экосбор в деталях

Постановлением Правительства РФ от 23.08.2018 № 986 внесены изменения в Правила взимания экологического сбора. Определен порядок исчисления и уплаты экологического сбора за товар в упаковке и за упаковку товара. Корректируется порядок определения уполномоченного органа, в который представляются расчеты суммы экологического сбора производителями и импортерами товаров. Детализируются положения об осуществлении контроля за правильностью исчисления, полнотой и своевременностью уплаты экологического сбора. Полномочия по взиманию экологического сбора, контролю за правильностью исчисления и уплаты возлагаются на Росприроднадзор и его территориальные органы.

Наказан за корочки

В столице Башкирии 47-летнего директора «Учебного центра профессиональной подготовки» суд приговорил к одному году шести месяцам ограничения свободы. Он признан виновным в подделке и сбыте поддельных документов, а также в мелком коммерческом подкупе. Как сообщает официальный сайт Прокуратуры РБ, в 2017 году директор разместил в Интернете рекламу учебного центра. Обратившимся к нему клиентам он за плату предложил документы о получении профессионального образования без фактического обучения. За незаконные вознаграждения от 2,5 до 10 тысяч рублей директор выдал девяти гражданам поддельные удостоверения и свидетельства о прохождении полного курса обучения по профессиям слесарь, электромонтажник и другим. Так он получил более 60 тысяч рублей.

АКТУАЛЬНО

БЕЗОПАСНОСТЬ СО ШКОЛЬНОЙ СКАМЬИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ РЕСПУБЛИКИ ФОРМИРУЮТ КОМПЕТЕНЦИИ В СФЕРЕ ОХРАНЫ ТРУДА

Это происходит в рамках квест-игры «Мы за безопасный труд». Интерактивный проект с таким названием, реализуемый Башкортостанским региональным отделением Всероссийского детско-юношеского общественного движения «Школа безопасности», нацелен на формирование культуры труда и сознательного отношения к вопросам личной и общественной безопасности.

Серьезные игры

Квест-игра «Мы за безопасный труд» состоит из четырех этапов. Теоретические вопросы рассматриваются участниками в игровой форме в ходе популярной у молодежи игры «Квиз», а практические задачи представлены в форме видеокейсов. Уникальной разработкой стала авторская игра «Найди пару», которая направлена на запоминание изображений знаков безопасности по охране труда. Большой интерес у участников игры вызывает мастер-класс «Первая по-



vk.com

мощь при травмах на производстве» с использованием роботов-тренажеров «Глаша» и «Гоша». На «Глаше» проводится обучение по остановке артериального кровотечения и комы, а на «Гоше» отработываются навыки сердечно-легочной реанимации.

Как сообщается на официальной странице БРО ВДЮОД «Школа безопасности» ВКонтакте, команда проекта «Квест-игра «Мы за безопасный труд» уже провела более 40 игр в городах

и районах республики. Основной объем работы пришелся на период детского летнего отдыха: больше 3000 детей, отдыхающих в детских оздоровительных лагерях, приняли участие в этом уникальном проекте. Кроме того, квест-игра была презентована на площадке Республиканского августовского педсовета, состоявшегося в Конгресс-холле 10-го августа, а также в ходе августовских совещаний в районах республики, что расширило горизонты проекта и сделало его широко узнаваемым в педагогической среде. Квест-игра «Мы за безопасный труд» продлится до конца 2018 года.

Интересно о важном

Между тем с началом учебных занятий во всех школах стартовал «Месячник безопасности». Так, 3 сентября в Башкирской гимназии

КСТАТИ

Проект «Квест-игра «Мы за безопасный труд» реализуется Башкортостанским региональным отделением Всероссийского детско-юношеского общественного движения «Школа безопасности» на грантовые средства, выделенные Министерством семьи, труда и социальной защиты населения Республики Башкортостан в рамках проведенного в 2017 году конкурсного отбора среди социально-ориентированных некоммерческих организаций.

№ 158 им. Мустая Карима начальник Центрального поисково-спасательного отряда аварийно-спасательной службы РБ Денис Габдрахимов помог школьникам, вернувшимся за парты после летних каникул, восстановить в памяти основные правила поведения при чрезвычайных ситуациях и навыки распознавания факторов возникновения опасных для жизни ситуаций.

Ребята услышали рассказы о героической работе спасателей, об устройстве оборудования, применяемого для спасения людей. Затем они смогли примерить боевое снаряжение спасателей при работе на пожаре и в условиях аварии на химических объектах. Много нового узнали школьники о работе собак-спасателей, посмотрели показательные выступления спаниеля по кличке Рыжий. А в конце программы смогли задать гостям свои вопросы.

Андрей ВАСИЛЬЕВ



vk.com

ВНИМАНИЕ!

ПОДПИСКА – 2019

СТАРТОВАЛА ПОДПИСНАЯ КАМПАНИЯ НА I ПОЛУГОДИЕ 2019 ГОДА

Газета «Охрана труда и промышленная безопасность» уже больше 16 лет служит хорошим помощником для специалистов по охране труда, промышленной, пожарной и экологической безопасности.

Подписывайтесь на нашу газету, и вы всегда будете в курсе последних событий и изменений законодательства в сфере охраны труда и безопасности на производстве. Редакция газеты регулярно организует различные конкурсы и акции. Участвуя в них, можно получить возможность рассказать о своем предприятии и поделиться опытом организации работы по охране труда, а также стать обладателями призов от спонсоров

– производителей спецодежды, СИЗ, профилактического питания для работников. Выписать газету можно с любого месяца в любом почтовом отделении РФ.

Индекс – 04169.

Цена подписки в почтовом отделении на 6 месяцев I полугодия 2019 года: 411,36 руб.

По вопросам подписки через редакцию обращаться по телефонам: (347) 273-61-39, 8-917-785-28-29.

Безналичным расчетом через подписные агентства:

«Урал-Пресс-Евраз» – (347) 216-35-67;
«Ваш Выбор +В» – (347) 246-10-65;
«Стерлитамак – печать» – (3473) 25-32-50.

ВЕБИНАРЫ

В рамках работы по пропаганде важной информации об актуальных вопросах безопасности производства ЧОУ «Межотраслевой институт» приглашает принять участие в бесплатных вебинарах «Требования безопасности при эксплуатации зданий и сооружений (26 сентября), «Актуальные вопросы в области пожарной безопасности» (28 сентября) и семинаре «Об изменениях правовых актов в области безопасности дорожного движения» (27 сентября). Подробности об участии – по телефону 251-56-80.

В ФОКУСЕ

НА СТРОЙКАХ НЕПОРЯДОК

ОБ ЭТОМ СВИДЕТЕЛЬСТВУЮТ ПРОВЕРКИ НАДЗОРНЫХ ОРГАНОВ

Федеральной службой по труду и занятости и ее территориальными подразделениями фиксируются многочисленные нарушения требований охраны труда на стройплощадках.

Так, в зону пристального внимания Гострудинспекции в РБ попали строительные объекты города Уфы. Было проверено 35 организаций и индивидуальных предпринимателей, задействованных на стройплощадках, в результате выявлено около 200 нарушений в сфере охраны труда.

Зафиксировано, что работники допускались к производству газосварочных работ и работ на высоте без соответствующего обучения, а также без специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты. Кроме того, нередко отсутствовали сигнальные ограждения на границах опасных зон, в том числе на смонтиро-

ванных лестничных маршах. Вход в строящееся здание не всегда был оборудован защитным козырьком. Выявлялись случаи, когда кислородные и пропановые баллоны эксплуатировались и хранились не по правилам – с неисправными манометрами, без навинченных на их горловины предохранительных колпаков. Не соблюдались и нормативные требования при эксплуатации электрооборудования. К примеру, отсутствовало защитное заземление, не были ограждены и не предохраняли работников от случайного к ним прикосновения токоведущие части электроустановок. Любое из этих нарушений могло стать или уже становилось причиной производственного травматизма.

По результатам проверок ответственные за допущенные нарушения лица оштрафованы на общую сумму более 600 тысяч рублей.

По информации Гострудинспекции в РБ

КСТАТИ

31 октября 2018 года вступает в силу приказ Минтруда России от 31.05.2018 № 336н «О внесении изменений в Правила по охране труда в строительстве...». Дополнения, в частности, коснулись организации и проведения строительного производства на объектах капитального строительства. Теперь эта деятельность должна осуществляться в соответствии с организационно-технологической документацией, которая предусматривает перечень мероприятий и решений по определению технических средств и методов, обеспечивающих выполнение требований законодательства РФ по охране труда. Обязанность работодателя – учесть указанные в организационно-технологической документации на строительное производство опасные зоны, в которых возможно воздействие опасных производственных факторов, связанных или не связанных с технологией и характером выполняемых работ.

РАБОТОДАТЕЛЮ НА ЗАМЕТКУ

ВАЖНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ СЛУЖБУ ОХРАНЫ ТРУДА НА ПРЕДПРИЯТИИ



Один из главных принципов организации производства – это обеспечение безопасных и безвредных условий труда на всех стадиях производственного процесса. Именно поэтому на предприятии создается служба охраны труда или вводится должность специалиста по охране труда. О том, как правильно организовать это подразделение и оптимизировать работу его сотрудников, рассказывает заместитель руководителя Гострудинспекции в РБ Ильдар ЕРКЕЕВ.

Контроль и профилактика

– Ильдар Хамитович, казалось бы простой, но очень серьезный вопрос: для чего на предприятии нужна служба охраны труда?

– Это очень важное подразделение с точки зрения функционирования всей системы управления охраной труда. Именно эта служба должна заниматься организацией и координацией работы по охране труда на предприятии, контролировать соблюдение законодательных и других нормативных правовых актов работниками. Нужна она и для проведения профилактической работы по предупреждению производственного травматизма, профессиональных заболеваний и улучшению условий труда, а также для консультирования работодателя и работников по вопросам охраны труда. Как показывает практика, в структуре организации лучше всего выделять службу охраны труда в отдельное подразделение. При этом главная функция управления системой охраны труда всегда остается в компетенции руководителя. С помощью приказов, распоряжений, планов мероприятий он реализует свои управленческие решения. А служба охраны труда – это организационно-методический орган, где разрабатываются проекты управленческих решений, контролируется их исполнение, а также происходит взаимодействие с другими подразделениями.

– Каковы главные обязанности специалистов службы?

– Выделю несколько главных функций. В первую очередь, в зоне ответственности этих специалистов – выявление опасных и вредных производственных факторов на рабочих местах, а также проведение анализа состояния и причин производственного травматизма и профессиональных заболеваний. Именно они должны информировать работников от лица работодателя о состоянии условий

труда на рабочем месте, о причинах и возможных сроках наступления профессиональных заболеваний, а также о принятых мерах по защите от опасных и вредных производственных факторов. Еще в их функциях – всевозможные проверки, обследования: технического состояния зданий, сооружений, оборудования, машин и механизмов на соответствие их нормативным правовым актам по охране труда, контроль эффективности работы вентиляционных систем, состояния санитарно-технических устройств, санитарно-бытовых помещений, средств коллективной и индивидуальной защиты работников.

– Работы очень много. Какие же знания нужны, для того чтобы ее выполнять?

– Все виды работ этого подразделения определены Рекомендациями по организации работы Службы охраны труда в организации, утвержденными Постановлением Минтруда России от 08.02.2000 № 14. Но нужно помнить, что все предприятия разные по профилю. Часто службе охраны труда приходится решать и другие специфические задачи, а также выходить из возникающих в процессе производства сложных ситуаций. Поэтому работники службы должны обладать разносторонними техническими знаниями, разбираться в имеющемся оборудовании, в профессиональных опасностях и вредностях, знать санитарно-гигиенические условия при производстве различных работ.

Особые условия

– Часто на предприятиях, ссылаясь на экономию, не создают отдел, а ограничиваются одним специалистом. Какие нормативы здесь существуют?

– При организации службы охраны труда на предприятии работодатель должен руководствоваться Трудовым кодексом РФ (ст. 217) и Постановлением Минтруда России от 08.02.2000 № 14. В соответствии с этими



нормативными актами структуру службы и численность ее работников должен определять руководитель организации. Имеет значение численность работающих на предприятии, характер условий труда, степень опасности производства и другие факторы. При этом важно учесть Межотраслевые нормативы численности работников службы охраны труда в организациях. Минимальный размер численности работников, когда создается служба охраны труда или вводится должность инженера по охране труда, составляет 50 человек. Стоит упомянуть также, что у работодателя есть возможность применить аутсорсинг в сфере охраны труда, то есть воспользоваться услугами сторонних фирм этой специализации.

– Как правильно организовать работу службы? Нужны ли какие-то особые условия для специалистов этого подразделения?

– Первое, что нужно сделать, – регламентировать должностные обязанности работников службы, закрепить за каждым из них определенные функции по охране труда в подразделениях организации. Рабочие места специалистов по охране труда рекомендуются организовывать в отдельном помещении, при этом обеспечить их современной оргтехникой, техническими средствами связи и оборудовать для приема посетителей. Для проведения обучения, инструктажа, семинаров, лекций, выставок необходимо организовать кабинет по охране труда, оснащенный необходимой нормативной правовой и справочной литературой. Руководитель организации не должен забывать и о систематиче-

ском повышении квалификации и проверке знаний требований охраны труда работников этого подразделения.

В свободном доступе

– Параллельно с организацией службы на предприятии необходимо разработать политику в области охраны труда. Как это грамотно сделать?

– Начну с того, что политика в области охраны труда представляет собой локальный нормативный акт, излагающий главные принципы и цели предприятия в этом направлении. Перечислю их. Это обеспечение безопасности работы и охраны здоровья сотрудников, соблюдение законов, нормативных актов по охране труда и коллективных договоров, привлечение работников и их представителей к активному участию в системе управления охраной труда. Есть определенные требования к выбранной политике организации в области охраны труда. В первую очередь она должна соответствовать численности предприятия, специфике производства и масштабам риска. Еще один важный момент – она должна быть лаконичной, с четкими формулировками, излагаться понятным языком, иметь дату создания и подписываться работодателем. Ну и, конечно, такой документ должен быть в свободном доступе для каждого сотрудника. В случае изменения условий труда политика тоже должна обновляться.

– Какой комплект документов необходим для полноценного функционирования службы?

– Вновь образованной службе охраны труда предстоит немало

работы по созданию локальных нормативных актов в области охраны труда. И начать нужно с Положения об охране труда в организации. Обязательны также перечень вредных факторов, производственных рисков и опасностей в работе, инструкции по охране труда по профессиям, видам выполняемых работ и применяемому оборудованию, а также журналы регистрации разных видов инструктажей, несчастных случаев, выдачи специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты. Документация по охране труда должна быть всегда актуальной, изложенной в понятной форме и доступной для любого сотрудника. Оформлять эти документы нужно в соответствии с правилами делопроизводства, а хранить в течение установленных сроков.

– Документы по охране труда содержат большое количество сведений. Они нужны только для внутреннего пользования?

– Одной из обязанностей специалиста по охране труда является подготовка периодической статистической отчетности. В соответствии с законодательством таких форм предоставления сведений в области охраны труда две: «№ 1-Т (условия труда)» и «№ 7-травматизм». Отчеты направляются в территориальный орган Росстата в субъекте Российской Федерации. Как правило, Росстат должен прислать запрос на получение сведений за требуемый период с приложением актуальной формы для заполнения. Если он не поступал, значит, организация не относится к юридическим лицам, обязанным подавать статистическую отчетность именно в данной области. Форма «№ 1-Т (условия труда)» обновляется почти ежегодно. На сегодняшний день актуальной является редакция, утвержденная Приказом Росстата от 2 августа 2016 г. № 379. Срок подачи отчета – 20 января после отчетного периода. Форма «№ 7-травматизм» содержит сведения о травматизме на производстве и профессиональных заболеваниях за год. 21 июня 2017 года был утвержден Приказ Росстата № 417 «Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за травматизмом на производстве и профессиональными заболеваниями». Срок подачи отчета – 25 января.

Беседовала
Марина БАРДАКОВА

СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ

БЕЗОПАСНО, УДОБНО, ЭКОНОМНО

НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ СПЕЦОДЕЖДЫ ДЛЯ СВАРЩИКОВ

Низкая устойчивость к прожиганию искрами и окалиной, жесткость ткани, приводящая к неповоротливости, разрывам шаговых швов на брюках, невозможность стирки – таковы недостатки традиционной одежды сварщиков. Развитие современных технологий позволило решить эти проблемы. Сегодня российский рынок предлагает сварщикам современную спецодежду, которая надежно защищает, удобна и долговечна.

Не утеплить, не постирать

Материалами для изготовления одежды для сварщиков всегда были брезент (грубая ткань из льняных и хлопковых волокон) и спилкок (внутренний слой кожи шкур крупного рогатого скота). Из брезента со специальной огнеупорной пропиткой изготавливали костюм, некоторые модели защищали накладками из дополнительного слоя такого же брезента, некоторые – накладками из спилка. Брезент, или парусина, имеет в своем составе лен, а он, как известно, обладает низкой теплопроводностью и хорошо защищает от повышенных температур, но при этом уступает современным материалам в устойчивости к прожиганию.

Значительным неудобством традиционных брезентовых костюмов сварщика также было то, что грубая ткань натирала кожу, плохо гнулась, а изготовить из нее утепленный костюм вообще было проблематично – одежда стояла колом, очень сильно ограничивала свободу движений, практически не подлежала стирке.



Непрожигаемый Костюм

Не так давно производители тканей предложили рынку новые хлопковые материалы высокой плотности с пропиткой «Пробан», изменяющей структуру хлопкового волокна и придающей ему постоянные огнестойкие свойства. Хлопок приятен телу, «дышит», впитывает испаряемую телом влагу, хорошо отстирывается, а огнестойкая отделка не вымывается и сохраняет свойства даже после 50 стирок. Срок службы костюмов из таких тканей повысился, но все же не настолько, как хотелось бы потребителю.

Новым витком в истории создания непрожигаемого костюма для сварщика стало изобретение материала из волокон «Панокс» и «Кевлар», известных отличной стойкостью к термическому и механическому воздействию. Специальное силиконизированное покрытие сглаживает микронеровности, которые могут задерживать разогретые частицы, обеспечивает стойкость к прожиганию в течение 750 секунд (вместо положенных 50 секунд по ГОСТ Р 12.4.247-2008), устойчиво к стиркам (не отделяется от основы в течение всего срока эксплуатации).

Появление такого материала стало настоящим прорывом в создании уникальных непрожигаемых костюмов для сварщиков. Защитные накладки из материала с силиконизированным покрытием поз-

волили повысить срок эксплуатации костюма более чем в 2,5 раза! А это значит, что потребители стали тратить более чем в 2 раза меньше средств на приобретение спецодежды для сварщиков.

На «женскую» сторону

Параллельно с поиском стойкого к прожиганию материала производителями спецодежды велась работа по созданию новой конструкции костюма сварщика. С этой целью на многих предприятиях страны были проведены опросы работников, результаты проанализированы, на основании полученных данных была создана качественно новая модель, учитывающая все требования, которые были высказаны работниками к современному костюму сварщика.

Как показала практика, большинство сварщиков – правши, поэтому при работе в одежде, застегивающейся на «мужскую» сторону (слева направо), искры, окалины, разогретые частицы металла часто попадают в образующиеся полости застежки. Чтобы этого избежать, конструкторы перенесли застежку куртки на «женскую» сторону (справа налево).

Большую свободу движений в новом костюме дала особая конструкция рукава, повторяющая изгиб руки в локтевом суставе при выполнении сварочных работ. Благодаря этому не образуются грубые складки, мешающие движениям рук и задерживающие окалину и разогретые частицы металла, а значит, снижается риск прожигания костюма.

Для повышения комфортности, улучшения вентиляции под кокеткой на спинке, в области пройм на куртке и шаговых швов на брюках расположены несколько вентиляционных отверстий, в конструкции брюк предусмотрены карманы для вкладышей-амортизаторов. Специалисты подумали и о безопасности сварщика в

условиях плохой видимости. Для это на спинке костюма и по низу брюк расположены полосы термостойкого световозвращающего материала. Воротник и рукава куртки регулируются по ширине с помощью огнестойкой текстильной застежки. Это позволяет избежать попадания искр и окалины в пододежное пространство.

С фартуком и подшлемником

Сочетание инновационных материалов, технологий и неординарной конструкции позволило создать костюм сварщика с уникальными защитными и потребительскими свойствами:

- плотная 100-процентная хлопковая ткань с огнестойкой отделкой;
- защитные накладки с силиконизированным покрытием;
- особая эргономичная конструкция.

Дополнительной защитой костюма сварщика и повышения его износостойкости служат специальные аксессуары – подшлемник и фартук. Подшлемник защищает голову и шею сварщика, фартук – непосредственно сам костюм. Основа подшлемника с пелериной – такая же ткань, как и на костюме. На пелерине – накладки из ткани с силиконизированным покрытием. Фартук из материала с таким же покрытием обеспечивает непревзойденную защиту костюма при выполнении различных видов сварочных работ.

Костюм сварщика, дополненный аксессуарами, специальной обувью и современными средствами индивидуальной защиты, – новый подход к защите человека на производстве, рабочая одежда, которая эффективно защищает, комфортна, является долговечным средством обеспечения безопасности труда.

По материалам ГК «Восток-Сервис»

ПРОФЗАБОЛЕВАНИЕ

ОТ БРОНХИТА ДО НЕВРОЗА

ЧЕМ ЧАЩЕ ВСЕГО БОЛЕЮТ СТРОИТЕЛИ?

Строительство – грандиозная отрасль, в которой занято большое количество людей самых разных профессий. Но сегодня поговорить хотелось бы не об архитекторах, дизайнерах и поставщиках стройматериалов, а о простых строителях. Это каменщики, плотники, монолитчики, монтажники, слесари, которые возводят здания буквально своими руками. О том, что наносит вред здоровью на стройке, рассказал монтажник Амир Хамидуллин.



На открытом воздухе

«Большинство рабочих-строителей трудится на открытом воздухе или в неотапливаемых помещениях. Монтажники, например, постоянно находятся на улице – и летом, и зимой, и в дождь, и в снег. Поэтому у многих постоянный кашель. Лично у меня в тридцать лет уже хронический бронхит, а в прошлом году в марте я лежал в больнице с пневмонией. Неприятно, конечно, но многочасовая работа на холоде сразу дает о себе знать», – делится Амир Хамидуллин.

Спасает от неблагоприятных внешних факторов специальная одежда и обувь. Наш герой рассказывает, что при трудоустройстве ему сразу выдали комплект качественной спецодежды и теплые ботинки. Зимой он приобрел

себе валенки, в которых ноги совершенно не мерзли. Голову и шею от ветров сберегает капюшон, а руки от холодов – перчатки.

От поднятия тяжестей

Второй бедой строителей Амир Хамидуллин называет проблемы с позвоночником. «У многих моих знакомых болит спина. По работе нам приходится поднимать тяжести. Кто-то разгружает целые фуры со стройматериалами, кто-то поднимает грузы на верхние этажи, потому что в новых домах еще не установлены лифты. Ноющие боли в спине беспокоят многих, но не все коллеги обследуются. Меня невролог направил на компьютерную томографию, кото-

рая показала протрузии в позвоночнике. Сейчас я стараюсь не поднимать тяжести», – говорит Амир.

Действительно, именно в строительстве до сих пор используется ручной труд. И именно в этой отрасли тяжести поднимают все: каменщики и штукатуры – ведра с раствором, электрики – многометровые кабели, не говоря уже о подсобниках и разнорабочих. Облегчить труд строителей может только правильная организация труда и механизация. Сегодня на стройплощадках часто можно увидеть небольшие трактора или мини-погрузчики, которые облегчают жизнь людям.

Пыльно и шумно

Тот, кто хоть раз был на стройке, знает, что там очень

пыльно. Мешки с различными смесями, минеральная вата, шпатлевка... Мелкие частички постоянно витают в воздухе. Это нередко вызывает аллергию у работников. Кроме того, контакт с химическими веществами приводит к кожным заболеваниям. «Придя домой, любой строитель первым делом идет умываться, чтобы смыть строительную пыль. У многих моих коллег кожа на руках шелушится, но они продолжают работать без перчаток. Я считаю, что если респираторы и спецодежду выдают, то нужно их использовать», – продолжает монтажник Амир Хамидуллин.

Другой опасный фактор стройки – шум, от которого может развиваться тугоухость. «На объекте постоянно работают ма-

шины или оборудование, поэтому приходится кричать, чтобы услышать друг друга. От шума не столько уши болят, сколько начинаешь нервничать», – отмечает наш герой. Неврозы – это еще один из недугов, который преследует таких сильных и смелых строителей. И ощущают его последствия в первую очередь члены семьи работников. «Непросто работать в сложных условиях труда, на холоде, да еще и несколько человек в одной узкой люльке, которая висит на высоте десятого этажа. О том, какой уставший и напряженный я прихожу домой, спросить лучше мою жену», – вздыхает Амир.

Юлия СУЛТАНОВА

26-28 СЕНТЯБРЯ
УФА 2018

КОНГРЕСС
ХОЛЛ

ТРАНСПОРТ
TRANSPORT OF THE URALS
The International Forum and Exhibition

WWW.STBVK.RU
(347) 246-42-00, 246-42-29
avto@bvkepo.ru
@transforumufa
Транспортный форум



www.stbvk.ru

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

НЕПОЛНЫЙ НАБОР

КАКИХ ВИТАМИНОВ И ПОЧЕМУ НАМ НЕ ХВАТАЕТ В ТЕПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Многие специалисты полагают, что с мая по октябрь принимать витамины нет особой необходимости. Объясняется это тем, что в это время можно разнообразить свой рацион свежими фруктами и овощами. Оказывается, данное утверждение не совсем верно, ведь насыщение происходит только некоторыми питательными веществами, при этом может возникнуть недостаток в других.

Много D и C

Витамины нужны людям круглый год, так как они нуждаются в питательных веществах и антиоксидантах на протяжении всей жизни. Физически невозможно восполнить все потребности организма в питательных компонентах, даже в теплый период. Единственным элементом, которым мы насыщаемся в солнечное время года, признан витамин D. Он вырабатывается кожей самостоятельно при попадании на нее солнечных лучей. Летом и в начале осени в организм в большом количестве поступает также аскорбиновая кислота – из свежих



сезонных ягод, фруктов и овощей. Практически не нуждается организм в этот сезон и в фолиевой кислоте, но только у тех, кто потребляет много зелени, дыни, клубники.

Не нарушая баланс

Однако некоторые витамины в теплое время года оказываются

в дефиците. Прежде всего возникает нехватка витамина А, так как продукты питания, в состав которых он входит, в основном в этот период исключаются из рациона, например печень, зернистая икра и сливочное масло. Ощущается в теплый сезон и недостаток витамина Е. Это связано с ограничением употребления различных каш,

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Гузелия АКБАШЕВА,
директор ООО РК «Гармония и Здоровье»:

– Для тех, кто работает на вредных производствах, витаминные добавки особенно необходимы. Наш организм, бросая все силы на освобождение от чужеродных токсичных веществ, усиленно расходует свои средства защиты. Поэтому у человека, который занят на производстве, потребность в витаминах повышается, и их дополнительный приём в виде обогащенных продуктов питания, например киселей или напитков, должен стать неотъемлемой частью дневного рациона. Ведь это помогает снизить вредное воздействие токсичных веществ, ускорить их выведение из организма, препятствует их накоплению в органах и тканях.

растительных масел, орехов и яиц. Может также возникнуть нехватка витаминов группы В, железа, фосфора, кальция, магния. А все из-за того, что с июня по октябрь мы стараемся есть больше свежей растительной пищи и в меньшей степени употребляем мясные и жирные блюда, злаки и бобовые.

При сниженном потреблении витаминов А, Е и группы В человеческий организм испытывает стресс: ухудшается состояние кожи, волос и ногтей, самочувствие, нарушаются обменные процессы, появляется быстрая утомляемость. Поэтому в

теплое время года, как и в любое другое, питание должно быть сбалансировано. Помимо растительной пищи, необходимо обязательно употреблять злаки, рыбу, молочные продукты, яйца и мясо. Еще одно важное правило – не прекращать прием витаминных добавок, поскольку восполнить суточную норму всех витаминов только с помощью питания в любое время года достаточно трудно. Комплекс должен в первую очередь содержать витамины А, Е, В12 и В6, а также фосфор, магний, кальций и железо.

Марат ШАФИКОВ

ИНТЕРЕСНО

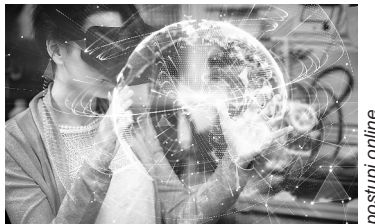
ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО

ТОП НОВЫХ И ПЕРСПЕКТИВНЫХ

Не секрет, что выбор профессии для каждого человека – очень нелегкое решение. Надо учесть массу нюансов. Ведь специализация должна быть не только по душе, но и быть востребованной к моменту получения диплома вуза. У нас все еще в тренде профессии юристов, экономистов, слесарей и сварщиков, между тем успешный предприниматель Илон Маск вполне серьезно заявляет о скором покорении планеты Марс, а биоинженеры уже напечатали на 3D-принтере жизнеспособные почки. Грядет эра новых профессий, которые предстоит освоить будущему поколению. О наиболее вероятных рассказывает портал info-profi.net.

Дизайнер виртуальности

Эксперты прогнозируют существенный рост рынка VR-устройств. В ближайшие 7-8 лет он может превысить отметку в 45 миллиардов долларов.



postupi.online

Миллионы людей начнут проводить большую часть свободного времени в виртуальной реальности, которую и будут проектировать дизайнеры нового поколения. Они создадут виртуальные солнечные пляжи, офисы для дистанционных переговоров, музеи... да все что угодно.

Digital-комментаторы

Эксперты прогнозируют, что совсем скоро виртуальные экскурсии вытеснят до 80% реальных посещений культурных объектов. Здесь то и пригодятся digital-комментаторы и экскурсоводы, владеющие виртуальными технологиями.

Аналитики «Интернета вещей»

Бытовая техника и электроника все чаще оснащаются собственным программным обеспечением, благодаря чему устройства могут обмениваться данными между собой. «Интернет вещей» (Internet Of Things) потребует модернизации уже через 5-8 лет: в развитых странах будут востребованы специалисты, способные анализировать данные и искать, скажем, новые методы интеграции бы-

товых приборов в единые системы для «умных домов».

Разработчики робоэтики

Или адвокаты по робоэтике. Они будут выступать посредниками между человеком и искусственным интеллектом. В задачи специалистов войдет разработка этических норм, в соответствии с которыми роботы



svit24.net

смогут существовать среди живых людей. Потребность в профессии обусловлена возможным появлением «плохих» машин, способных намеренно причинить вред людям.

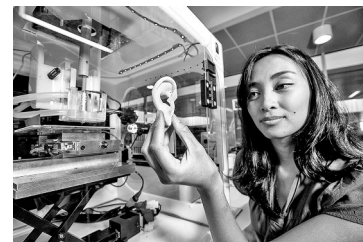
Космический гид

Ученые утверждают, что к началу 2030-х годов космический туризм перестанет быть редкостью и станет вполне доступным для обеспеченных людей. В связи с этим станут востребованными гиды, которые будут сопровождать путеше-

ственников в полетах к звездам. И если на начальном этапе ими могут стать космонавты, то в дальнейшем специальность может появиться даже в рядовых вузах.

Боди-дизайнер

Биопринтинг находится на пике своего развития. 3D-принтеры уже печатают ушные раковины, сердечные клапаны, почки и т. д. Биоинженерия способна совершить прорыв уже к середине 2020-х годов. В будущем человек сможет с легкостью менять ткани и даже органы. Возможности медицины и пластической хирургии помогут людям становиться таки-



futureist.ru

ми, какими бы они хотели себя видеть. Например, блондинкам не надо будет каждые три недели красить корни. А боди-дизайнеры смогут воплотить желания конкретного человека в макеты, которыми хирурги будут руководствоваться в ходе работы.

Марат ЭЛЛОЕВ

ЮМОР

СТАНУ-КА Я КОСМОНАВТОМ!

– Вася, а ты кем хотел в детстве стать?
– Сапёром. Но, когда узнал, что они могут ошибиться только один раз, передумал и пошёл учиться на синоптика.

– Какую специальность вы бы очень хотели иметь?
– Прямо очень?
– Да. Прямо вот очень-очень-очень.
– Ну тогда очень-очень-очень денежную.

– Интересно, каким образом из офисного планктона постепенно вырастают сначала мелкие рачки, а потом акулы бизнеса?
– Просто стать рачком – очень важная стадия эволюции!

В России появился робот, который только делает вид, что работает, но перестанно требует подзарядки.

– Мама, я вот подумал:
– Стану-ка я всё-таки космонавтом! Когда я женюсь, она будет всё время требовать: «Пропылесось, уберись, вынеси мусор, сходи в магазин...» А я не могу – я в космосе!

Учредитель газеты:

Частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Башкирский межотраслевой институт охраны труда, экологии и безопасности на производстве».

Издатель газеты:

Частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Башкирский межотраслевой институт охраны труда, экологии и безопасности на производстве». Адрес: 450006, г. Уфа, ул. Революционная, 55.

Газета выходит при содействии Министерства семьи, труда и социальной защиты населения РБ, Государственной инспекции труда в РБ, Управления государственного надзора по РБ. Газета основана в ноябре 2001 года.

Специализированная газета «Охрана труда и промышленная безопасность» № 30 (708), 7 – 20 сентября 2018 г. Газета зарегистрирована Роскомнадзором. Свидетельство ПИ № ФС 77 - 73241 от 13.07.2018 г. Знак информационной продукции 18+.

Адрес редакции: 450006, г. Уфа, ул. Революционная, 55, к. 302. Тел.: (347) 273-61-39. E-mail: safework.06@mail.ru

Газета отпечатана в Нефтекамском Доме печати – филиале ГУП РБ Издательский дом «Республика Башкортостан». Адрес: 452684, г. Нефтекамск, Берёзовское шоссе, 4 а. Тел. 8 (34783) 7-07-57. Тираж 800 экз. Заказ № 1474. Номер подписан в печать: по графику 06.09.2018 г. в 14.00; фактически 06.09.2018 г. в 13.40. Цена свободная. Полугодовой индекс – 04169.

Директор – Г.З. МУЛЛАКАЕВА. Корреспонденты: А.Т. АХМАДУЛЛИНА, О.Ю. ТИТОВА. Главный редактор – М.Г. БАРДАКОВА. Верстка – И.Я. ГАЛИЕВ.