

#Ласточка

№35 (248)

11 ноября

2022 г.

Еженедельная электронная газета Нефтегазстройпрофсоюза России

2 Будь на связи с Профсоюзом!

3 Следите за новостями о мероприятиях в период проведения заседания Российского Совета профсоюза!

4 Здоровый коллектив — здоровое предприятие

7 «Башнефть-Переработка»: курс на производственную безопасность

9 «С любовью к русским поэтам»

11 «СИБУР Профсоюз» в числе медиалидеров

12 Цифровая гигиена



Будь на связи с Профсоюзом!



◆ Хочешь быть в курсе всех мероприятий, проводимых профсоюзными организациями во всех уголках нашей необъятной Родины?



◆ Узнавать первым главные профсоюзные новости в режиме онлайн?



◆ **Подпишись на наши аккаунты в соцсетях**



◆ Мы готовы предложить самый удобный путь для решения твоих задач.



◆ В твоих планах – погрузиться в историю профсоюзного движения, стать настоящим профсоюзным лидером?



**Будь в курсе.
Будь на связи.
Будь со всеми.**

Нефтегазстройпрофсоюз России:



vk.com/ngsrossii



t.me/ngsprf

ФНПР:



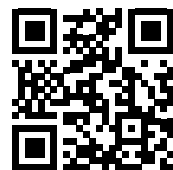
vk.com/fnprru



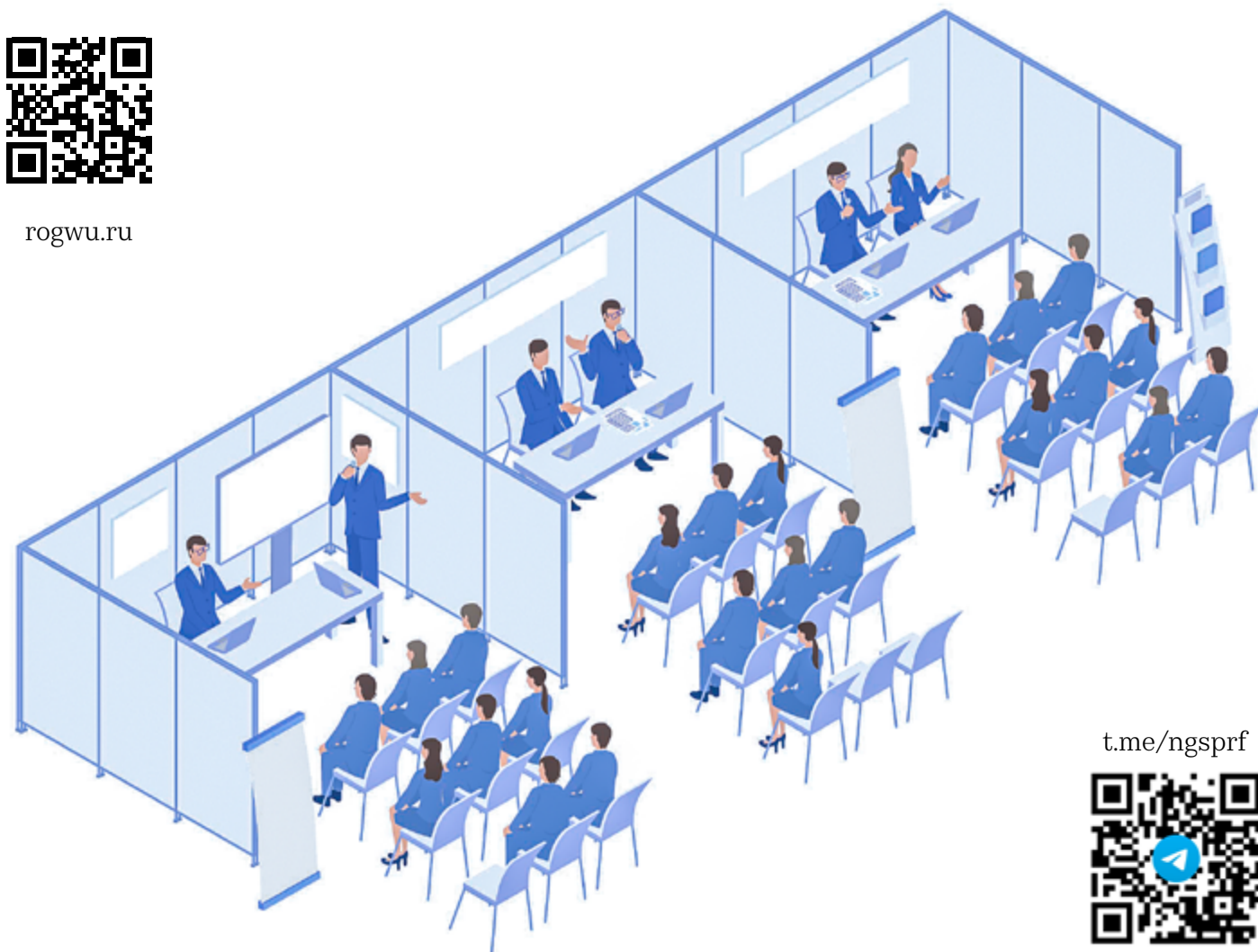
t.me/FNPR_official

Следите за новостями о мероприятиях в период проведения заседания Российского Совета профсоюза!

С 14 по 17 ноября в Москве пройдет целый ряд важных плановых мероприятий Профсоюза с широким участием профсоюзных активистов всех уровней.



rogwu.ru



- 14 ноября состоится заседание Молодежного Совета профсоюза и обучающий семинар для молодых профсоюзных лидеров.
- 15 ноября пройдут заседания Президиума Профсоюза и постоянных комиссий Российского Совета профсоюза.
- 16 ноября весь день будет посвящен обучению членов постоянных комиссий Российского Совета профсоюза.
- 17 ноября – заседание Российского Совета профсоюза и семинар-совещание с представителями профсоюзных организаций ДНР, ЛНР и Запорожской области.

Ежедневно все новости о принимаемых на мероприятиях решениях в максимально оперативном режиме будут публиковаться на официальном сайте Профсоюза, в социальных сетях на страницах Нефтегазстройпрофсоюза России и Telegram-канале «Мазутная конституция».

Не пропустите все самое важное!

t.me/ngsprf



Здоровый коллектив — здоровое предприятие



Спорт объединяет, сплачивает людей в одну команду, вдохновляет, раскрывает каждого человека как личность, закаляет характер, дарит энергию и позитив. Именно поэтому профсоюзная организация пермского СИБУРа решила провести неформальную встречу с сотрудниками предприятия в весьма оригинальном формате фитнес-ланча.

Более 50 работников АО «Сибур-Химпром» во главе с генеральным директором Данилом Рассказовым собрались в спортивном зале недавно построенного административно-бытового комплекса, чтобы поговорить о новых возможностях заботы о своем здоровье, которые подарило коллективу руководство компании. Денис Цыпляков, специалист по укреплению здоровья и продвижению ЗОЖ первичной профсоюзной организации «Сибур-Химпром», рассказал участникам фитнес-ланча с профсоюзом о том, какие занятия и программы тренировок доступны на сегодняшний день сотрудникам завода, познакомил с расписанием спортивного зала и представил инструкторов фитнес-зоны.

«Здоровый образ жизни — осознанный выбор наших сотрудников. Мы видим, что с каж-

дым годом все больше работников вовлекают в спортивную жизнь предприятия сами и привлекают свои семьи. Немалую роль в этой тенденции играет личный пример руководителей компании, которые бегут марафоны, сдают нормативы ГТО, посещают спортивные залы, участвуют в забегах и спартакиадах вместе с трудовым коллективом. Можно перефразировать известное выражение: «В здоровом теле – здоровый дух» на «Здоровый коллектив – здоровое предприятие» – с такими словами обратилась и.о. председателя профсоюзной организации Надежда Белогова к собравшимся во время встречи.

Первый блок фитнес-ланча был посвящен разминке. Ведь для продуктивной беседы необходимо отличное настроение и заряд бодрости. Тренер тренажерного зала Алексей Южаков разогрел публику несложной, но эффективной зарядкой. А дальше гости мероприятия вместе с инструктором групповых занятий Ксенией Тороповой взбодрились на зажигательном мастер-классе по зумбе, самбе и бочате. Всего несколько минут – и вот перед нами совсем другие люди: улыбки, горящие глаза, просто океан позитивных эмоций и заряженной энергии. Вот так прямо на глазах меняет людей спорт.

Во второй части встречи сотрудники пообщались с тренерами нового спортивного зала «Сибур-Химпрома», которые с радостью отве-



тили на все вопросы: с чего начать, как лучше тренироваться, как правильно питаться, как похудеть, как снять напряжение, какие существуют рекомендации при частых болях в спине от сидячей работы и многие другие.

«Большой плюс этого фитнес-зала заключается в том, что тут есть своя аура. Важно, чтобы человек, который пришел, особенно

впервые, на тренировку, почувствовал себя «своим», не стеснялся. Могу с уверенностью сказать, как инструктор, работавший в крупных спортивных клубах города, что в фитнес-зале «Сибур-Химпрома» почти семейная атмосфера: дружеская и теплая», – поделился своими впечатлениями о работе с сибуровцами тренер Алексей Южаков.

Ну и, конечно же, если профсоюз приглашает на ланч, он всегда готовит что-то вкусное и полезное. На этот раз гостям предложили закуски из овощей с вкуснейшим хумусом, питательные орехи, фрукты, злаковые и фруктовые батончики и освежающие напитки.

В завершение встречи амбассадор СИБУРа по бегу Денис Пищальников анонсировал, что в ближайшем будущем он возобновит проведение так любимых до пандемии минуток здоровья. Как отметил Денис, такие небольшие разминки, не требующие подготовки и даже спортивной одежды, не только помога-



ют снять напряжение во время рабочего дня, взбодриться и немного переключиться, но и являются командообразующими.

Мероприятие закончилось, а хорошее настроение и заряд положительных эмоций у участников встречи теперь на весь оставшийся день.

Первичная профсоюзная организация «Сибур-Химпром» планирует обязательно повторить фитнес-ланч, ведь от работников предприятия поступило много добрых и теплых отзывов о таком необычном формате встречи. Кто знает, может, и это станет еще одной хорошей традицией?

Уполномоченные по охране труда профсоюзной организации «Башнефть-Переработка» прошли обучение по программе участия в проведении Специальной оценки условий труда (СОУТ).

«Башнефть-Переработка»: курс на производственную безопасность



Обучение прошло на базе Института повышения квалификации профсоюзных кадров Уфы. Участниками первого потока стали 20 работников филиалов «Башнефти».

Важность повышения квалификации уполномоченных по охране труда отметил на открытии семинара председатель профсоюза «Башнефть-Переработки» Айрат Нураев: «Это важная составляющая эффективной работы Профсоюза, и реализация этой программы обучения охватит всех уполномоченных по охране труда. Законодательство в сфере охраны труда усложняется и становится все более эффективным. СОУТ – одна из важных процедур при организации рабочего процесса, поэтому и общественный контроль в этом направлении требует более глубоких знаний и подготовки. Мы хотим не только сохранить компетенции наших общественных помощников, но и совершенствовать базу их знаний».

В ходе обучения уполномоченные ознакомились с нормативными положениями проведения Специальной оценки условий труда, по-



рядком ее реализации, оценками и измерениями опасных производственных факторов.

Закрепить теоретическую часть помогла специальная игра в формате мозгового штурма, где участники моделировали процедуру подготовки и участия в СОУТ в качестве уполномоченных по охране труда.

— Курс обучения был очень информативен и отлично организован: сами лекции построены так, что вовлекали всех в диалог. Я узнал много нового и еще больше осознал важность работы уполномоченных по охране труда и ту ответственность, которую каждый из нас берет на себя, принося общую пользу, — поделился своим мнением уполномоченный по охране труда «Уфанефтехима» Аяз Сахаутдинов.

Каждый прошедший обучение получил не только важные знания, но и соответствующий сертификат, дающий право вести СОУТ для обеспечения общественного контроля в области охраны труда.

Обучение уполномоченных по данной программе будет проходить до конца 2022 года. В дальнейшем ППО «Башнефть-Переработка» планирует продолжить реализацию программ в направлении охраны труда: намечены семинары по внедрению лучших практик и актуализации нормативных документов в соответствии с действующим законодательством.



В минувшие выходные профсоюзный комитет АО «ТАНЕКО» организовал для работников предприятия — членов Профсоюза — поэтический вечер.

Мероприятие проходило в центральной библиотеке имени Габдуллы Тукая г. Нижнекамск, где пришедшая публика смогла себя почувствовать идеально комфортно в стенах хранильницы культурно-исторического наследия.

Литературный вечер открыла руководитель студии актерского мастерства «ЕщеНеТеатр» Лидия Егорова, которая с первых же минут окунула поклонников поэзии в творчество Есенина. Поэтическая встреча проходила в формате открытого микрофона, и каждый ценитель поэзии на протяжении всего вечера мог поделиться творчеством русских поэтов, родившихся в октябре. Звучали стихотворения Сергея Есенина, Марины Цветаевой, Михаила Лермонтова, Ивана Бунина. Читались стихи, не похожие друг на друга, но в любом из них каждый из выступающих стремился раскрыть себя, свой внутренний мир, поделиться со слушателями своими чувствами, переживаниями.

«Поэтический вечер оставил глубокий след и приятные воспоминания в моем сердце. Будем надеяться, что это превратится в добрую

«С любовью к русским поэтам»





традицию с большой историей», — делится своими впечатлениями Лилия Александровна.

«Я получила огромное эстетическое наслаждение от теплой встречи, хотелось бы поблагодарить профсоюзный комитет за столь радушный прием», — слова благодарности от Фариды Мифтаховой.

В завершение вечера председатель ППО АО «ТАНЕКО» Ренат Сибгатуллин поблагодарил чтецов за прекрасное и эмоциональное выступление и вручил им в знак благодарности сборники русской поэзии.

Прошедшее мероприятие не первое в летописи «ТАНЕКО». Уже проводились подобные вечера, посвященные творчеству выдающихся сынов Отечества. И каждый раз они оставляли глубокий след и приятные воспоминания в сердцах людей. Будем надеяться, что это мероприятие превратится в традицию с большой историей. Читайте стихи, друзья, в них опора и утешение...

Текст: Ирина Махмутова,
инженер АО «ТАНЕКО»



Межрегиональная профсоюзная организация «СИБУР Профсоюз» вошла в шорт-лист победителей профессионального конкурса корпоративных СМИ «Медиалидер-2022».

Журнал «СИБУР Здоровое будущее» стал призёром в номинации «Лучший корпоративный журнал».

Журнал «СИБУР Здоровое будущее» выпускается с 2017 года по инициативе председателя «СИБУР Профсоюза» Вячеслава Харитоновича и при поддержке руководства компании.

В этом году в шорт-лист победителей попали 55 PR-проектов от представителей бизнеса, госсектора и некоммерческих организаций за 2021–2022 годы. Всего на конкурс было подано 350 заявок из разных регионов России, а также стран ближнего и дальнего зарубежья. Участники оценивались в 19 номинациях.

Какое именно из трех призовых мест получит проект «СИБУР Профсоюза», станет известно на церемонии награждения 2 декабря.

«СИБУР Профсоюз» в числе медиалидеров



Несмотря на достаточно высокую отказоустойчивость современных устройств, рано или поздно они выходят из строя. При отсутствии систематического создания резервных копий поломка устройства зачастую будет сопровождаться утратой критически важной информации.

И если в случае с потерей отсканированных документов архив еще будет возможно восстановить, то в случае с фото- и видеоматериалами потеря, скорее всего, будет невозможной.

При организации бэкапирования (от англ. backup — резервный — процесс создания резервной копии данных) необходимо учитывать основные источники проблем:

- физическая порча или утрата носителя;
- удаление или ошибочная правка оригинальной информации пользователем;
- сбой программного обеспечения;
- повреждение данных вредоносным ПО.

Критически важная информация должна иметь минимум три независимые резервные копии. Под независимостью подразумевается отсутствие связи между устройствами, на которых хранится копия. В первую очередь автономность каждой копии необходима для защиты от всех вышеперечисленных причин потери данных.

Резервные копии



Базовый подход к созданию и хранению резервных копий не подразумевает обязательно применения дорогостоящего ПО и аппаратуры. Для реализации приемлемого минимума достаточно стандартных утилит Windows и бесплатных программ.

Рекомендации:

1. Имейте текущую копию всех важных данных на вашем основном устройстве и периодически ее обновляйте. В случае ошибочного удаления или правки информации эта копия позволит оперативно вернуться к «правильной версии документа».

2. Заведите отдельный внешний диск для хранения долгосрочных бэкапов. Такую копию можно обновлять реже, но необходимо делать это систематически, иначе в случае утраты основного устройства (или носителя с текущей копией) вы вернетесь к архиву с неактуальными данными.

3. Заведите аккаунт в облачном хранилище и сохраняйте там информацию, не содержащую персональные данные. Для подавляющего большинства пользователей будет достаточно объема хранилища, который предоставляется сервисами бесплатно.

4. Для более продвинутых пользователей рекомендуется использование сетевого хранилища, желательно с отключенным доступом в интернет. Такое хранилище представляет собой небольшое устройство с 2–4 жесткими дисками, к которому есть доступ через локальную сеть.

Важно понимать, что все мероприятия по резервному копированию должны иметь системный характер, иначе теряется их основной смысл.

Текст: Симон Газиян, ведущий специалист отдела административного обеспечения аппарата Профсоюза

«Моя профсоюзная карта» — это выгодно и удобно

Подключаясь
к Программе преференций
Нефтегазстройпрофсоюза России,
вы получаете уникальную воз-
можность экономить, пользуясь
услугами наших партнеров.

Для участия в программе необходимо
только направить заявку на выпуск
карт для членов Профсоюза, состоящих
на учете в вашей профсоюзной органи-
зации. Изготовление пластиковых карт,
а также доставка — **БЕСПЛАТНЫ!**



повышение
мотивации проф-
союзного членства



увеличение
численности членов
Профсоюза



повышение
жизненного
уровня членов
Профсоюза



совершенствование каналов
коммуникации с членами
Профсоюза



укрепление
профсоюзного
единства



* для председателей
профсоюзных организаций

По вопросам, связанным с участием
профсоюзных организаций в Программе
преференций, вы можете обращаться
к Сергею Лейканду, начальнику отдела
организационно-профсоюзной работы
аппарата Нефтегазстройпрофсоюза

России,
+7 (915) 017-48-70,
+7 (495) 938-77-88,
leikand@rogwu.ru

По вопросам, связанным
с привлечением партнеров
и взаимодействием с ними, вы можете
обращаться к Симону Газияну,

руководителю проекта
«Программа преференций
«Моя профсоюзная карта»,
+7 (926) 393-08-17,
+7 (495) 938-86-21,
its@rogwu.ru

Нас уже более 450 000! Подключайтесь!

EUROKAPPA



НАУЧНО-КЛИНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР EUROKAPPA ЭТО:

Является клиникой ведущего российского
производителя элайнеров
Лечение: ортопедическая, терапевтическая,
хирургическая стоматология
Самое современное оборудование
Единственная в Москве ортодонтическая клиника,
сертифицированная по международным стандартам ISO 9001
Собственное диагностическое отделение
Персональное сопровождение на протяжении всего лечения

Для получения скидки
необходимо записаться

На сайте



или по телефону

8 (495) 292-65-69

обязательно сообщить оператору
о том, что Вы являетесь членом
Общероссийского профессионального
союза работников нефтяной и
газовой отраслей промышленности
и строительства



ВИНИРЫ
от 11 500 руб.



**ЗУБНЫЕ
ИМПЛАНТЫ**
от 46 750 руб.

Мы предоставим полный
комплект документов
и пошаговую инструкцию для
налогового вычета – до 15 600 руб.!
С 15 октября 2022 года
по 15 декабря 2022 года действует
акция при оплате картой МИР.
Кэшбек 10 процентов на первую
оплату в клинике (не более
2500 рублей в одни руки).
Скидки не действуют при оплате
в рассрочку, а также для тех, кто
проходит лечение на период
старта акции.

Уважаемые участники программы «Моя профсоюзная карта»! Напоминаем о необходимости активации личных кабинетов на сайте программы <https://card.rogwu.ru/login> для получения преференций у партнеров.

**ТОЛЬКО РЕГИСТРАЦИЯ
ЛИЧНОГО КАБИНЕТА
ПОЗВОЛЯЕТ:**

1. Получать спецпредложения и промокоды от партнеров программы, недоступные в общем доступе.
2. Подключаться на выгодные тарифы мобильной связи и приобретать страховые продукты от партнеров программы в онлайн-режиме.

**КАК АКТИВИРОВАТЬ
КАРТУ:**

1. Для активации карты нажмите на кнопку «Личный кабинет», расположенную в правом верхнем углу, или пройдите по ссылке.
2. В появившемся окне введите 16-значный номер карты в поле «Номер карты».
3. В поле «Пароль» введите последние 4 цифры 16-значного номера карты.
4. Нажмите кнопку «Войти».
5. Заполните анкету, введите «Новый пароль», который вы будете использовать в дальнейшем при входе в личный кабинет.
6. Нажмите кнопку «Продолжить активацию».

7. После нажатия на кнопку «Продолжить активацию» на указанный вами в анкете адрес электронной почты придет письмо со ссылкой на страницу активации карты.
8. После перехода по активационной ссылке вы окажетесь в личном кабинете, который предоставит доступ к самым интересным акциям и предложениям от партнеров программы, приглашениям на закрытые мероприятия, розыгрышам подарков и т. д.
9. Данные, указанные в анкете, имеют строго конфиденциальный характер и будут использованы только в целях реализации программы преференций «Моя профсоюзная карта».



Обратите внимание на необходимость вашего согласия с Правилами Программы и на получение информационных рассылок.


- Согласен на получение информационных e-mail-рассылок
- Согласен на получение SMS-уведомлений
- Согласен на передачу своих данных в рамках программы ЭПБ
- Согласен с Правилами Программы ЭПБ.

#Ласточка

Дорогие друзья, коллеги!

Возможно, вы уже заметили, что наша «Ласточка» меняется. Мы очень хотим сделать ее более удобной, современной и интерактивной. Поэтому не стесняйтесь, кликайте все, что кликается, и открывайте все, что открывается.

И конечно же, ждем от вас обратной связи: что получилось хорошо, какие изменения вам нравятся, а что, наоборот, только мешает восприятию. Все свои мысли и пожелания присылайте нам по адресу nesterova@rogwu.ru

- 1 Переход на первую страницу с содержанием
 - 2 Переход к предыдущей или следующей странице
 - 3 Переход к началу рубрики
 - 4 Переход по ссылке
 - 5 Если сфотографировать QR-код смартфоном, можно перейти по указанной в нем ссылке
-  Переход из горизонтального варианта в вертикальный и обратно



Еще больше новостей о деятельности
Нефтегазстройпрофсоюза России
вы найдете на официальном сайте

rogwu.ru



Учредитель:
Общероссийский профессиональный
союз работников нефтяной,
газовой отраслей промышленности
и строительства

Главный редактор:
Александр Корчагин

Ответственный за выпуск:
Анастасия Дубенская


Распространяется бесплатно

Электронная газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций,
рег. номер Эл № ФС77-74685 от 29.12.2018.

Press@rogwu.ru

+7 (495) 938-80-25

Следующий номер «Ласточки» выйдет
18 ноября 2022 года.

Макет:  Дизайн студия «Дом5»
+7 (903) 153 5815