6+

Городской Профсоюз Образования

19 января 2017, **№ 2 (2)**

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

70 лет Краснодарской городской территориальной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ



Уважаемые коллеги!

Краснодарской городской территориальной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ в январе 2017 года исполняется 70 лет. Все эти годы городская организация Профсоюза ведет эффективную работу по решению проблем работников образования, обеспечивая защиту профессиональных, трудовых, социально-экономических интересов членов Профсоюза. Краснодарская городская территориальная организация Профсоюза работников народного образования и науки объединяет 317 первичных профсоюзных организаций, более 20000 членов Профсоюза.

Прошедшие годы становления и развития городского Профсоюза показали как изменилась его роль в связи с процессами, происходящими в государстве и обществе. Но главная цель, ради которой он создавался, осталась неизменной – представительство и защита социальных, трудовых, профессиональных прав и интересов членов Профсоюза направленных на повышение качества жизни.

За эти годы Краснодарская городская территориальная организация Профсоюза работников народного образования и науки РФ не только сохранила, но и укрепила свой авторитет. В настоящее время основной уставной задачей является представительство и защита социально-трудовых прав и интересов членов Профсоюза. Наладилось социальное партнерство с органами власти, большое внимание уделяется безопасности труда и оздоровлению членов Профсоюза. Городской организацией Профсоюза проводится много разнообразных мероприятий, направленных на усиление мотивации профсоюзного членства, совершенствование информационной работы среди членов Профсоюза методическое обеспечение деятельности первичных профсоюзных организаций. Учитывая важность первичного звена в структуре Профсоюза актуальность проблем, которые решаются на местах первичными профсоюзными организациями, комитет городской организации Профсоюза всегда уделял и уделяет особое внимание их деятельности. На сегодняшний день накоплен богатый арсенал форм и методов работы с первичными профсоюзными организациями. Важнейшим показателем в оценке эффективности организационно-уставной деятельности территориальной и первичных организаций Профсоюза является уровень профсоюзного членства работников. Этот показатель стабильно высокий, составляет 97,7% от общего числа работающих в отрасли образования.

Ежегодно проводится коллективно-договорная кампания образовательных организаций г. Краснодара. Заключено 317 коллективных договоров сроком на 3 года. Все коллективные договоры прошли уведомительную регистрацию в отделе по труду ЦЗН г. Краснодара.

На семинарах профактива изучены правовые основы социального партнерства, проведены практикумы: «Подготовка собрания с единой повесткой дня», «Анализ выполнения коллективного договора и заключение нового коллективного договора», «Порядок оформления документов на обеспечение льгот и социальных гарантий педагогическим и другим работникам образовательных учреждений», «Об оформлении нормативных правовых локальных актов, дополнений к коллективному договору в образовательных учреждениях».

На совместных совещаниях председателей первичных профсоюзных организаций с руководителями образовательных учреждений рассматривался вопрос «О ходе коллективной кампании в образовательных учреждениях г. Краснодара».

В целях повышения уровня работы выборных органов комитет городской организации Профсоюза постоянно уделяет внимание работе с кадрами и активом. Проводятся:

– анализ кадрового состава выборных профсоюзных органов – ежеквартально;

– целевые семинары и совещания для профсоюзного актива – ежемесячно;

– изучение опыта работы первичных профсоюзных организаций – ежемесячно;

– регулярное проведение профсоюзных конкурсов;

– информационное оснащение работы профкадров и актива, подписка на профсоюзные издания;

– инструктирование и консультирование председателей первичных профорганизаций и актива;

– социальная защита профкадров и актива.

Сайт сегодня – это важное звено в информационной системе обучения.

С 2011 года действует сайт городской организации Профсоюза где размещены материалы о деятельности Профсоюза проводимых мероприятиях, актуальных и значимых событиях. Созданы страницы, отражающие деятельность каждого направления работы комитета, даются ссылки на необходимые в работе документы и материалы.

Одним из направлений деятельности городской организации Профсоюза является развитие форм социальной поддержки работников образовательных учреждений, руководителей ОУ, председателей первичных профсоюзных организаций и работающих ветеранов педагогического труда за счет средств профсоюзного бюджета:

– материальное поощрение в связи с юбилейными датами членов Профсоюза;

– чествование лучших работников и работающих ветеранов педагогического труда, в связи с юбилеем образовательной организации;

– предоставление бесплатных путевок в Центр отдыха «Рассвет» г. Геленджика и частичная оплата стоимости санаторного лечения.

В Краснодарской городской организации Профсоюза работает штатный правовой инспектор, а также 3 внештатных правовых инспектора.

В целях осуществления профсоюзного контроля за соблюдением трудового законодательства правовыми инспекторами проводятся как тематические проверки, так и проверки по заявлениям (жалобам) членов Профсоюза.

Одним из приоритетных направлений деятельности городской организации Профсоюза является судебная защита членов Профсоюза по обжалованию отказов пенсионных фондов на досрочную страховую пенсию.

Очень значимой является работа по коллективно-договорному регулированию трудовых отношений. Во всех образовательных организациях, состоящих на учете в городской организации Профсоюза заключены и действуют коллективные договоры. Проводится экспертная оценка вновь заключаемых коллективных договоров.

Много внимания уделяется работе с молодежью. Со стороны администрации города, департамента образования и Профсоюза оказывается большая методическая помощь начинающим педагогам.

В 2016 году по инициативе молодых педагогов при поддержке департамента образования и городской организации Профсоюза был создан клуб «Молодой педагог города Краснодара».

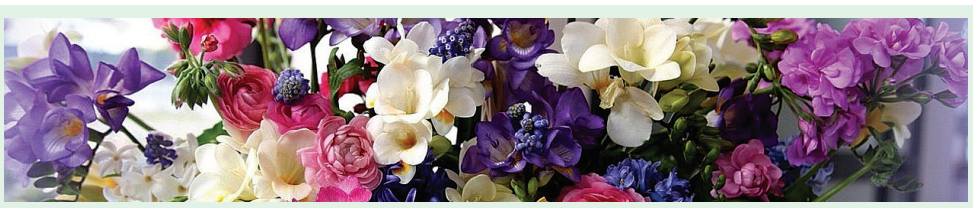
Совместно с департаментом образования было проведено несколько встреч, в ходе которых освещались и поднимались вопросы соблюдения трудового законодательства по защите трудовых прав и гарантий молодых специалистов.

Особое внимание было уделено проведению творческой площадки «Педагогический рост учителя», проходившей в МБУ КСОЦ «Ольгинка», где в течение 7-ми дней члены клуба «Молодой педагог» прошли курс обучения, в том числе и по вопросам правовой грамотности.

Городской комитет Профсоюза последовательно проводит работу по совершенствованию и дальнейшему развитию многоуровневой системы социально-партнерских отношений, включающей в себя городское отраслевое соглашение, городское трехстороннее соглашение и 317 коллективных договоров, которые заключены в каждой образовательной организации. Это направление деятельности успешно развивается.

Тамара Михайловна Хотнянская,
председатель Краснодарской городской территориальной организации Профсоюза

ПОЗДРАВЛЯЕМ НАШИХ ЮБИЛЯРОВ!



Надежду Николаевну Дехтяреву,
председателя профсоюзного комитета МБДОУ МО «Детский сад № 136»

НАШИ ВЕТЕРАНЫ

Память о событиях детства, «опаленного войной»

Много лет работает в нашем учебном учреждении для слепых и слабовидящих детей ГБОУ школа № 91 г. Краснодара медицинская сестра Людмила Николаевна Цап. Ее трудовой стаж составляет 58 лет (!), но и сейчас эта необыкновенная женщина восхищает своим оптимизмом, приветливостью, красотой, высоким профессионализмом. А ведь за плечами ветерана труда тяжелая судьба: годы войны, блокада, потеря родных…

Родилась Людмила Николаевна в 1937 году в военном городке Пулково, под Ленинградом, в семье военного. Мама, Анна Алексеевна Михайлова, была медицинским работником. Старший брат Виктор и сестра Наташа жили с бабушкой, Надеждой Павловной, в Ленинграде, учились в школе, а на летние каникулы приезжали к родителям. Отец, Николай Васильевич Михайлов, капитан второго ранга, служил в морской пехоте, охраняя Финский залив и город-крепость Кронштадт.

В день, когда было объявлено о начале Великой Отечественной войны, 22 июня 1945 года, семью Михайловых вывезли в Ленинград. Через два месяца фашисты окружили город, и люди оказались в блокадном кольце. Людмиле Николаевне в то время было всего четыре года, но она помнит налеты вражеских самолетов, грохот орудий при обстреле улиц, пронзительный звук сигнала тревоги, слезы на лицах взрослых, смерть близких и самое страшное – голод…В октябре 1941 года неожиданно ударили сильные морозы, и к мучительному чувству голода добавились страдания от постоянного, пронизывающего холода. В борьбе с лишениями люди теряли последние силы, но впереди их ждали еще более жестокие испытания: фашисты разбомбили и сожгли продовольственные склады. Продуктов в окруженном городе не осталось. Маленькая Люда стояла в многочасовых очередях за пайкой черного хлеба в 125 граммов на детей и 250 граммов для мамы.

В конце декабря 1941 года фашисты в очередной раз обрушили на упорно сопротивляющийся город артиллерийский удар. Услышав сигнал тревоги, бабушка Надежда Павловна схватила девятилетнюю Наташу и выбежала из квартиры, находящейся на втором этаже коммунального дома, на лестничную площадку. В этот момент немецкий снаряд пробил крышу и взорвался. Через миг на месте жилого дома остались черные руины. В семью Михайловых пришло горе… Бабушки и любимой сестренки уже не было, не было и жилья. Анне Алексеевне с двумя маленькими детьми пришлось поселиться в бомбоубежище.

Нужно было жить дальше. Взрослые с раннего утра уходили на работу, а по ночам дежурили на крышах домов – сбрасывали зажигательные бомбы. В обязанности детей входило поддерживать порядок, присматривать за младшими, помогать старикам и больным. Подростки находили топливо для печки-буржуйки, приносили воду. Вместо мыла готовили щелок: собирали золу, заливали водой, настаивали несколько дней.

27 января 1944 года непокоренный Ленинград был освобожден советскими войсками. В конце лета этого же года Анну Алексеевну и чудом оставшуюся в живых четырехлетнюю Валю разыскали сослуживцы отца и вывезли из разрушенного города.

Людмила Николаевна бережно хранит память о событиях своего детства, «опаленного войной». Самыми главными днями в жизни считает день Победы и день снятия блокады Ленинграда.



А. М. Дудченко,
председатель ПК ГБОУ СОШ № 91
г. Краснодара.

ДОВОДИМ ДО ВАШЕГО СВЕДЕНИЯ

АЛЬФА СТРАХОВАНИЕ

Сотрудничество с компанией «АльфаСтрахование – ОМС»

С целью социальной защищенности членов профессионального союза, расширения перечня страховых услуг и улучшения качества медицинского обслуживания с июня 2016 года краевая организация в рамках договора сотрудничает с компанией медицинского страхования «АльфаСтрахование – ОМС» . Проведено анкетирование работников по вопросам добровольного и обязательного медицинского страхования, совместные акции в День защиты детей и День семьи, любви и верности. В «АльфаСтрахование – ОМС» направлена база данных в электронном виде, для членов Профсоюза уже оформлены именные сервисные дисконтные карты льготного обслуживания с логотипом общероссийского Профсоюза образования. Для членов Профсоюза обладателей дисконтных карт, действует «Программа лояльности», благодаря которой предоставляются льготы в целом ряде клиник и аптек по всему краю на проведение лабораторных и ультразвуковых исследований, магнитно-резонансной томографии, прием специалистов, приобретение медикаментов, оказание офтальмологических и стоматологических услуг. В практике взаимодействия партнеров – проведение бесплатных выездных медицинских профилактических осмотров для владельцев дисконтных карт. Так, данной льготой в 2016 году уже воспользовались: 25 ноября – 42 студента Краснодарского архитектурно-строительного техникума; 28 ноября – 54 работника МБОУ СОШ № 63 г. Краснодара; 9 декабря – 35 членов Профсоюза владельцев дисконтных карт Центра дополнительного образования детей «Созвездие» города Краснодара; 28 декабря прошли обследование 5 работников МУ ДО «Малая академия», 7 человек ГБУ ДО КК «Дворец творчества», 5 членов Профсоюза МБОУ ДО ЦТ «Содружество»; 22 декабря в МАОУ СОШ № 71 прошли обследование 37 человек.

ЗАКОН НА ЗАЩИТЕ ПРАВ ПЕДАГОГОВ

Заключение коллективных договоров



В 2017 году заканчивается срок действия коллективных договоров в образовательных организациях города Краснодара.

В соответствии со ст. 36 Трудового кодекса Российской Федерации представители работников и работодателей участвуют в коллективных переговорах по подготовке, заключению или изменению коллективного договора и имеют право проявить инициативу по проведению таких переговоров.

Руководителям образовательных организаций и председателям профкомов необходимо учитывать все этапы ведения коллективных переговоров:

- заседание профсоюзного комитета об инициировании коллективных переговоров;
- уведомление профсоюзного комитета работодателю учреждения о начале коллективных переговоров;
- постановление профсоюзного комитета о составе комиссии для ведения коллективных переговоров;
- приказ руководителя о создании комиссии по урегулированию социально-экономических отношений;
- протоколы заседаний комиссии по урегулированию социально-экономических отношений;
- протокол собрания трудового коллектива об утверждении коллективного договора.

Порядок ведения коллективных переговоров закреплен в ст. 37 Трудового кодекса Российской Федерации.

Если в ходе коллективных переговоров не принято согласованное решение по всем или отдельным вопросам, то составляется протокол разногласий. Урегулирование разногласий, возникших в ходе коллективных переговоров по заключению или изменению коллективного договора производится в порядке установленном Трудовым кодексом Российской Федерации.

ПРОТОКОЛ ЗАСЕДАНИЯ ПРОФСОЮЗНОГО КОМИТЕТА № ___

От «___» _____20__г.

Присутствуют члены профкома ____
Ф. И. О. председателя _____
Ф. И. О. секретаря _____

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Об инициировании коллективных переговоров по подготовке и заключению коллективного договора.
2. Проект Положения о комиссии по регулированию социально-трудовых отношений ОУ.
3. Утверждение состава комиссии от Профсоюза.
4. О направлении работодателю уведомления в письменной форме с предложением вступить в коллективные переговоры до «___» _____ 201__г.

1.СЛУШАЛИ: (Ф. И. О., должность)
_____
(краткое содержание выступления)
ВЫСТУПИЛИ: (Ф. И. О., должность) _____
_____
(краткое содержание выступления)
ПОСТАНОВИЛИ: текст постановления на 2-х листах прилагается.
Голосование: «за» – _____; «против» – _____; «воздержались» – _____.
После голосования принято единогласно.

Председатель собрания _____ (подпись)
/_____ФИО_ _____/
Секретарь собрания _____(подпись) _____
/_____ФИО_ _____/
МП

УВЕДОМЛЕНИЕ
Руководителю ОУ_ _____

От «___» _____200__г.

В соответствии со ст. 36 Трудового кодекса РФ, на основании решения профсоюзного комитета от «__»_____20__г. (протокол №__) предлагаем начать коллективные переговоры по разработке и заключению коллективного договора на 20__ – 20___ годы.

Для ведения коллективных переговоров предлагаем:

1. Сформировать на паритетной основе комиссию в количестве ___ человек;
2. Начать коллективные переговоры в течение 7 дней с момента получения данного уведомления;
3. Заключить коллективный договор в срок до «__»_____ 20__г .

В состав комиссии для ведения коллективных переговоров, подготовки проекта коллективного договора и его заключения утверждены на заседании профкома от_____ №____ следующие представители со стороны Профсоюза:

1. _____(Ф. И. О. – председатель ПК)
2. _____(Ф. И. О. – должность, член профкома)
3. _____(Ф. И. О. – должность, член ревизионной комиссии)

Для работы комиссии просим выделить каб. № _____, предоставить информацию, изложенную в приложении к настоящему обращению в профком, необходимую для ведения коллективных переговоров (в приложении указывается перечень запрашиваемых документов).

Председатель первичной
профсоюзной организации _____
___/_____/
(подпись)

Протокол № 1
Заседания комиссии по ведению коллективных переговоров для заключения коллективного договора

Наименование образовательного учреждения
_____
От «___»_____20___г.
Члены комиссии от работодателя: Ф. И. О. (должность)
Члены комиссии от работников: Ф. И. О. (должность)
Председательствующий: Ф. И. О. (должность)
Повестка дня:
1. Утверждение регламента работы комиссии (ответственный – Ф. И. О., должность)
2. Утверждение структуры коллективного договора. (ответственный – Ф. И. О., должность)
3. Формирование рабочих групп по направлениям. (ответственный – Ф. И. О., должность)
4. Избрание председателя на следующие заседания комиссии (ответственный – Ф. И. О., председатель первичной профсоюзной организации).
1-1 Слушали: Ф. И. О., должность.
«Утверждение регламента работы комиссии»
Постановили: регламент работы утвердить.
Голосование: «за»_____чел., «против» _____чел., «воздержались»_____чел.
После голосования принято единогласно.

Председатель _____
Члены комиссии _____

ПРОТОКОЛ №1
Общего собрания работников
(наименование организации)
_____
_____

От «____» «_____20___»

Всего работающих _____ чел.
Присутствуют _____ чел.
Председательствующий _____
_____
Секретарь _____
_____
Приглашенные: Ф. И. О. (должность)
ПОВЕСТКА ДНЯ:
1. О принятии коллективного договора на _____ год(а).
СЛУШАЛИ: Ф. И. О. (должность, краткое содержание беседы)
ВЫСТУПИЛИ: Ф. И. О. (должность, краткое содержание беседы)
_____
ПОСТАНОВИЛИ: 1. Коллективный договор на __20__ – 20___г.г.__ утвердить.
Голосование: «за» – _____; «против» – _____; «воздержались» – _____.

После голосования принято единогласно.
2. Поручить подписание коллективного договора от имени представителей работников председателю первичной профсоюзной организации _____
_____
Голосовали: «за», «против», «воздержались»
После голосования принято единогласно.

Председатель собрания (подпись) (Ф. И. О, должность)
Секретарь собрания (подпись) (Ф. И. О, должность)

С.Н. Балыцкий заместитель председателя, правовой инспектор Краснодарской городской территориальной организации Профсоюза.

МОЛОДЫМ ВЕЗДЕ У НАС ДОРОГА

Как сохранить молодых специалистов в образовательном учреждении

Легко правильно следовать за тем, кто правильно идет впереди.

Я. А. Коменский

Коллектив гимназии в работе с молодыми специалистами ориентируется на вышеприведенное высказывание Коменского. Сегодня в гимназии работают двенадцать молодых специалистов и одиннадцать наставников.

Мы считаем, что на начальном этапе «вхождения в профессию» молодому учителю совершенно необходим успех. Он помогает начинающим педагогам почувствовать себя значимыми, авторитетными, востребованными в профессии людьми. И учителям-наставникам, и руководителю школы целесообразно смоделировать и реализовать такие ситуации, в которых каждый молодой педагог почувствует себя успешным. Для оказания помощи молодым учителям, повышения их профессиональной компетентности были определены «болевые точки» в педагогической деятельности начинающих учителей с целью предупреждения типичных ошибок в обучении и формирования устойчивых профессиональных компетенций и разработана целевая программа «Молодой учитель».

Очень нравится молодым час общения «Расскажи о себе», где они знакомятся друг с другом и рассказывают о себе, о том, почему выбрали профессию учителя, почему пришли в гимназию, а уже в октябре на круглом столе «Основные проблемы молодого учителя» они озвучивают свои проблемы и необходимость в помощи наставников. Каждым наставником был составлен индивидуальный план методической работы с молодым педагогом.

Задача наставника – помочь молодому учителю реализовать себя, развить личностные качества, коммуникативные и управленческие умения. Если мы начнем поражать своего подопечного знаниями и опытом, постоянно опекать его, инструктировать, это приведет, в конце концов, к взаимному непониманию и низкой результативности. Безусловно, высококачественное наставничество связано с компетентностью, опытом и четким распределением ролей. В Положении о Царскосельском лицее, открытом в 1811 году, были сформулированы требования не только к лицеистам, но и к учителям-наставникам. Утверждалось, что учитель-наставник воспитывает учеников самим фактом присутствия, всем своим обликом, отношением к делу, к своей работе, формой общения с учениками, уровнем личной культуры.

Наставник – это человек, обладающий опытом, готовый делиться своими знаниями с менее опытными людьми в обстановке взаимного доверия, он должен просто поднимать дух и поощрять ученика, делясь с ним своим энтузиазмом по отношению к своей работе. Наставники – это люди, которые посредством своих действий и своей работы помогают другим людям реализовывать



свой потенциал.

Вполне очевидно, что нарушение этих принципов ведет к утрате интереса к наставничеству, к его формальной организации.

Подбор наставника осуществляется с позиций совместимости педагогов.

Как показывает опыт, в целях повышения плодотворного сотрудничества наставника и молодого учителя целесообразно предоставлять молодому педагогу возможность самому выбирать, у кого учиться. И действительно, наши молодые сами по обоюдному согласию выбрали себе наставников – тех, с которыми будет работать комфортно и продуктивно.

Выбор форм работы с молодыми специалистами начинается с вводного анкетирования, собеседования, где они рассказывают о своих трудностях, проблемах, неудачах. Затем определяется совместная программа работы начинающего учителя с наставником.

Наставничество – это постоянный диалог, межличностная коммуникация. Не следует бояться таких форм работы с молодежью, когда они сами становятся экспертами: присутствуют друг у друга на уроках, посещают уроки своих старших коллег, рефлексируют, обмениваются опытом, мнениями. Самоанализ очень важен для молодых учителей.

Взгляд на себя со стороны помогает молодому учителю избежать многих профессиональных ошибок и добиться успеха.

Все это ускоряет процесс вхождения начинающего учителя в образовательную педагогическую среду. Учитель чувствует себя увереннее, закрепляется его убеждение в правильном выборе профессии. В результате молодые коллеги смело могут заявить себя на прохождение аттестации на более высокую квалификационную категорию, растет их профессионализм.

Учителя-наставники со своими подопечными создают портфолио молодого специалиста, куда вносятся его педагогические находки, личные достижения и достижения его учеников. Это дает возможность увидеть динамику в профессиональном становлении молодого учителя в процессе наставнической деятельности. Портфолио – своеобразный паспорт повышения профессионального уровня педагога, свидетельствующий о его способностях, самоорганизации, коммуникативных навыках, отвечающий его потребности в практической самореализации. Кроме того, портфолио может быть использовано и как форма полного и разностороннего представления молодого специалиста к аттестации на повышение квалификационной категории. Создание такого документа позволяет избежать формализма в деятельности наставника, адекватно оценивать результаты профессионального роста и позитивных изменений в его профессиональной деятельности.

Постоянное поддержание в нашем коллективе творческой атмосферы мотивирует опытных и молодых учителей на совместную деятельность. В гимназии проводятся совместная экспериментальная, проектная работа, интегрированные уроки, различные внеклассные мероприятия. Важнейшее значение имеют искренняя, доброжелательная атмосфера в коллективе, его традиции, нормальный психологический климат, дружеское участие. Таким образом весь педагогический коллектив выступает как корпоративный наставник.

В коллективный договор гимназии внесены обязательства по закреплению наставников за работниками из числа молодежи в первый год их работы в отрасли, установлению наставникам доплаты за проводимую работу.

А. Г. Ботвиновская,
директор МОУ
гимназии № 87

О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕДСЕДАТЕЛЕЙ ПК

В единстве – наша сила

Я, Мариетта Аракеловна Сиропова, являюсь председателем первичной профсоюзной организации одного из старейших учебных заведений края – МАОУ гимназии № 36, в которой работает 69 человек, из них 6 молодых учителей в возрасте до 35 лет. Все сотрудники являются членами Профсоюза.

Несмотря на небольшой стаж председателя, мне довелось принять участие в конкурсе и стать победителем городского и призером краевого этапа конкурса «Лучшая первичная профсоюзная организация», который проводился в 2016 году. Одержать победу в этом конкурсе помогла серьезная, сплоченная, добросовестная команда – мой ПРОФКОМ! Все члены нашего профкома очень активные, ответственные люди, которые с душой выполняют поручения и творчески подходят к делу.

Наша первичная профсоюзная организация ежегодно активно участвует в различных конкурсах, проводимых городским и краевым профсоюзным комитетами. Мы являемся победителем городского конкурса «Лучшая эмблема Краснодарской городской территориальной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ» .

В 2013 году одержали победу в смотре-конкурсе на лучшую организацию работы в области охраны труда в образовательных организациях Краснодарского края.



Награждены грамотой президиума Краснодарской краевой территориальной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ за активную работу по защите трудовых, социально-экономических прав и интересов членов Профсоюза, обеспечение высокого уровня профсоюзного членства.

Благодаря заинтересованной работе членов профсоюзного комитета при гимназии № 36 организованы занятия фитнесом для работников Профсоюза. Ежегодно для сотрудников гимназии и их семей проводятся «Дни здоровья».

В нашей организации постоянно действует объединение единомышленников, призванное вести работу по уставной, правовой и законодательной деятельности.

Профсоюзному комитету есть, над чем работать. В перспективе – новые проекты по мотивации членства в профсоюзе, организация культурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы, развитие информационной политики и социального партнерства на всех уровнях.

В рамках социального партнерства проводится большая совместная работа профсоюзной организации и администрации гимназии по вопросам социально-экономической защите молодых специалистов, ветеранов педагогического труда. Во всех профсоюзных мероприятиях чувствуется сильная поддержка нашего руководителя – Надежды Николаевны Давыдовой.

Работа в профсоюзе важна: это работа с людьми и для людей. Сделано немало, но сегодня нельзя стоять на месте, нельзя жить прежними успехами, поэтому обновление профсоюзной работы, постоянный поиск, мотивация работать лучше – вот, что волнует нас. Каждый член Профсоюза понимает, что единому, сплоченному, постоянно развивающемуся профессиональному союзу по плечу решение важнейшей задачи – сделать профессию педагога престижной.

Профсоюзному комитету предстоит работать над нерешенными проблемами, суметь еще активнее заявить о роли первичной организации в жизни гимназии. Главными направлениями в этой работе остаются вопросы защиты прав и интересов работников гимназии, соблюдения законности, повышения ответственности за результаты своего личного труда и работы коллектива в целом.

Моя главная цель – сделать профсоюзную организацию МАОУ гимназии № 36 сильной и сплоченной, настоящим ядром нашего дружного коллектива! Пока мы едины, мы непобедимы!

М. А. Сиропова,
председатель ПК МАОУ гимназия № 36

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Как выйти из праздников?

Внимание питанию

После обильных новогодних застолий довольно легко почувствовать токсическое воздействие избытка еды: вздутие и тяжесть в животе, расстройство аппетита, тошнота и боль. Такие симптомы объясняются тем, что поджелудочная железа и печень за праздники принимают на себя двойную или даже тройную нагрузку. Естественно, готовясь к окончанию праздников и выходу на работу, следует начать перестраивать свой режим и привычки, в т. ч. и в еде.

Прием витаминов

Перестройка с длительного отдыха на работу происходит у организма довольно тяжело. И стоит ему дополнительно помочь восстановиться – для этого достаточно пропить курс витаминов, которые активизируют защитные силы организма и позволят ему легко выдерживать все нагрузки, которые предстоят. Особое внимание стоит уделить приему таких основных веществ, как железо, магний, кальций, витамины А, Е и С, а также витамины группы В.



ФРУКТЫ И ОВОЩИ ЗАМЕНЯЮТ ЛЕКАРСТВА!

Как известно, овощи, фрукты и ягоды служат основными поставщиками витаминов в организм человека. Но их употребление может не только сохранить здоровье, но и порой заменить дорогостоящие медицинские препараты. Овощи, фрукты и ягоды являются для организма практически единственным источником витамина С, так как в продуктах животного происхождения он находится в ничтожно малых количествах и быстро разрушается. Запасы витамина С в организме незначительны, поэтому очень важно поступление его со свежими овощами и фруктами в течение всего года. Наиболее богаты аскорбиновой кислотой шиповник, черная смородина, сладкий перец, петрушка, капуста, укроп, рябина, апельсины.

Ананас

Очень ценное вещество бромелайн делает ананас незаменимым для питания людей, следящих за своим весом, так как он помогает расщеплять жир.

Бананы

Обладают обволакивающим, сосудорасслабляющим и успокаивающим действием. Они полезны для пищеварения, предохраняют стенки желудка от вредного воздействия острой и соленой пищи. Среди любителей бананов редко встречаются больные язвой желудка. Из-за большого содержания сахара бананы не рекомендуются тем, кто страдает избыточным весом, но они необходимы в питании людей, имеющих проблемы с сердцем.

Виноград

Прекрасный диетический продукт. Он улучшает обмен веществ, повышает аппетит, ускоряет мочеотделение, нормализует кровяное давление, помогает при заболеваниях сердца, способствует очищению организма от радионуклидов. Виноградный сок снижает уровень холестерина в крови, обладает тонизирующим действием.

Гранат

Сок сладких гранатов полезен при болезнях почек, а сок кислых – как средство от камней в почках и желчном пузыре. Сок гранатов хорошо утоляет жажду при лихорадочных состояниях, действует как жаропонижающее. Кислые гранаты противопоказаны при болезнях желудка с повышенной кислотностью, а также при энтероколитах.

Клюква

Активизирует умственную и физическую работоспособность, снижает артериальное давление, повышает выделение желудочного сока. Полезна эта ягода при болезнях почек и мочевого пузыря. Сок клюквы обладает жаропонижающим и бактерицидным действием (причем воздействует даже на бактерии, трудно поддающиеся антибиотикам). Сок клюквы и клюквенный морс предупреждают образование камней в почках, стимулируют функцию поджелудочной железы. Не рекомендуется клюква и блюда из нее при заболеваниях печени и язвенных процессах в желудке и кишечнике.

Кабачки

Блюда из кабачков способствуют лучшей перистальтике кишечника и опорожнению желчного пузыря, они также полезны больным, получающим антибиотики. Особенно рекомендуют кабачки, как и тыкву, женщинам для профилактики гинекологических заболеваний.

Капуста

Очень низкая калорийность капусты в сочетании с богатым набором витаминов и биологически активных веществ позволяет использовать ее в питании людей с избыточным весом, ожирением, атеросклерозом. Капуста создает ощущение сытости при очень низкой калорийности. Она полезна при колитах, атонии желудка, заболеваниях печени и желчного пузыря, гастритах с пониженной кислотностью, но не рекомендуется при метеоризме и повышенной кислотности желудка.

СОВЕТЫ КУБАНСКОЙ КУХНИ

Разгрузочные блюда после праздников

Легко – не значит невкусно!

Диета после Нового года?

Итак, новогодние праздники позади. За это время мы перепробовали множество очень вкусных и калорийных блюд. Пора сделать передышку. Но это не значит, что нужно отказаться от вкусной еды. Попробуйте приготовить несколько оригинальных, но не тяжелых разгрузочных блюд.

СУП-ПЮРЕ ИЗ БРОККОЛИ



Ингредиенты

Брокколи – 300 г, луковица – 1 шт., сливочное масло – 40 г, бульон – 500 мл, сливки – 100 мл, молоко – 200 мл, мука – 1 столовая ложка, соль, перец – по вкусу.

Приготовление

1. Чистим луковицу и мелко режем. Пассеруем ее в сливочном масле до прозрачности.
2. Брокколи промываем и разделяем на соцветия.
3. В кипящий бульон опускаем брокколи и варим на маленьком огне до готовности.
4. С помощью блендера делаем из брокколи пюре.
5. Муку разводим в молоке и вливаем в суп, помешивая.
6. Добавляем в суп сливки и доводим до кипения.
7. Разливаем суп по тарелкам и присыпаем зеленью.

Приятного аппетита!

рецепт предоставила И. С. Сакара,
председатель ПК МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 123»

ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА С ОВОЩАМИ



Ингредиенты

Филе любой рыбы – 300 г, помидоры – 2 шт., сладкий перец – 1 шт., укроп или петрушка, соль, перец – по вкусу.

Приготовление

1. Режем помидоры кружочками, перец – полосками.
2. На фольгу для запекания выкладываем филе рыбы, солим и перчим. Сверху выкладываем веточки петрушки или укропа, помидоры и сладкий перец.
3. Заворачиваем фольгу и запекаем рыбу в духовке при температуре 180 градусов 25-30 минут.

Приятного аппетита!

рецепт предоставила Н. А. Золотько,
председатель ПК МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 188»

КИТАЙСКАЯ МУДРОСТЬ

В жизни часто складываются такие ситуации, когда человек не знает, как правильно поступить, тогда он начинает искать совета. Друзья и близкие наперебой стараются подсказать решение, но их опыта, к сожалению, бывает не всегда достаточно, чтобы давать по-настоящему дельные советы. Другое дело китайская мудрость, проверенная веками. Философские учения Китая распространились и получили признание во всем мире.

Предлагаем вам познакомиться с цитатами и афоризмами китайских мудрецов, которые учат, как прожить достойную жизнь.

«Новорожденные везде плачут одинаково. Когда же они вырастают, у них оказываются неодинаковые привычки. Это – результат воспитания».

«Нет ничего дальше, чем вчера, и ближе, чем завтра. Но тем не менее нужно жить не вчерашним и не завтрашним днем, а сегодняшним».

УЧРЕДИТЕЛЬ:
Краснодарская городская территориальная организация Профсоюза работников народного образования и науки РФ

Юридический адрес:
350015, г. Краснодар, ул. Седина, 175.
Фактический адрес:
350015, г. Краснодар, ул. Седина, 175.

Телефон/факс:
255-63-41, 259-59-02, 255-63-57
e-mail: gorkomprof@yandex.ru
Председатель: Т. М. Хотнянская

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
350015, г. Краснодар, ул. Седина, 175.
Телефон/факс:
255-63-41, 259-59-02, 255-63-57

Распространяется бесплатно
Изготовлено ИП Кикоть А. И. :
г. Краснодар, ул. Карельская, 89.

Номер подписан в печать 19.01.17 г.
по графику в 16.00, фактически в 16.00
Объем 1 п. л. 6+
Заказ №__001__. Тираж 315 экз.