

ОХРАНА ТРУДА

И ПРОМЫШЛЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

БДД, ПОЖАРНАЯ, ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ, ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

№ 31 (709)

Специализированная газета

21 сентября –
4 октября 2018 г.

НОВОСТИ

Средства на профилактику

С 20 до 30 % планируется увеличить долю средств, которые работодатели могут направить на предупредительные меры по охране труда. Об этом сообщил министр труда РФ Максим Топилин на заседании Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений. Также предусмотрено расширение перечня предупредительных мер, финансируемых за счет сумм страховых взносов. В него планируется включить санаторно-курортное лечение работников за пять лет до достижения возраста, дающего право на назначение страховой пенсии по старости; частичное субсидирование процентной ставки по кредиту страхователя, направленному на модернизацию основных фондов с целью улучшения условий труда. Предполагаемое начало действия нормы – с 1 января 2019 года, сообщает пресс-центр Минтруда РФ.

Изменяют «Охрану труда»

Минтрудом РФ разработан проект Федерального закона «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации», который предлагает новую редакцию раздела X ТК РФ «Охрана труда». Изменения, в частности, предусматривают структурирование основных процедур управления охраной труда у работодателя, повышение уровня защиты прав работников на безопасный труд посредством установления запрета на работу в опасных условиях труда, внедрение управления профессиональными рисками в систему управления охраной труда. Кроме того, планируется переход к обеспечению СИЗ в зависимости от имеющихся на рабочем месте вредных производственных факторов и совершенствование процедуры расследования и учета несчастных случаев на производстве с целью предотвращения сокрытия микротравм. Предлагается также сделать режим самоконтроля работодателя на предмет соблюдения требований трудового законодательства ключевым аспектом в деятельности хозяйствующего субъекта.

Дешевле предупредить

Работодатели продолжают обращаться в Фонд социального страхования с заявлениями на получение скидки к страховому тарифу на 2019 год. Эта кампания будет продолжаться до 1 ноября 2018 г. А вот надбавки уже установлены. По информации регионального отделения ФСС по РБ, за халатное отношение к вопросам охраны труда наказаны 258 работодателей: они получили надбавки к страховому тарифу в размере от 1 до 40 %. Дополнительное увеличение размера страхового тарифа предусмотрено для страхователей, допустивших у себя превышение уровня производственного травматизма по сравнению со средним уровнем травматизма на предприятиях, осуществляющих тот же вид деятельности. Сумма увеличения платежей в Фонд, полученная в результате применения надбавки к страховому тарифу, уплачивается за счет прибыли предприятия. Существенной надбавки можно было избежать, если бы страхователями был своевременно проведен комплекс мероприятий по предупреждению профрисков.

СОБЫТИЕ

Я БЫ В СВАРЩИКИ ПОШЕЛ...

МОЛОДОМУ ПОКОЛЕНИЮ ПОМОГЛИ СДЕЛАТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ВЫБОР

12–13 сентября в Уфе, на площадке ВДНХ-ЭКСПО, проходил Фестиваль востребованных профессий «PROFФЕСТ». Это мероприятие, организованное в рамках Дней карьерного построения для молодежи, призвано содействовать повышению престижа рабочих профессий и способствовать увеличению профессиональных рабочих кадров. Фестиваль в таком формате проходит в республике уже в третий раз.

«Республика вас ждет»

Проблема профориентации подрастающего поколения в современных условиях становится все более актуальной. Большинству старшеклассников сложно определить направление своего профессионального развития. Поэтому организованный Министерством семьи, труда и социальной защиты населения РБ «PROFФЕСТ» уже стал значимым и востребованным событием.

За два дня работы фестиваля его посетили тысячи школьников. Каждый из них мог примерить на себя какую-нибудь профессиональную роль. – Тренажеры, представленные на фестивале, помогут вам сориентироваться в выборе будущей профессии, понять, к чему у вас лежит душа, к чему больше склонностей и способностей, – сказал на открытии «PROFФЕСТА» вице-премьер Правительства Башкортостана Евгений ГУРЬЕВ.

Поприветствовала юных участников фестиваля и министр семьи и труда Республики Башкортостан Ленара ИВАНОВА:

– Обязательно попробуйте все тренажеры, представленные на фестивале! И даже если вы после школы уедете учиться в другие регионы, обязательно возвращайтесь на родину. Республика вас ждет, здесь есть много предприятий, много возможностей для того, чтобы найти любимую работу и быть счастливыми!



Министр семьи и труда РБ Ленара Иванова попробовала себя в роли машиниста экскаватора

За рулем КамАЗа

На фестивале были представлены 70 направлений и специальностей, востребованных на рынке труда, – сварщики, химики-лаборанты, электромонтеры, медсестры, фельдшеры, столяры, машинисты кранов, ветеринары и многие другие. На протяжении двух дней здесь можно было получить помощь в выборе будущей профессии, освоить рабочие тренажеры, рассмотреть специальную технику ведущих предприятий и учебных заведений Башкирии.

Очередь из школьников сразу же выстроилась возле тренажеров для отработки практических навыков управления экскаватором, подъемным краном, грузовым автомобилем, представленным Башкирским межотраслевым институтом. Прокатиться за рулем КамАЗа по улицам виртуального города, так же как и попытаться «переместить груз» с помощью автокрана и «раскопать траншею» ковшем экскаватора, стремились все мальчишки. А попробовать себя в роли пожарных хотели даже девочки.

– Учебный тренажер «Пожарная мотопомпа» помогает отработать навыки тушения очага условного пожара, – рас-

КСТАТИ

В рамках фестиваля востребованных профессий «PROFФЕСТ» была организована профессиональная мастерская «Реализация государственной политики в области условий и охраны труда на предприятиях Республики Башкортостан». Спикерами выступили заместитель руководителя Госинспекции в РБ Ильдар ЕРКЕЕВ, представители профсоюзов и предприятий, имеющих положительный опыт работы в сфере охраны труда и взаимодействия с персоналом. Специалисты внутрикорпоративных служб охраны труда АНК «Башнефть», ООО «Газпром трансгаз Уфа», АО «Транснефть – Урал» поделились своими практиками улучшения здоровья и обеспечения безопасности сотрудников.

сказал Вячеслав ТАНГАЕВ, преподаватель кафедры «Пожарная безопасность» ЧОУ «Межотраслевой институт». – Пожарный ствол выдает электронный луч, который нужно направить на мишень – «пламя». Конечно, реальной нагрузке пожарных здесь не испытать, ведь представителям этой профессии приходится трудиться в крайне опасных условиях.

В разных ролях

Крупные предприятия дали возможность школьникам потрогать и рассмотреть настоящее рабочее оборудование, примерить спецодежду. На стенде АО «Транснефть – Урал» посетители могли узнать о работе и условиях труда наиболее важных для системы трубопроводного транспорта профессий: электрогазосварщиков, лаборантов химического анализа по нефти и нефтепродуктам, электромонтеров по ремонту и обслуживанию электрооборудования, операторов нефтепродуктоперерабатывающих станций. Компания продемонстрировала автомобиль ремонтный сварочный и мобильную лабораторию контроля качества нефтепродуктов, аппаратуру для анализа нефти и рабочее место оператора НПДС.

У экспозиции АО «БЭСК» все желающие смогли получить полную информацию о профессиях электроэнергетики, узнать о востребованных рынком труда компетенциях, о технологии поиска вакансий и мест для стажировки.

– Представляя на фестивале свое оборудование, мы хотим привлечь молодежь в сферу электроэнергетики, объяснить, что здесь нужны такие качества, как ответственность, вдумчивость, неспешность, повышенная внимательность, – пояснила Елена ИСАЕВА, ведущий специалист по охране труда АО «БЭСК». – У нашего стенда ребята могут примерить костюм электромонтера, осмотреть электролабораторию, изучить работу тепловизора, ознакомиться с правилами электробезопасности.

ООО «Газпром трансгаз Уфа» показало посетителям передвижную лабораторию для проведения исследований в области неразрушающего контроля. Учащиеся могли увидеть и узнать, как проводится проверка трубопроводов на наличие коррозии и дефектов сварки. Специалисты лаборатории метрологии Инженерно-технического центра предприятия познакомили школьников с профессией метролога, показали, как осуществляется проверка датчиков давления и температуры.

Марина БАРДАКОВА

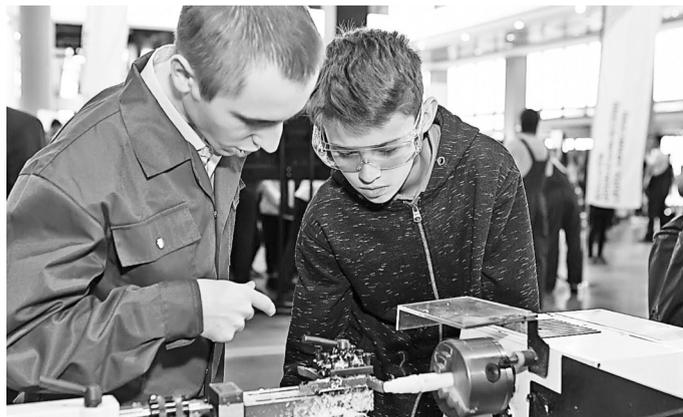


Фото Ильяса Луганова

КОНКУРС

ЛИЦОМ К ЭКОЛОГИИ

КАК РАБОТНИКОВ УФИМСКОГО ПРЕДПРИЯТИЯ ПРИВЛЕКАЮТ К РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Уже второй год подряд Уфимское агрегатное производственное объединение организует для своих сотрудников День охраны окружающей среды. Это не просто конкурс, а большой праздник, позволяющий в игровом формате приобщить коллектив к решению экологических проблем.

Не словом, а делом

Организаторы и участники собрались на берегу реки Белой, в санатории-профилактории «Авангард». К соревнованиям в этот раз подготовились представители одиннадцати подразделений предприятия: цехов № 3, 5, 11, 21, 26, 46, инструментального цеха, литейно-керамического производства, конструкторско-технологической службы, управлений главного механика и главного энергетика.

Насыщенную программу Дня охраны окружающей среды уже второй год подряд для работников предприятия готовит Башкирский межотраслевой институт.

– Мы постарались осветить в конкурсе наиболее актуальные для вашего предприятия проблемы, обозначить приоритетные направления в их решении, – сказал на открытии мероприятия Альфред АХМЕТОВ, декан факультета «Безопасность труда, производства и человека» ЧОУ «Межотраслевой институт». – Цель таких мероприятий – привлечь внимание к вопросам охраны окружающей среды, предоставить молодым людям возможность выразить свое отношение к этой проблеме и внести посильный вклад в ее решение.

Испытание законом

Прежде чем определились лидеры и финалисты, команды прошли множество интересных испытаний. Каждое из них позволило заработать заветные баллы. Но удалось дойти до финала, конечно, не всем. Первым препятствием стал конкурс на знание основ природоохранного законодательства. Прошел он в форме компьютерного тестиро-



вания. На вопросы теста отвечали впятером – именно столько человек было в каждой команде. Следующим шагом к финалу стал «Экологический кроссворд». Так называлось второе командное соревнование, которое потребовало от участников за 20 минут разгадать 19 зашифрованных слов. Именно в первых двух испытаниях особенно пригодились знания экологических законов.

Вам – тюльпан!

– Второй год поражает то, что специалисты предприятия очень хорошо знают природу, – поделилась после третьего соревнования Зайтуна КАРИМОВА, член жюри, преподаватель кафедры «Экология» ЧОУ «Межотраслевой институт». – Они так легко отгадывали названия рыб, птиц, растений. Мы отметили очень высокий уровень эрудиции: не успевал отвечать вопрос, как над столами команд вырастал лес рук. Так что внимательно отслеживать, кто был первым, приходилось всем членам жюри.

Наградой за правильный ответ в конкурсе «Мир вокруг нас» был бумажный тюльпан. Самые эрудированные команды по итогам этапа собрали по букету.

«Посадил дед репку...»

Этими словами одна из команд начала очередной этап состязаний. В домашнем задании «Старая сказка на экологический лад» критериями оценки стали зрелищность, артистичность и актуальность выбранной проблемы. На импровизированной сцене в костюмах из подручных материалов побывали Старик, Старуха и Золотая рыбка, вся почерневшая от загрязнения морских вод, герои сказки «Теремок», «Репка»... В общем, удовольствие от конкурса получили не только члены жюри, но и сами участники. Каждой сценкой работники предприятия еще раз показали, что забота о природе – не просто слова, а важная составляющая любой деятельности.

Что в Зеленом ящике?

Один из захватывающих этапов соревнования – личное первенство капитанов команд в формате игры «Что? Где? Когда?». До определенного момента количество правильных ответов было одинаковым у всех участников. Капитаны не сдавались. И даже загадочный Зеленый ящик с вопросом от экологов ЧОУ «Межотраслевой институт» оказался им по зубам. «В американском штате Аризона начали охранять пустыню от воров. Крадут то, без чего пустыне угрожает опустошение. Что же вывозят воров?» Участники сразу догадались, что в Зеленом ящике, а вы?

В итоге в жесткой борьбе вперед вырвались два капитана, один из которых, Руслан Казакбаев, начальник участка управления главного механика, и стал победителем этапа и обладателем диплома и сертификата на сумму 5000 рублей от магазина электроники.

В ЖЮРИ

Хамит Хасанин – главный инженер АО «УАПО», Ршшат Гильмутдинов, заместитель председателя профкома, Нияз Низамов – начальник бюро охраны труда и окружающей среды, Анатолий Лукин – директор по персоналу предприятия; Зайтуна Каримова – старший преподаватель кафедры «Экология», Альфред Ахметов, декан факультета «Безопасность труда, производства и человека» ЧОУ «Межотраслевой институт».

По местам

Сумма баллов за все этапы помогла выявить три лучшие команды. Финалисты боролись за места на пьедестале в Экологическом брейн-ринге. Тут участникам понадобились не только знания, но и скорость реакции. В итоге места распределились так:

1-е место – команда конструкторско-технологической службы,

2-е место – команда управления главного механика,

3-е место – команда цеха № 21.

Все три команды были награждены кубками, а каждый из участников-финалистов – флеш-картой.

– Было видно, что конкурсом остались довольны не только победители, но и каждый участник соревнования, – отметила Зайтуна Каримова. – И это закономерно, ведь руководство предприятия выбрало отличный способ замотивировать работников к решению проблем окружающей среды. Это получилось на сто процентов. И заключительный Гимн экологов, который в унисон спели все участники Дня охраны окружающей среды, – тому подтверждение. Пока таких активных предприятий, как УАПО, к сожалению, не так много, хотя тема экологии актуальна для всех.

Марина БАРДАКОВА.
Фото Максима Ларионова

ГЛАЗАМИ ДЕТЕЙ

В перерывах между этапами конкурса участники и члены комиссии оценивали рисунки детей работников АО «УАПО» на тему «Окружающий мир глазами детей». В итоге места в трех возрастных категориях распределились так:

● от 3 до 5 лет:

1 место – Виктория Магадеева, 2 место – Виолетта Михайлова, 3 место – Артём Богданов;

● от 6 до 9 лет:

1 место – Карина Хасанова, 2 место – Мария Голубева, 3 место – Ульяна Ковязина;

● от 10 до 14 лет:

1 место – Михаил Богданов, 2 место – Кристина Траценко, 3 место – Ксения Остапчук.

Награда победителям – подарочные карты в детский магазин.



ГРАФИК

предаттестационной подготовки и проверки знаний (тестирования) по промышленной безопасности, энергетической безопасности, безопасности гидротехнических сооружений специалистов организаций, поднадзорных Ростехнадзору, на базе частного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Башкирский межотраслевой институт охраны труда, экологии и безопасности на производстве» (ЧОУ «Межотраслевой институт») на 4 квартал 2018 г.

Адрес: г. Уфа, ул. Революционная, дом 55; 3, 4, 5 этажи, остановка транспорта «Центральный рынок»

Территориально обособленные подразделения ЧОУ «Межотраслевой институт»:

Филиалы: «Белорецкий», «Дюртюлинский», «Октябрьский», «Сибайский», «Нефтекамский», «Стерлитамакский», «Курганский», «Челябинский».

Учебный пункт «Салаватский». Отдел «Черниковский»

Свидетельство об аккредитации в Единой системе оценки соответствия в качестве Независимого аттестационно-методического центра: № НАМЦ-0059 от 25.04.2014 г.

Наименование программ, курсов	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен	нач. курсов	экзамен
1. Обучение руководителей и специалистов по радиационной безопасности тел. для справок (347) 2-51-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)														
По программе предаттестационной подготовки "Радиационная безопасность и радиационный контроль. Ответственный за обеспечение радиационной безопасности и радиационный контроль на предприятии с правом работы с источниками ионизирующего излучения"														По мере поступления заявок
По программе повышения квалификации "Радиационная безопасность при эксплуатации радиационных источников ионизирующих излучений (ИИИ) генерирующих"														По мере поступления заявок
2. Обучение руководителей нештатных газоспасательных формирований тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)														
По программе "Предаттестационная подготовка руководителей нештатных аварийно-спасательных формирований"														По мере поступления заявок
По программе «Руководство деятельностью нештатного газоспасательного формирования»														По мере поступления заявок
2.1. Обучение персонала газоспасательных служб и формирований тел. для справок: (347) 2-79-97-43 (телефакс), 2-51-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)														
По программе "Предаттестационная подготовка спасателей нештатных аварийно-спасательных формирований"			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12
По курсу «Особенности ведения газоспасательных работ в условиях химической аварии»			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12
3. ПО ПРОМЫШЛЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ														
Учебные программы составлены с обеспечением вариативности, учитывающей направления деятельности руководителей и специалистов организаций, осуществляющих деятельность в области промышленной безопасности: проектирование, строительство, эксплуатация, реконструкция, капитальный ремонт, техническое перевооружение, консервация и ликвидация опасного производственного объекта; изготовление, монтаж, наладка, обслуживание и ремонт технических устройств, применяемых на опасном производственном объекте; проведение экспертизы промышленной безопасности. Аттестация проводится согласно Положению об организации работы по подготовке и аттестации специалистов организаций, поднадзорных Федеральной службе по экологическому, технологическому и атомному надзору (утв. приказом Федеральной службы по экологическому, технологическому и атомному надзору от 29 января 2007 г. № 37) по областям аттестации, утвержденным приказом Федеральной службы по экологическому, технологическому и атомному надзору от 6 апреля 2012 г. № 233 «Об утверждении областей аттестации руководителей и специалистов организаций, поднадзорных Федеральной службе по экологическому, технологическому и атомному надзору».														
Тел. для справок: (347) 2-51-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)														
По программе (комплексной) предаттестационной подготовки руководителей и специалистов (ЧАК) организаций, поднадзорных Ростехнадзору, по курсу "Промышленная безопасность" с последующей аттестацией по:			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12
- А. Основам промышленной безопасности (А.1.); - Б. Специальным требованиям промышленной безопасности - в химической, нефтехимической и нефтеперерабатывающей промышленности - в нефтяной и газовой промышленности - на объектах газораспределения и газопотребления - к оборудованию, работающему под давлением - к подъемным сооружениям														
По программе предаттестационной подготовки руководителей и специалистов организаций, поднадзорных Ростехнадзору, по курсу "Промышленная безопасность" с последующей аттестацией по:			15.10 09:00	16.10				12.11 09:00	13.11				10.12 09:00	11.12
- А.1. Основам промышленной безопасности														
3.1. Специальные требования безопасности к подъемным сооружениям (Б.9.31.-Б.9.36.) Кафедра «Подъемные сооружения и ГТС», тел. для справок (347) 276-23-78 (факс), (347) 276-34-19														
По программе "Предаттестационная подготовка руководителей и специалистов (ЧАК) организаций, эксплуатирующих подъемные сооружения"	01.10 09:00	05.10					22.10 09:00	26.10		12.11 09:00	16.11		03.12 09:00	07.12
По программе повышения квалификации специалистов, ответственных за осуществление производственного контроля при эксплуатации подъемных сооружений	15.10 09:00	19.10					06.11 09:00	09.11		26.11 09:00	30.11		17.12 09:00	21.12
По программе повышения квалификации специалистов, ответственных за безопасное производство работ с применением подъемных сооружений	01.10 09:00	05.10					22.10 09:00	26.10		12.11 09:00	16.11		03.12 09:00	07.12 24.12 09:00
По программе повышения квалификации специалистов, ответственных за содержание подъемных сооружений в работоспособном состоянии	15.10 09:00	19.10					06.11 09:00	09.11		26.11 09:00	30.11		17.12 09:00	21.12
По курсу "Специалист, ответственный за организацию эксплуатации лифтов"	08.10 09:00	12.10					29.10 09:00	02.11		19.11 09:00	23.11		10.12 09:00	14.12
По программе повышения квалификации инженерно-технических работников по курсу "Требования безопасности к пассажирским, грузопассажирским и грузовым подъемно-транспортным устройствам" с последующей проверкой знаний по:	08.10 09:00	12.10					29.10 09:00	02.11		19.11 09:00	23.11		10.12 09:00	14.12
- безопасности лифтов; - безопасности эскалаторов; - безопасности платформ подъемных для инвалидов.														
3.2. Специальные требования безопасности к гидротехническим сооружениям (Д.1.-Д.3.) Кафедра «Подъемные сооружения и ГТС» (тел. для справок (347) 276-23-78 (факс), (347) 276-34-19)														
По программе предаттестационной (предэкзаменационной) подготовки руководителей и специалистов организаций, поднадзорных Федеральной службе по экологическому, технологическому и атомному надзору, по курсу "Безопасность гидротехнических сооружений"														По мере поступления заявок
3.3. Специальные требования промышленной безопасности к объектам газораспределения и газопотребления (Б.7.1., Б.7.2., Б.7.6, Б.7.8.) Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский») тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)														
По программе предаттестационной подготовки по вопросам безопасности для руководителей и специалистов, эксплуатирующих объекты газораспределения и газопотребления			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12
При необходимости возможно углубленное изучение специальных требований промышленной безопасности на конкретном объекте, оборудовании, сооружении														
По программе повышения квалификации специалистов "Безопасное проведение газоопасных работ на объектах сетей газораспределения и газопотребления"			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12
3.4. Специальные требования промышленной безопасности к объектам химической, нефтехимической и нефтеперерабатывающей промышленности (Б.1.1.-Б.1.3., Б.1.5.-Б.1.8., Б.1.11, Б.1.14, Б.1.15, Б.1.17, Б.1.19, Б.1.22, Б.1.23, Б.1.25, Б.1.28, Б.1.29, Б.1.31.) Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский») тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)														
По программе предаттестационной подготовки руководителей и специалистов химических, нефтехимических и нефтеперерабатывающих производств по курсу "Промышленная безопасность"								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12
При необходимости возможно углубленное изучение специальных требований промышленной безопасности на конкретном объекте, оборудовании, сооружении														
По программе для руководителей и специалистов организаций по курсу "Разработка, изготовление и применение мембранных предохранительных устройств"								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов по курсу "Требования безопасности для химических, нефтехимических и нефтеперерабатывающих производств"								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12
По курсу "Требования безопасности при выполнении газоопасных работ на объектах химической, нефтехимической, нефтеперерабатывающей промышленности"								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12

По курсу "Требования безопасности при выполнении газоопасных работ на объектах нефтепродуктообеспечения"								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12		
По программе «Повышение квалификации руководителей и специалистов автозаправочных станций»								29.10 09:00	02.11				03.12 09:00	07.12		
3.5. Специальные требования промышленной безопасности к взрывоопасным объектам хранения и переработки растительного сырья (Б.11.1.-Б.11.3) Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский») тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)																
По курсу "Промышленная безопасность" для предаттестационной подготовки руководи- телей и специалистов организаций, поднадзорных Ростехнадзору, по взрыво- опасным объектам хранения, переработки и использования растительного сырья	По мере поступления заявок															
3.6. Специальные требования промышленной безопасности к оборудованию, работающему под давлением (Б.8.21.-Б.8.23., Б.8.25., Б.8.26.); тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)																
По программе предаттестационной подготовки по вопросам безопасности для руководителей и специалистов, эксплуатирующих оборудование, работающее под избыточным давлением			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				03.12 09:00	07.12		
При необходимости возможно углубленное изучение специальных требований промышленной безопасности на конкретном объекте, оборудовании, сооружении																
Программы повышения квалификации																
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов, не имеющих теплотехнического образования, ответственных за исправное состояние и безопасную эксплуатацию паровых и водогрейных котлов" (аудиторные занятия)			25.09 09:00	05.10				06.11 09:00	16.11				27.11 09:00	07.12		
3.7. Специальные требования промышленной безопасности к объектам нефтяной и газовой промышленности (включая объекты магистрального трубопроводного транспорта) тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)																
3.7.1. Специальные требования промышленной безопасности в нефтяной и газовой промышленности (Б.1.19., Б.2.1. - Б.2.4., Б.2.6., Б.2.10., Б.2.13., Б.2.15., Б.2.16., Б.2.18., Б.6.1., Б.6.5.)																
По программе предаттестационной подготовки руководителей и специалистов организаций нефтегазодобывающей промышленности по курсу "Промышленная безопасность"			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский») При необходимости возможно углубленное изучение специальных требований промышленной безопасности на конкретном объекте, оборудовании, сооружении																
По программе предаттестационной подготовки руководителей и специалистов объектов нефтегазодобычи по курсу "Безопасное ведение горных работ, связанных с использованием недр" (Б.6.1., Б.6.5.)			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов по курсу "Требования безопасности на объектах нефтедобычи"			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
По программе для руководителей и специалистов объектов нефтедобычи по курсу "Требования безопасности при эксплуатации установок подготовки нефти"			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
По программе для руководителей и специалистов организаций нефтяной и газовой промышленности по курсу "Организация и производство работ повышенной опасности"			01.10 09:00	05.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
3.7.2. Специальные требования промышленной безопасности к объектам магистрального трубопроводного транспорта (Б.1.19., Б.2.1., Б.2.7., Б.2.8., Б.2.13., Б.2.15, Б.2.16.) тел. для справок (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)																
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов по курсу "Требования безопасности на объектах магистрального трубопроводного транспорта"			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
По программе "Предаттестационная подготовка руководителей и специалистов организаций, осуществляющих деятельность по проектированию, строительству, ремонту, эксплуатации магистральных нефтепроводов и нефтепродуктопроводов"			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
При необходимости возможно углубленное изучение специальных требований промышленной безопасности на конкретном объекте, оборудовании, сооружении																
По программе предаттестационной подготовки руководителей и специалистов объектов магистрального трубопроводного транспорта по курсу "Промышленная безопасность"			15.10 09:00	19.10				12.11 09:00	16.11				10.12 09:00	14.12		
По программе курсов целевого назначения "Методика контроля воздушной среды на объектах магистральных трубопроводов"			01.10 09:00	10.10				06.11 09:00	15.11				03.12 09:00	12.12		
3.8. Специальные требования промышленной безопасности в горнорудной промышленности (А.1., Б.4.1. - Б.4.5.) тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс) ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК																
3.9. Специальные требования промышленной безопасности по маркшейдерскому обеспечению безопасного ведения горных работ (А.1., Б.6.1. - Б.6.5.), тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс) ПО МЕРЕ КОМПЛЕКТОВАНИЯ ГРУПП																
3.10. Специальные требования промышленной безопасности при взрывных работах (А.1., Б.12.1., Б.12.2.) тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс) ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК																
3.11. Специальные требования промышленной безопасности в металлургической промышленности (Б.3.1., Б.3.3., Б.3.6., Б.3.8, Б.3.9.) тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс) ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК																
4. По энергетической безопасности тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)																
4.1. Требования к эксплуатации электрических станций (Г.3.1., Г.3.2., Г.3.3.) ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК																
4.2. Требования к порядку работы в электроустановках потребителей (Г.1.1.)																
По программе «Предаттестационная подготовка руководителей и специалистов организаций, осуществляющих эксплуатацию электроустановок»	08.10 09:00	12.10	22.10 09:00	26.10	06.11 09:00	09.11	19.11 09:00	23.11	03.12 09:00	07.12	17.12 09:00	21.12				
По программе для подготовки электротехнического и электротехнологического персонала организаций, осуществляющих эксплуатацию электроустановок потребителей (первичное обучение на II группу)	01.10 09:00	12.10	16.10 09:00	26.10	29.10 09:00	09.11	13.11 09:00	23.11	27.11 09:00	07.12	11.12 09:00	21.12				
По программе для подготовки электротехнического и электротехнологического персонала организаций, осуществляющих эксплуатацию электроустановок потребителей (периодическое обучение)	08.10 09:00	12.10	22.10 09:00	26.10	06.11 09:00	09.11	19.11 09:00	23.11	03.12 09:00	07.12	17.12 09:00	21.12				
По программе курсов целевого назначения «Эксплуатация электрооборудования и электрических сетей во взрывопожароопасных зонах МН (МНПП)» По программе повышения квалификации электротехнического персонала, эксплуати- рующего электрооборудование и электрические сети во взрывопожароопасных зонах			29.10	02.11			26.11	30.11			17.12	21.12				
4.3. Требования к порядку работы на тепловых энергоустановках и тепловых сетях (Г.2.1.) Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский») тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)																
По программе подготовки работников организаций к проверке знаний по "Правилам по охране труда при эксплуатации тепловых энергоустановок"			01.10 09:00	02.10			06.11 09:00	07.11			03.12 09:00	04.12				
По программе «Предаттестационная подготовка руководителей и специалистов организа- ций, осуществляющих эксплуатацию тепловых энергоустановок и тепловых сетей»			01.10 09:00	05.10			06.11 09:00	09.11			03.12 09:00	07.12				
По программе для членов постоянно действующих комиссий организаций, эксплуати- рующих тепловые энергоустановки и тепловые сети перед проверкой знаний			01.10 09:00	05.10			06.11 09:00	09.11			03.12 09:00	07.12				
Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский»)																
По программе повышения квалификации специалистов по курсу «Требования безопасности при монтаже, наладке, ремонте и эксплуатации паровых котлов с давлением пара не более 0,07 МПа (0,7 кгс/см ²), водогрейных котлов и водонагревателей с температурой нагрева воды не выше 388 К (115° С).			01.10 09:00	05.10			06.11 09:00	09.11			03.12 09:00	07.12				
Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский»)																
По программе повышения квалификации лиц, ответственных за исправное состояние и безопасную эксплуатацию паровых котлов с давлением пара не более 0,07 МПа (0,7 кгс/см ²), водогрейных котлов и водонагревателей с температурой нагрева воды не выше 388 К (115° С).			01.10 09:00	05.10			06.11 09:00	09.11			03.12 09:00	07.12				
Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский»)																
По программе для работников организаций, занимающихся эксплуатацией тепловых энергоустановок и тепловых сетей, перед ежегодной проверкой знаний			01.10 09:00	05.10			06.11 09:00	09.11			03.12 09:00	07.12				
Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский»)																
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов, не имеющих теплотехнического образования, ответственных за исправное состояние и безопасную эксплуатацию паровых и водогрейных котлов (аудиторные занятия)			25.09 09:00	05.10			06.11 09:00	16.11			27.11 09:00	07.12				

5. Специальные требования безопасности при транспортировании опасных веществ (Б.10.1.-Б.10.2.)

Обучение и проверка знаний по адресу: ул. Мира, 14 (1 этаж, отдел «Черниковский»)
тел. для справок: (347) 279-97-43 (телефакс), 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (факс)

По программе "Предаттестационная подготовка руководителей и специалистов, ответственных за безопасность при транспортировании опасных веществ на опасных производственных объектах"								29.10 09:00	02.11			03.12 09:00	07.12		
6. По строительному контролю (авторский и технический надзор), тел. для справок: (347) 251-18-08, 250-96-19, 272-35-43 (телефакс)															
По программе повышения квалификации "Строительный контроль при строительстве, реконструкции, капитальном ремонте объектов магистральных трубопроводов" (в соответствии с требованиями РД-03.100.30-КТН-149-16) "Магистральный трубопроводный транспорт нефти и нефтепродуктов. Сборник учебных планов и программ обучения персонала по направлению "Надзор за створительным, геодезическим контролем и инженерными изысканиями" с изменением № 1 от 26.07.2017 и с изменением №2 от 27.10.2017)				22.10 09:00	26.10			19.11 09:00	23.11			17.12 09:00	21.12		

Примечание: в графике указаны сроки проведения аудиторных занятий

Подготовка осуществляется и по другим программам по мере комплектования групп или по индивидуальной заявке предприятия-заказчика. Возможна разработка новых программ, обеспечивающих оптимальную стратегию обучения, наилучшим образом отвечающую потребностям конкретного производства.

Полный перечень реализуемых институтом образовательных программ размещен на сайте www.bmirk.ru Также доводим до Вашего сведения, что для Вашего удобства в целях повышения качества подготовки специалистов работают территориально обособленные подразделения ЧОУ «Межотраслевой институт» с компьютерными классами для подготовки к тестированию с применением обучающе-контролирующей системы «Олимп: ОКС».

Институт применяет электронное обучение, дистанционные образовательные технологии (по желанию Заказчика).

Повышение квалификации в территориально обособленных подразделениях ЧОУ «Межотраслевой институт» по некоторым программам возможно с использованием дистанционных образовательных технологий посредством вебинаров (виртуальная on-line версия аудиторного обучения).

Телефоны для справок:

(347) 250-96-19 - менеджеры факультета «Промышленная и энергетическая безопасность»
(347) 272-33-06 - менеджер по работе с регионами Малявина Ольга Владимировна, факс для принятия заявок: (347) 272-35-43
(347) 276-23-78, 276-34-19 – менеджеры кафедры «Подъемные сооружения и ГТС»
Филиал «Белорецкий»: г.Белорецк, ул.Тюленина, 14, тел.: 8(34792) 4-82-48, 8917-34-64-866
Филиал «Дюргюлинский»: Дюргюлинский р-н, село Иванаево, ул.Комсомольская, 3, тел.: (34787) 3-63-13
Филиал «Нефтекамский»: г. Нефтекамск, ул. Ленина, 17, тел.: (34783) 4-81-77
Филиал «Октябрьский»: г. Октябрьский, ул. Северная, 21, тел.: (34767) 5-55-78
Филиал «Сибайский»: г. Сибай, ул. Заки Валиди, 44, тел.: (34775) 2-50-12
Филиал «Стерлитамакский»: г. Стерлитамак, ул. Мира, 2 "б", 4 этаж, офис № 47, тел.: (3473) 21-26-82
Филиал «Курганский»: г. Курган, ул. Кирова, 51, тел.: (3522) 42-63-03
Филиал «Челябинский»: г. Челябинск, пл. МОПРа, д.10, тел.: (351) 247-94-29, 8 987 482 86 88
Учебный пункт «Салаватский»: г. Салават, пр. Нефтяников, 8, тел.: (3476) 35-57-87, 8-987-629-88-61
Отдел «Черниковский»: г. Уфа, ул. Мира, 14, тел.: (347) 279-97-43

ГРАФИК

подготовки и проверки знаний по охране труда, БДД, пожарной безопасности, экологии и безопасности на производстве руководителей и специалистов организаций на базе частного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Башкирский межотраслевой институт охраны труда, экологии и безопасности на производстве» (ЧОУ «Межотраслевой институт») на IV квартал 2018 г.

Адрес: г. Уфа, ул. Революционная, дом 55; 3, 4, 5 этажи, остановка транспорта «Центральный рынок»

Территориально обособленные подразделения ЧОУ «Межотраслевой институт»: Филиалы: «Белорецкий», «Дюргюлинский», «Октябрьский», «Нефтекамский», «Сибайский», «Стерлитамакский», «Челябинский», «Курганский». Учебный пункт «Салаватский». Отдел «Черниковский».

1. Подготовка в области охраны окружающей среды и экологической безопасности				
Кафедра «ЭКОЛОГИЯ», 5 этаж, каб. 517, ☎ (347) 251-04-00 (телефакс), старший менеджер Фархутдинова Лена Мунзирова 8-917-3846-576				
	октябрь	ноябрь	декабрь	
По программе «Обеспечение экологической безопасности при работах в области обращения с отходами I - IV классов опасности»	аудиторные занятия: 15.10-19.10	аудиторные занятия: 19.11-23.11	аудиторные занятия: 17.12-21.12	
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов «Профессиональная подготовка на право работы с отходами I - IV классов опасности»	аудиторные занятия: 15.10-19.10	аудиторные занятия: 19.11-23.11	аудиторные занятия: 17.12-21.12	
По программе «Обеспечение экологической безопасности руководителями (специалистами) общехозяйственных систем управления»	аудиторные занятия: 08.10-10.10	аудиторные занятия: 31.10-02.11	аудиторные занятия: 05.12-07.12	
По программе профессиональной переподготовки «Инженер по охране окружающей среды (эколог)» «Специалист по экологической безопасности (в промышленности)»	Для специалистов осуществляющих деятельность по охране окружающей среды и экологической безопасности, и имеющих среднее профессиональное и/или высшее образование. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного образца		17.09-31.10 (обучение очно-заочное)	

2. По охране труда ☎ (347) 273-82-65 – старший менеджер кафедры «Охрана труда» Мережникова Елена Борисовна

По программе для работников организаций по охране труда.		02.10-05.10	06.11-09.11	04.12-07.12
По программе для работников организаций, членов комиссий по проверке знаний требований охраны труда.	Для руководителей и специалистов организаций	16.10-19.10	13.11-16.11	11.12-14.12
По программе предаттестационной подготовки «Обучение по охране труда руководителей и специалистов, эксплуатирующих магистральные нефтепроводы и нефтепродуктопроводы, членов комиссий по проверке знаний требований охраны труда»	Для руководителей и специалистов организаций системы «Транснефть»	23.10-26.10	20.11-23.11	18.12-21.12
По программе обучения уполномоченных (доверенных лиц) по охране труда профессиональных союзов и иных уполномоченных работниками представительных органов		30.10-02.11	27.11-30.11	25.12-28.12
Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте	Для работников, выполняющих работы на высоте с применением средств подмащивания, а также на площадках с защитными ограждениями высотой 1,1 м и более	02.10-05.10	06.11-09.11	04.12-07.12
Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте (1 группа)	Для работников, допускаемых к работам в составе бригады или под непосредственным контролем работника, назначенного приказом работодателя	16.10-19.10	13.11-16.11	11.12-14.12
Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте (2 группа)	Для мастеров, бригадиров, руководителей стажировки, а также работников, назначаемых по наряду-допуску на производство работ на высоте ответственными исполнителями работ на высоте	23.10-26.10	20.11-23.11	18.12-21.12
Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте для работников 1-2 группы (организаций системы "Транснефть")	Для электромонтеров по ремонту и обслуживанию электрооборудования, электромонтеров по ремонту воздушных линий электропередач, монтеров по защите подземных трубопроводов от коррозии)	30.10-02.11	27.11-30.11	25.12-28.12
Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте (3 группа)	Для работников, назначаемых работодателем ответственными за организацию и безопасное проведение работ на высоте, а также за проведение инструктажей, составление плана мероприятий по эвакуации и спасению работников при возникновении аварийной ситуации и при проведении спасательных работ; работников, проводящих обслуживание и периодический осмотр средств индивидуальной защиты; работников, выдающих наряды-допуски; ответственных руководителей работ на высоте, выполняемых по наряду-допуску; должностных лиц, в полномочия которых входит утверждение плана производства работ на высоте (работники 3 группы); специалистов, проводящих обучение работам на высоте, а также членов аттестационных комиссий организаций, проводящих обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте, и работодателей	15.10-18.10	19.11-22.11	17.12-20.12
По курсу «Оказание первой помощи пострадавшим при несчастных случаях» (занятия в условиях полигона с применением компьютерно-тренажерных комплексов «Гоша», «Максим», «Илоша»)	Для работников организаций и физических лиц	15.10-19.10	19.11-23.11	17.12-21.12
По программе профессиональной переподготовки «Специалист по охране труда»	Для лиц, имеющих высшее и среднее профессиональное образование, на ведение профессиональной деятельности в сфере охраны труда в качестве инженера (специалиста) по охране труда	26.10	30.11	28.12
По программе профессиональной переподготовки «Техносферная безопасность»	Для лиц, имеющих высшее и среднее профессиональное образование, на ведение профессиональной деятельности в сфере техносферной безопасности.		22.10-14.12	

3. Подготовка в строительной отрасли (современные строительные технологии) (с последующим тестированием) ☎ (347) 251-17-75, 272-92-19, 272-52-74 – менеджеры факультета «Безопасность труда, производства и человека» ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК

4. По безопасности дорожного движения ☎ (347) 272-92-19 – старший менеджер Игнатъева Нана Владимировна

По программе повышения квалификации консультантов по вопросам безопасности перевозок опасных грузов автомобильным транспортом (78 часов) NEW!	Для лиц, имеющих высшее образование, по направлению подготовки, входящей в укрупненную группу профессиональной подготовки 23.00.00 «Техника и технологии наземного транспорта»; среднее профессиональное образование по программам подготовки специалистов среднего звена, входящим в укрупненную группу специальностей 23.00.00. «Техника и технологии наземного транспорта», и стаж работы в области организации перевозок и управления на автомобильном транспорте не менее трех лет	Аудиторные занятия: 01.10-12.10 Экзамен: 12.10 По окончании обучения аттестация проводится в г. Нижний Новгород
По программе профессиональной переподготовки консультантов по вопросам безопасности перевозок опасных грузов автомобильным транспортом (268 часов) NEW!	Для лиц (специалистов), имеющих высшее образование, по направлению подготовки, не входящему в укрупненную группу профессиональной подготовки 23.00.00 «Техника и технологии наземного транспорта»; среднее профессиональное образование по программам подготовки специалистов среднего звена, входящим в укрупненную группу специальностей 23.00.00. «Техника и технологии наземного транспорта», и стаж не менее трех лет	Срок и форма обучения: очно-заочная. 1 сессия: аудиторные занятия: 01.10-08.10 Самостоятельная подготовка: 09.10-07.11. 2 сессия: 08.11-14.11 Консультация: 15.11. Экзамен: 16.11 По окончании обучения аттестация проводится в г. Нижний Новгород

По программе профессиональной переподготовки «Специалист, ответственный за обеспечение безопасности дорожного движения» (256 часов) Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий.	Для лиц, имеющих высшее образование по направлению подготовки, не входящему в укрупненную группу профессиональной подготовки 23.00.00 «Техника и технологии наземного транспорта». Для юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих перевозки автомобильным и городским наземным электрическим транспортом, не имеющих профильного образования	Срок и форма обучения: очно-заочная. 1 сессия: 12.11-16.11 Самостоятельная подготовка: 19.11-14.12. 2 сессия: 17.12-19.12 Консультация: 20.12. Экзамен: 21.12
По программе профессиональной переподготовки «Диспетчер автомобильного и городского наземного электрического транспорта» (256 часов) NEW! Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий.	Для лиц, имеющих среднее профессиональное (и/или) высшее образование, по направлению подготовки, не входящему в укрупненную группу профессиональной подготовки 23.00.00 «Техника и технологии наземного транспорта». Для работников юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих перевозки автомобильным и городским наземным электрическим транспортом, не имеющих профильного образования	Срок и форма обучения: очно-заочная. 1 сессия: 12.11-16.11 Самостоятельная подготовка: 19.11-14.12. 2 сессия: 17.12-19.12 Консультация: 20.12. Экзамен: 21.12
По программе профессиональной переподготовки «Контролер технического состояния автотранспортных средств» (256 часов) NEW! Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий.	Для лиц, имеющих среднее профессиональное (и/или) высшее образование, по направлению подготовки, не входящему в укрупненную группу профессиональной подготовки 23.00.00 «Техника и технологии наземного транспорта. Цель реализации программы: формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в области контроля технического состояния автотранспортных средств.	Срок и форма обучения: очно-заочная. 1 сессия: 12.11-16.11 Самостоятельная подготовка: 19.11-14.12. 2 сессия: 17.12-19.12 Консультация: 20.12. Экзамен: 21.12

5. По пожарной безопасности ☎ (347) 272-92-19 – менеджер Мухаметшина Оксана Владимировна

По программе для руководителей, лиц, ответственных за пожарную безопасность пожароопасных производств (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и специалистов предприятий и организаций по вопросам обеспечения пожарной безопасности при эксплуатации пожароопасных производств	02.10-05.10	06.11-09.11	04.12-07.12
По программе для руководителей подразделений пожароопасных производств (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для подготовки руководителей подразделений по вопросам обеспечения пожарной безопасности при эксплуатации пожароопасных производственных объектов	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и работников организаций, осуществляющих круглосуточную охрану предприятий (учреждений) (пожарно-технический минимум)	Для руководителей и работников организаций, осуществляющих круглосуточную охрану предприятий (учреждений)	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и ответственных за пожарную безопасность лечебных учреждений (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность лечебных учреждений	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и ответственных за пожарную безопасность дошкольных учреждений и общеобразовательных школ (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность дошкольных учреждений и образовательных школ	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и ответственных за пожарную безопасность организаций торговли, общественного питания, баз и складов (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность организаций торговли, общественного питания, баз и складов	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и ответственных за пожарную безопасность в учреждениях (офисах) (пожарно-технический минимум) (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность в учреждениях (офисах)	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе для руководителей и ответственных за пожарную безопасность театрально-зрелищных и культурно-просветительских учреждений (пожарно-технический минимум)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность театрально-зрелищных и культурно-просветительских учреждений	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе пожарно-технического минимума для руководителей и ответственных за пожарную безопасность предприятий жилищно-коммунального хозяйства и жилых домов (Возможно обучение с применением дистанционных образовательных технологий)	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность предприятий жилищно-коммунального хозяйства и жилых домов	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе пожарно-технического минимума для руководителей загородных оздоровительных учреждений для детей и подростков	Для руководителей загородных оздоровительных учреждений для детей и подростков	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе пожарно-технического минимума для руководителей и ответственных за пожарную безопасность организаций бытового обслуживания	Для руководителей и ответственных за пожарную безопасность организаций бытового обслуживания	09.10-10.10 23.10-24.10 30.10-31.10	13.11-14.11 27.11-28.11	11.12-12.12 25.12-26.12
По программе повышения квалификации руководителей и специалистов «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт средств обеспечения пожарной безопасности зданий и сооружений»	Для руководителей и специалистов организаций	аудиторные занятия: 22.10-26.10	аудиторные занятия: 26.11-30.11	аудиторные занятия: 24.12-28.12
По программе курсов целевого назначения «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт средств обеспечения пожарной безопасности зданий и сооружений, включая диспетчеризацию и проведение пусконаладочных работ»	Для руководителей и специалистов организаций	аудиторные занятия: 22.10-26.10	аудиторные занятия: 26.11-30.11	аудиторные занятия: 24.12-28.12
По программе повышения квалификации специалистов, осуществляющих деятельность в области пожарной безопасности	Для руководящего инженерно-технического состава; лиц, ответственных за пожарную безопасность предприятий и организаций, руководителей ведомственных подразделений пожарной охраны	аудиторные занятия: 22.10-26.10	аудиторные занятия: 26.11-30.11	аудиторные занятия: 24.12-28.12

6. По гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям (347) 251-17-75, 272-92-19, 272-52-74 – менеджеры факультета «Безопасность труда, производства и человека» Обучение с применением дистанционных образовательных технологий ПО МЕРЕ ПОСТУПЛЕНИЯ ЗАЯВОК

7. Повышение квалификации работников предприятий жилищно-коммунального хозяйства ☎ (347) 250-96-19, 272-35-43 (телефакс) – старший менеджер Ломакина Елена Борисовна

По программе повышения квалификации для ответственных за подготовку и проведение газоопасных работ и работ повышенной опасности при обслуживании водопроводных и канализационных коммуникаций NEW!	Для лиц, назначенных ответственными за организацию и безопасное проведение работ при ремонте и эксплуатации водопроводных и канализационных коммуникаций.	По мере поступления заявок ул. Комсомольская, 2 (учебная мастерская)
По программе повышения квалификации персонала «Безопасное выполнение газоопасных работ и работ повышенной опасности при обслуживании водопроводных и канализационных коммуникаций» NEW!	Для лиц, участвующих в работах в составе бригад, при ремонте и эксплуатации водопроводных и канализационных коммуникаций.	По мере поступления заявок ул. Комсомольская, 2 (учебная мастерская)
По программе повышения квалификации «Безопасное обслуживание и ремонт внутридомовых и (или) внутриквартирных вентиляционных каналов и дымоходов» NEW!	Для лиц, участвующих в работах в составе бригад при ремонте и эксплуатации вентиляционных каналов и дымоходов	По мере поступления заявок

8. По вопросам развития персонала ☎ (347) 251-17-75, 272-52-74 – менеджеры факультета «Безопасность труда, производства и человека»

Стратегическая сессия "Мировое кафе" (World safe) NEW!	Для руководителей и работников организации с целью понимания процессов, происходящих в коллективе, выявления ресурсов для развития или степени лояльности сотрудников к происходящим или предстоящим изменениям, выявления активной части сотрудников, готовых участвовать во внедрении новых процессов.	По заказу организации Количество участников – от 20 до 200 человек
Профессиональная переподготовка по программе «Специалист по управлению персоналом»	Для руководителей подразделений (служб) управления кадрами и трудовыми отношениями. Для специалистов по кадрам и профориентации. Для специалистов кадровых служб и учреждений занятости	Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий) По мере поступления заявок
По программе профессиональной переподготовки «Специалист по организационному и документационному обеспечению управления организацией» NEW!	Для административно-управленческого персонала (секретарь-администратор, делопроизводитель, секретарь руководителя, помощник руководителя)	Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий) По мере поступления заявок

9. Подготовка по направлению «Телекоммуникационные системы связи и средства автоматизации» ☎ (347) 272-65-45, 250-96-19, 251-18-08 – менеджеры факультета «Промышленная и энергетическая безопасность»

По программе повышения квалификации работников предприятий связи по курсу «Монтаж муфт и оконечных устройств на ВОЛП»	Для специалистов предприятий связи в области монтажа муфт и оконечных устройств на ВОЛП с отработкой практических навыков	12.11-16.11
По программе повышения квалификации персонала предприятий связи по курсу «Строительство, монтаж и измерения волоконно-оптических линий передачи»	Для специалистов предприятий связи в области организации и проведения строительства волоконно-оптических линий передачи (ВОЛП), приобретение практических навыков по измерениям параметров ВОЛП и монтажу оконечных устройств, оптических муфт и кроссов	17.10-30.10
По программе повышения квалификации персонала предприятий связи по курсу «Аварийно-восстановительные работы, монтаж и измерения на волоконно-оптических линиях передачи»	Для специалистов предприятий связи в области организации и проведения аварийно-восстановительных работ (АВР) на волоконно-оптических линиях передачи (ВОЛП), ранее не работавших с ВОЛП	10.12-21.12
По программе повышения квалификации «Эксплуатация, монтаж и измерения волоконно-оптических линий передачи»	Для специалистов предприятий связи в области организации и проведения технической эксплуатации волоконно-оптических линий передачи (ВОЛП), приобретение практических навыков по измерениям параметров ВОЛП и монтажу оконечных устройств, оптических муфт и кроссов	17.10-30.10
По программе «Строительный контроль за организацией строительно-монтажных работ на ВОЛП»	Для обучения специалистов подразделений связи базовым понятиям передачи информации по оптическим волокнам, нормируемым характеристикам составных частей ВОЛП, требованиям нормативно-технических документов по порядку строительства и приемки в эксплуатацию волоконно-оптических линий связи.	10.12-13.12

Подготовка осуществляется и по другим программам по мере комплектования групп или по индивидуальной заявке предприятия-заказчика. Возможна разработка новых программ, обеспечивающих оптимальную стратегию обучения, наилучшим образом отвечающую потребностям конкретного производства. Полный перечень реализуемых институтом образовательных программ размещен на сайте www.bmirk.ru
Для Вашего удобства работают территориально обособленные подразделения ЧОУ «Межотраслевой институт» с компьютерными классами для подготовки к тестированию с применением обучающе-контролирующих систем.
Институт применяет электронное обучение, дистанционные образовательные технологии (по желанию Заказчика).
Повышение квалификации в территориально обособленных подразделениях ЧОУ «Межотраслевой институт» по некоторым программам возможно с использованием дистанционных образовательных технологий посредством вебинаров (виртуальная on-line версия аудиторного обучения).

Телефоны для справок:

☎ (347) 272-92-19 – старший менеджер факультета «Безопасность труда, производства и человека» Игнатова Нана Владимировна
☎ (347) 250-96-19 – старший менеджер факультета «Промышленная и энергетическая безопасность» Ломакина Елена Борисовна
☎ (347) 272-52-74, 251-17-75 – телефоны для справок
☎ Факсы для принятия заявок: (347) 272-35-43, 273-82-65, 251-17-75
☎ (347) 272-33-06 – менеджер по работе с регионами Малявина Ольга Владимировна, факс для принятия заявок: (347) 272-35-43
Филиал «Белорецкий»: г. Белорецк, ул. Тюленева, 14, тел.: 8(34792) 4-82-48, 8 917 34 64 866
Филиал «Дюртюлинский»: Дюртюлинский р-н, село Иванаево, ул. Комсомольская, 3, тел.: (34787) 3-63-13
Филиал «Нефтекамский»: г. Нефтекамск, ул. Ленина, 17, тел.: (34783) 4-81-77
Филиал «Октябрьский»: г. Октябрьский, ул. Северная, 21, тел.: (34767) 5-55-78
Филиал «Сибайский»: г. Сибай, ул. Заки Валиди, 44, тел.: (34775) 3-35-47
Филиал «Стерлитамакский»: г. Стерлитамак, ул. Мира, 2 «б», 4 этаж, офис № 47, тел.: (3473) 21-26-82
Филиал «Курганский»: г. Курган, ул. Кирова, 51, тел.: (3522) 42-63-03
Филиал «Челябинский»: г. Челябинск, пл. МОПРа, 10, тел.: (351) 247-94-29, 8 987 482 86 38
Учебный пункт «Салаватский»: г. Салават, пр. Нефтяников, 8, тел.: (3476) 35-57-87, 8-987-629-88-61
Отдел «Черниковский»: г. Уфа, ул. Мира, 14, тел.: (347) 279-97-43

СПЕЦИАЛИСТУ НА ЗАМЕТКУ

НЕОБХОДИМАЯ ОЦЕНКА

ГОССТАНДАРТ ПОМОЖЕТ ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ СОСТОЯНИЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ОХРАНОЙ ТРУДА

Функционирование системы управления охраной труда (СУОТ) в каждой организации требует периодической оценки ее эффективности. ГОСТ 12.0.230.3 «Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Оценка результативности и эффективности», введенный в действие с 1 января 2018 года, регламентирует эту деятельность.

От ГОСТа к ГОСТу

Оценка, предложенная стандартом, подразумевает постоянный сбор и анализ данных и тенденций их изменения в лучшую сторону. Для чего эта процедура нужна организации? Во-первых, она позволяет реализовывать системный подход к совершенствованию процедур деятельности, требующих улучшения. Во-вторых, получать объективные данные о текущем состоянии СУОТ. В-третьих, определять, что в данной ситуации должна сделать организация для совершенствования направлений улучшения. Ну и, конечно, она помогает внедрять лучшие инициативы и методы СУОТ в повседневную практику.

Стандарт развивает положения ГОСТ 12.0.230 – 2007 «Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Общие положения» и ГОСТ 12.0.230.2 – 2015 «Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Оценка соответствия. Требования», но может применяться самостоятельно.

ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА

КАК ВЫЖИТЬ В КОЛЛЕКТИВЕ?

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ АДАПТАЦИИ НА НОВОМ РАБОЧЕМ МЕСТЕ

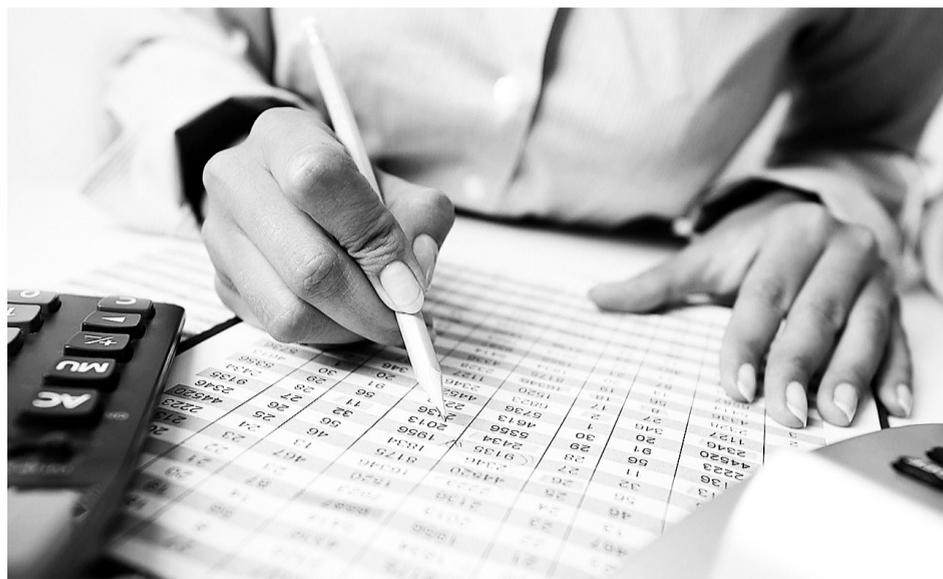
Устраиваясь на работу, мы сталкиваемся со множеством трудностей. Но первое, о чем начинает думать каждый: как сложатся отношения с руководителем и как примет новичка коллектив. Есть ли универсальные рецепты того, как понравиться начальнику и подружиться с коллегами? Конечно, есть! И к адаптации на новом рабочем месте мы советуем вам обязательно подготовиться.

Все мы разные...

Такова жизнь, что все мы разные. Люди отличаются друг от друга воспитанием, кругозором и интересами. У каждого начальника свой стиль управления – чаще тирания, чем демократия. А что касается коллективов – тут точно не угадаешь, куда попадешь. Но обычно новичков не любят, им не помогают, стараются на них клеветать. Конечно, есть примеры, когда начальник идеальный, коллеги принимают хорошо, а человек, который пришел на новое место, неплохой психолог и суперпрофессионал. Но таких примеров немного, и рассматривать их мы не будем. Будем готовиться к худшему.

Под чьим руководством?

– Я довольно легко устроилась на новое место, – рассказывает менеджер Эльвира. – Немногословный начальник дал пробное задание и по его результатам принял на работу. Но то, что началось дальше, не хочется и вспоминать. Руководитель со мной не общался, если общался, только через заместителя. Мне не объясняли конкретно, чего от меня ждут. Некоторые задания я выполняла с закрытыми глазами. Меня не учили, не хвалили, не делали выговоров... В общем, я обрадовалась, когда через полтора



С примерами и методикой

Каждая организация вправе сама по себе выбирать показатели, критерии и методики оценки результативности и эффективности своей деятельности по охране труда. В качестве показателей могут быть индикаторы, индексы, коэффициенты. Главное, чтобы они отражали состояние условий труда, соблюдение требований охраны труда, применение методов управления рисками и другие достижения организации в этой области. Показатели результативности и эффективности деятельности организации в области охраны труда по возможности

должны быть выражены количественно. При этом могут использоваться абсолютный и относительный показатели, а также показатели недостаточной результативности и эффективности деятельности.

В ГОСТе, кстати, даны примеры показателей результативности и эффективности системы управления охраной труда. По каждой из позиций приведена методика их расчета, например по травматизму и профзаболеваемости, обеспеченности работников средствами индивидуальной и коллективной защиты, санитарно-бытовому обслуживанию. Кроме того, в ГОСТе даны примеры статистических показателей для оценки результативности и эффективности деятельно-

КСТАТИ

Межгосударственный стандарт ГОСТ 12.0.230.3 «Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Оценка результативности и эффективности» стал национальным стандартом Российской Федерации согласно приказу Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 31 мая 2017 года № 471-ст. Введен в действие с 1 января 2018 года.

сти в области охраны труда субъектов права, включая органы управления, надзора и контроля; примеры методов математической обработки и предоставления данных для индикации (расчета показателей).

Поможет в работе

Введенный ГОСТ является большим подспорьем для практической работы не только в сфере систем управления охраной труда, но и в целом служб охраны труда организаций (в случае отсутствия разработанных систем) в части наименования показателей, их числения и практического применения.

Нужно помнить, что все ГОСТы в Российской Федерации предназначены для добровольного применения и они будут носить обязательный характер при формировании работодателем локальных нормативных актов, касающихся жизни и здоровья работников.

Александр ПОПКОВ,
доцент кафедры «Охрана труда»
ЧОУ «Межотраслевой институт»

года фирма закрылась и меня уволили.

Требовать, чтобы начальник стал тебе другом, мы не вправе. Как же лучше вести себя с руководителем, который держит дистанцию с подчиненными? Главное, не вступайте в противоборство с таким боссом. Просто покажите ему, что вы – профессионал, который необходим компании. Обязательно соблюдайте границы деловых отношений: вовремя приходите на работу, сдавайте в срок отчеты, старайтесь наладить диалог. Кроме того, лучше не обсуждать высокомерие начальника и не плести интриги против него с коллегами.

Купите торт!

Вас взяли на работу, и начальник к вам отнесся дружелюбно? Не спешите радоваться. Заходите в отдел, где вам предстоит трудиться, как разведчик на чужую территорию! Помните: неприятие новичка – нормальная реакция сложившегося (возможно годами) коллектива. И ведь действительно, о вас никто ничего не знает, вы еще не показали себя в работе, да и одежда у вас какая-то слишком яркая. Что делать? Банально купить торт и за чаем познакомить себя с коллегами. Не говорите много! Кратко, но интересно расскажите о себе. Поинтересуйтесь, кто и как давно работает в организации. Слушайте внимательно, смотрите в глаза, улыбайтесь. Даже если вы замкнутый и необщительный человек, в первое время придется быть обаяшкой.

– Я попала в сложившийся и не слишком дружелюбный коллектив. Вначале у меня не было даже рабочего места, и задания приходилось выполнять за чужими компьютерами. И все, за чьими ноутбуками я работала, говорили, что я им что-то испортила или удалила. Все до одного. Я тихо терпела. Коллеги меня игнорировали вплоть до того времени, пока мы не поехали в совместную командировку. Пожив со мной плечо к плечу



несколько дней 24 часа сутки, узнав, что я доброжелательная, веселая и неплохо пою в караоке, меня наконец-то приняли! – делится логист Елена.

Правильная тактика

Итак, чай с тортом попили, следующий шаг – залечь на дно! Первый месяц на новой работе выполняем порученные задания и все. Не проявляем никаких инициатив, только наблюдаем. За это время вы узнаете самое важное: какова манера общения в коллективе, кто из работников самый опытный, кто самый авторитетный... Поймете такие банальные вещи, как стиль одежды, сколько раз в день можно пить чай, можно ли отпрашиваться на час раньше. Помните, понадобится время, чтобы вы узнали людей и чтобы вас узнали как профессионала и как человека.

Выходя на новое место, напишите план вхождения в должность. Что вы знаете о своей работе, а что надо уточнить? Какой круг ваших обязанностей, а что вы не должны делать? Не стесняйтесь задавать вопросы еще на этапе устройства на работу: у кадровика можно, например, попросить должностную инструкцию и сфотографировать ее. У руководителя уточнить, будут ли задания вне этой инструкции.

Что касается общения с коллегами, то в первое время лучше выбрать формальные отношения. Не пытайтесь дружить, не будьте слишком откровенны, сдерживайте свои эмоции. Будьте профессионалом, покажите другим свой рабочий настрой – так вы будете менее уязвимы, избежите конфликтов и лучше сольетесь в новый коллектив.

Юлия СУЛТАНОВА

ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ?

СТОИТ ЛИ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПРИВЫЧНЫХ МОЮЩИХ СРЕДСТВ И КОСМЕТИКИ?



Современный человек ежедневно пользуется большим количеством косметических средств. При этом, находясь под гипнозом рекламы, большинство из нас даже не подозревает, что это вредно для нашего организма.

Мой до дыр

Шампуни и крема постепенно впитываются в кожу и накапливаются в жировых тканях, а также печени, почках, органах репродукции и мозге. Производители, конечно же, говорят, что этого не происходит, но факты говорят сами за себя: врачи находят промышленные пластификаторы-фталаты в моче, консерванты-парабены – в опухолях молочных желез, искусственные ароматизаторы и антибактериальные средства – в молоке кормящих матерей.

Кожный покров человека имеет три важные функции: всасывающую, выделительную и защитную. При мытье стандартными средствами мы нарушаем работу каждой из них. Во-первых, все токсины, которые содержат стандартные средства гигиены, всасываются в мышечные ткани, а оттуда в кровь. Во-вторых, от природных чистящих средств закупориваются кожные поры, от чего ухудшается контакт кожи с окружающей средой. И в-третьих, всякий раз, когда мы моем тело мылом, тем более с мочалкой, мы сдираем с себя защитный покров кожи, а значит, кожа подвергается контакту с микробами и бактериями окружающей среды. Для полного восстановления покрытия требуется от 24 до 48 часов, но в это время мы опять нарушаем защитный слой.

При выборе мыла стоит обратить внимание на присутствие двух самых нежелательных составляющих: пропилен гликоля и лаурил сульфат натрия. Пропилен гликоль вытесняет из

глубинных слоев кожи на поверхность важные компоненты, вызывая в ряде случаев повреждение почек и нарушение в работе печени. Пропилен гликоль часто содержится также в увлажнителях для тела и пенах для ванн. Лаурил сульфат натрия удаляет жир, но при этом сушит кожу, вредит глазам и печени. Заменители пропилен гликоля и лаурила не менее вредны.

Белее снега

Как свидетельствует история, чистить зубы люди начали не ради здоровья, а ради красоты – чтобы зубы были белыми. Ну а потом принялись утверждать, что это именно «для здоровья». Нас пугают кариесами и другими заболеваниями. Но почему тогда животные пользуются своими зубами всю жизнь, не ходя каждый год к стоматологу?

Основной компонент почти всех зубных паст – все тот же лаурил сульфат натрия. Это дешевое моющее средство, первоначально предназначавшееся для мытья промасленных частей двигателей, полов в гаражах. Он необыкновенно активен, быстро проникает в организм через кожу и слизистые оболочки. С током крови накапливается во внутренних органах: печени, почках, сердце, головном мозге, вызывает катаракту глаз. Лаурил сульфат натрия – сильнейший абразив, и отбеливающий эффект паст, содержащих его, достигается путем отшлифывания, которое приводит к стиранию эмали зубов.

Другая опасность зубных паст – фторид. В 1977 году доктор Дин Берг, бывший заводчелом клеточной биохимии в Национальном американском институте карциномы, и доктор Ямуяниис, биохимик, президент Фонда Безопасности Воды, в своих исследованиях доказали, что фторид канцерогенен, то есть является веществом, вызывающим рак. К этому же выводу привели исследования в Колледже стоматологии Японии. Кроме того, избыток фтора является причиной артрита, радикулитов, остеохондрозов и аллергических реакций.

Сегодня совершенно безвредных моющих средств – сколько бы они ни стоили – не бывает. Но всегда можно найти для себя много альтернатив, которые сделаны из природных компонентов и не приносят вреда.

Павел ПЕТРОВ,
преподаватель кафедры «Экология»
ЧОУ «Межотраслевой институт»

ВЛЕВО – ВПРАВО

ОТВЛЕКАЕМСЯ НА КОРОТКИЙ ПЕРЕРЫВ С ПОЛЬЗОЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ



Авторы методического пособия «Производственная гимнастика с учетом факторов трудового процесса» считают, что занятия гимнастикой на рабочем месте повышают работоспособность, укрепляют здоровье и предупреждают утомление. Одна из коротких форм подобной зарядки – физкультурминутка. Она позволяет локально воздействовать на утомленную группу мышц, а значит, улучшить самочувствие.

Сегодня предлагаем физкультурминутку для профессий, относящихся к первой группе труда. В деятельности их представителей преобладает нервное напряжение при незначительной физической нагрузке и однообразных рабочих движениях. В эту группу, например, попадают инженеры-технологи, акушеры, авиационные техники, геодезисты, специалисты по кредитному брокериджу, специалисты по логистике на транспорте, специалисты по ипотечному кредитованию, инженеры-программисты, специалисты по охране труда.

Рекомендуется начать физкультурминутку с гимнастики для глаз:

- ✓ расслабить верхнее веко (закрывать глаза);
- ✓ поочередно фокусировать взгляд на удаленном и близко находящемся предмете;
- ✓ несколько секунд поморгать глазами;
- ✓ вновь расслабить верхнее веко.

А теперь приступаем к основным упражнениям:

Повернитесь

Исходное положение (И.П.) – широкая стойка (ноги на ширине плеч). 1. Выполнить поворот в левую сторону с одновременным отведением левой руки назад. 2. Вернуться в И.П. 3. Выполнить в другую сторону. Темп средний, амплитуду увеличивать постепенно (5 – 6 раз).

Наклонитесь

И.П. – широкая стойка, руки в стороны. 1. Выполнить наклон туловища влево. 2. Вернуться в И.П. 3. Повторить упражнение в другую сторону. Темп средний, амплитуду увеличивать постепенно (3 – 4 раза).

К ноге

И.П. – основная стойка (пятки вместе, носки врозь, руки опущены вдоль туловища). 1. Наклон вперед, правую ногу вытянуть вперед и поставить на пятку. 2. Вернуться в исходное положение. 3. То же с другой. Наклон на выдохе (4 – 6 раз).

Сели – встали

И.П. – широкая стойка, ноги врозь, руки опущены вдоль тела. 1. Выполнить полуприсед (приседание наполовину). 2. Разогнуть левую ногу, одновременно правую руку, согнутую в локте, отвести в сторону. 3. Выполнить в другую сторону. Темп средний, умеренно быстрый, амплитуду увеличивать постепенно. Для усиления эффекта упражнение выполняется с каким-либо предметом или отягощением в руке (8 – 10 раз).

Марат ШАФИКОВ

ВНИМАНИЕ!

ПОДПИСКА – 2019

ПРОДОЛЖАЕТСЯ 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, профи-

лактического 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 «Актуальные вопросы трудовых отношений» (1 октября), «Изменения в природоохранном законодательстве» (18 октября) и «Организация производственного контроля при эксплуатации подъемных сооружений, не подлежащих учету в Ростехнадзоре» (19 октября). Подробности об участии – по телефону 251-56-80.

23-26 октября

Российский Энергетический Форум
Russian energy forum



#энергетикаурала #рэф

+7 (347) 246-41-93 www.energovbk.ru, www.refbvk.ru
energo@bvkexpo.ru, kongress@bvkexpo.ru vk.com/ref_02 energobvk energyexpo

Уфа/Ufa 2018

Международная выставка
Энергетика Урала

Выставка энергетического, электротехнического оборудования и энергоэффективных технологий

ВАНХЭКСПО

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» № 31 (709), 21 сентября – 4 октября 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 № 1561. Номер подписан в печать: по графику 20.09.2018 г. в 14.00; фактически 20.09.2018 г. в 13.40. Цена свободная. Полугодовой индекс – 04169.