

14 августа – День строителя!

На стройках МИНСКА

№ 15-16 (1459-1460)
11 августа 2022 г.

Газета строителей г. Минска

Telegram: t.me/minskstroybelarus

Издается с июля 1978 г.

С праздником!

Уважаемые коллеги!

Примите самые искренние поздравления с Днем строителя!

Этот праздник объединяет профессиональных, активных, неравнодушных людей, на всю жизнь сохраняющих веру в неограниченные возможности человека. Когда мы вместе, ничего невозможного нет.

Управленцы и финансисты, руководители проектов и рабочие, технадзоры и прорабы – у вас особая, почетная миссия: воплощать мечты миллионов белорусов. Потому что ничто на Земле не заменит уют и тепло своего, родного дома.

Строительная отрасль, как никакая другая, предполагает постоянное движение и развитие, взаимодействие и преодоление – такая работа по плечу только сильным характерам, способным из плоскости поднять этажи и освоить подземное пространство, создать уникальные объемы и сохранить историю.

Желаю Вам плодотворной деятельности, успешной реализации новых проектов, профессиональных достижений.

Крепкого здоровья, благополучия и мирного неба над головой!

Александр ТЕРЕХОВ,
генеральный директор ГПО «Минскстрой»

«Вот именно так я себе и представляла современное производство стройматериалов: широкая номенклатура изделий, высокий уровень организации, четкое соблюдение технологических цепочек, – признается выпускница стройфака, а сейчас – технолог СУ-246 Ирина ФЛОРИЗЯК. – Уже спокойно реагирую на перемещение грузов под сводами цеха, работу бетоноукладчиков, вырывающиеся снопы искр... – завод живет в своем непрерывном ритме, и он мне по характеру».

Отец Ирины – металлург, трудится в цехах, что погорячее. Работу мамы на железной дороге по уровню ответственности можно сравнить с профессионализмом авиадиспетчеров. Такие родители для своей дочери не искали легких дорог: они с пониманием приняли ее выбор ПСИИК на стройфаке, а теперь с гордостью рассказывают знакомым, что дочь – настоящий строитель.

Молодого специалиста очень доброжелательно принял мапидовский коллектив – такая у него есть особенность. А ведь это так важно, с первых трудовых будней полюбить свое дело, которое выбирается раз и навсегда.

Родители гордятся моим профессиональным выбором

По труду и честь

В преддверии профессионального праздника труд минских строителей оценен по достоинству. За высокопроизводительную работу, личный вклад в возведение и своевременную сдачу объектов в эксплуатацию, верность профессии наградами отмечены 204 работника организаций и предприятий ГПО «Минскстрой» и аппарата управления объединения.

Среди награжденных **Почетными грамотами Минского городского Совета народных депутатов** – плотник СУ-204 ОАО «МАПИД» Сергей Гришкин, начальник филиала УМ-208 ОАО «Стройтрест № 4» Александр Буй, главный инженер СУ-73 ОАО «Трест № 15 «Спецстрой» Сергей Рашидов, **Благодарностями Минского городского Совета народных депутатов** – начальник ПТО УСР ОАО «Стройтрест № 1» Михаил Цвирко, прораб филиала СУ-210 ОАО «Стройтрест № 35» Сергей Станкевич.

Нагрудных знаков Минстройархитектуры «Ганаровы будаўнік» удостоены семь человек, в том числе формовщик СУ-246 ОАО «МАПИД» Михаил Кремь, заместитель директора ОАО «Комплект» Николай Шкляр, электросварщик ТО-1 УП «МИНСКМЕТРОСТРОЙ» Михаил Полешук, ещё двадцать строителей отмечены **Почетными грамотами МАиС**: маляр СУ-202 ОАО «МАПИД» Ольга Шидловская, специалист по механизации и электрообеспечению производства ОАО «Стройтрест № 7» Михаил Ракомсин, резчик изделий ОАО «Минский домостроительный комбинат» Василий Лысковец, фрезеровщик РМЦ ОАО «Минскжелезобетон» Иван Долганов, главный специалист отдела технологического проектирования ЗАО «Оргстрой» Ольга Кошачев и другие.

Пять человек награждены **Почетными грамотами Мингорисполкома**, среди них каменщик фили-

ала СУ-13 ОАО «Стройтрест № 4» Сергей Гарнашевич и штукатур филиала СУ-201 ОАО «Стройтрест № 35» Анастасия Мельниченко, ещё тринадцать – объявлены **Благодарности**: ведущему инженеру-механику СУ-3 ОАО «Стройтрест № 1» Алексею Соловьёву, монтажнику наружных трубопроводов УМ-70 ОАО «Трест № 15 «Спецстрой» Павлу Тетерскому, главному бухгалтеру филиала «Спецтрансавто» ОАО «Минскремстрой» Наталье Кузьмич и другим.

Нагрудных знаков Союза строителей «За заслугі ў будаўніцтве» удостоены маляр отделочного участка ОАО «Минский домостроительный комбинат» Елена Влаصةц, начальник планово-экономического отдела ОАО «Минскжелезобетон» Светлана Кадышева, заместитель главного инженера-главный энергетик ОАО «122-УНРМ» Сергей Голубев и другие, среди награжденных **Почетной грамотой Союза строителей** – начальник управления строительства и реализации инвестпрограмм ГПО «Минск-

строй» Александр Потопович, старший мастер формовочного цеха КУП «ЗЭПК» Михаил Кроподоверов, начальник отдела госсобственности и владельческого надзора ГПО «Минскстрой» Татьяна Готина, электромонтажник филиала «Электромонтажстрой» ОАО «Минскремстрой» Василий Воробьёв.

78 работников организаций объединения и 13 – аппарата управления получили награды от ру-

ководства ГПО «Минскстрой» (Почетные грамоты и Благодарности). Это формовщик завода КПД-1 ОАО «МАПИД» Сергей Шахрай, прораб СУ-94 ОАО «Стройтрест № 1» Вадим Бондарь, электросварщик СУ-168 ОАО «Стройтрест № 7» Евгений Станюш, старляр РСФ Октябрьского района ОАО «Минскремстрой» Владимир Хрон и многие другие.

Поздравляем и спасибо за труд!



С Днем строителя!

Искренне поздравляю работников строительного комплекса страны, ветеранов отрасли с нашим общим профессиональным праздником – Днем строителя.

Значимость строительной отрасли для экономики трудно переоценить. Все новое, что появляется в нашей стране, – жилье, инфраструктура, промышленные, спортивные, культурные объекты – создано совместными усилиями.

Благодаря ежедневному самоотверженному труду преобразуется облик Беларуси, становятся лучше существующие и рождаются новые районы, успешно осваиваются современные технологии.

Уважаемые работники строительного комплекса, ветераны отрасли!

Примите самые теплые слова благодарности за созидательный труд, преданность любимому делу.

В этот знаменательный день желаю Вам и Вашим близким здоровья, благополучия, счастья, новых успехов – профессиональных и личных, удачи во всех делах!

**Министр архитектуры и строительства
Республики Беларусь
Р.В. ПАРХАМОВИЧ**

Поздравляем!

Уважаемые работники и ветераны строительной отрасли!

Сердечно поздравляю вас с профессиональным праздником – Днем строителя! Эта профессия, издревле считающаяся самой мирной, благородной, почетной и востребованной, сегодня стала еще и чрезвычайно ответственной. Строительная отрасль является важной составляющей социально-экономического развития нашей страны.

Год от года отрасль демонстрирует высокие показатели практически по всем направлениям строительства. Внедряются перспективные разработки и оригинальные конструкторские решения, строятся новые и модернизируются старые производства.

Дорогие друзья!

От всей души желаю новых профессиональных высот! Оптимизма, крепкого здоровья и благополучия вам и вашим близким! Пусть нелегкий труд строителя приносит только удовлетворение и радость, признательность людей, на благо которых вы трудитесь!

Будем верить в лучшее завтра, в преобразование и процветание нашей родной Беларуси!

**С уважением,
Дмитрий ПРОСВИРЯКОВ,
председатель Минской городской организации
Белорусского профсоюза работников строительства
и промышленности строительных материалов**

С праздником!

Уважаемые коллеги, дорогие друзья!

От всей души поздравляю вас с Днем строителя!

Однажды выбирая профессию, человек программирует свою судьбу. У строителей она трудная, но интересная. В ней нет готовых решений, как не бывает одинаковых проектов.

Мы живем в мире, созданном строителями, радуясь рукотворной красоте наших городов, где современность гармонично соединена с историей.

Желаю коллективам активной и плодотворной работы, успешной реализации новых проектов. Пусть каждое наше начинание – рабочее или жизненное – всегда венчается успехом и приносит ту отдачу, которую мы ожидаем от своего труда.

Крепкого всем здоровья, мира, добра, благополучия и созидания.

**Николай МИЛОШЕВСКИЙ,
генеральный директор ОАО «МАПИД»**

Мы строим метро: профессионально, творчески, с душой



Электромонтажники Дмитрий Карелин, Сергей Барановский, зам. нач. участка Евгений Рогинский



Бригадир Владимир Суховаров



Бетонщик Леонид Помме



Прораб Олег Межевич

Ориентир – экспорт

ОАО «МАПИД» – одна из немногих организаций «Минскстроя», которая активно развивает экспорт, причём по разным направлениям. В последнее время экспортный показатель значительно вырос и превысил в 2021 году пять миллионов долларов США. Для сравнения: в 2019-м он составлял 1,7 млн долларов. По итогам пер-

тал), школа в г. Собинка Владимирской области.

В настоящее время мапидовцы продолжают строительство жилья в Обнинске. В современном ЖК «Космос 2.0» предприятие монтирует 10 жилых домов серии М111-90. Монтажники МАПИДа тру-



вого полугодия 2022 года эта цифра уже достигла 5,5 млн долларов (товаров – 3,5 млн, услуг – 2 млн). В общей выручке предприятия экспорт составил 7,4%.

Основной партнёр компании – Российская Федерация. Жилые кварталы построены МАПИДом в Калуге (ЖК «Малиновка»), Балабаново и Обнинске Калужской области (ЖК «Белорусский квар-

дятся в соседней стране вахтовым методом. Два «столбика» уже завершены строительством, ещё четыре в активной фазе возведения. Очередные два планируется начать в 2023 году.

Несмотря на непростые внешние условия, МАПИД продолжает строить также в Литовской Республике. Это в основном малоэтажные жилые дома (до пяти этажей), в том числе арендные, с применением трехслойных наружных

стенных панелей толщиной до 500 мм. Монтажники ведут строительство жилья как из железобетонных конструкций производства ОАО «МАПИД», доставляемых в Литву железнодорожным транспортом, так и изделий местных предприятий-производителей. Напомним, что самым значимым объектом, реализованным МАПИДом в Вильнюсе, был восьмиэтажный Radisson Blu Hotel с подземным паркингом.

В январе-июне 2022 года ОАО «МАПИД» ввело в эксплуатацию 18 жилых домов общей площадью 131253 кв.м. Из них семь – в городах-спутниках: три в Фаниполе (заказчик – УКС Дзержинского района) и четыре в Смолевичах (заказчик – УКС Мингорисполкома). В Минске дома построены в Лошице, 8.1 и 9, в Сухарево, 5, на ул. Шишкина, ул. Макаёнка, пос. Восточный, пр. Независимости.

С праздником!

Уважаемые коллеги!

Примите самые искренние поздравления с профессиональным праздником – Днём строителя!

День строителя – это прекрасный повод выразить вам глубокую признательность за ваш созидательный труд!

Растут и развиваются наши города и села, возводятся жилые кварталы, новые социальные, культурные, промышленные и инфраструктурные объекты. Успешно осваиваются новейшие технологии, внедряются современные строительные материалы. Доброй приметой нашего времени становится красота и добротность строящихся объектов. Это свидетельство растущего мастерства строителей. Результаты этой работы отмечают жители и гости нашей страны и её столицы.

В этот особенный день желаю вам успехов, стабильности и уверенного достижения благородных целей и решения задач в строительном деле на благо нашей Родины!

А.И. НИЧКАСОВ,
председатель Союза Строителей
Республики Беларусь

Поздравляем!

Строить – значит, жить!

Уважаемые работники ОАО «Стройтрест № 35», организаций и предприятий ГПО «Минскстрой», коллеги и партнёры!

Мы с вами трудимся в отрасли, социальная значимость которой имеет огромное значение для человечества. Строители развивают страну, совершенствуют и укрепляют её инфраструктуру, украшают города и сёла современными объектами. Миллионы людей благодарны нам за построенные жилые дома, школы, больницы, детские сады, спортивные комплексы, дороги. Наш труд виден каждому и оттого общественно важен. То, что создаётся руками строителей, делает людей счастливыми, а их жизнь благоустроеннее и комфортнее.

Строителям никогда не было легко. Но самое главное – в сложные периоды мы всегда сохраняли коллективы, старались обеспечить их объемами, чтобы была выработка и зарплата. Сейчас приходится работать в условиях снижения инвестиционной активности, растущих цен на строительные материалы, санкционной политики, которая сказывается на комплектации строящихся объектов оборудованием. Думаю, сообща и эти трудности мы преодолеем.

В день профессионального праздника искренне благодарю всех за созидательную работу и ответственное партнёрство. Особую признательность выражаю ветеранам, самоотверженный труд которых вписал немало славных страниц в историю не только нашего треста, но и объединения «Минскстрой», города Минска и страны в целом.

Здоровья всем, профессиональных достижений и новых интересных проектов!

Валерий КРУПИНСКИЙ,
генеральный директор
ОАО «Стройтрест № 35»

Охраняющие наш труд

96 инженеров по охране труда работают в «Минскстрое». Их миссия близка и понятна каждому: люди не должны калечиться и гибнуть на работе. И многое делается для этого.

Вот и конкурс на лучшего инженера по охране труда улучшает взаимодействие между ответственными за наши жизни, способствует передаче знаний и опыта, препятствует равнодушию и замысленности глаза.



Напомним, что всего в борьбе за звание лучшего инженера по охране труда ГПО «Минскстрой» вступили 46 представителей 13 организаций объединения.

«ножницы» на проемах, стойки ограждений, специальные щиты для закрытия вентиляторов на монтажном горизонте и т.д. Участники после напутствия и инструктажа были разбиты

на группы. Кто-то полагался на свой глазомер, некоторые были во всеоружии, с электронными рулетками. Требовалось не только обнаружить нарушения норм и правил по охране труда и технике безопасности, но и изложить их в письменной форме со ссылкой на конкретные пункты соответствующих нормативных документов, а также предоставить подтверждающие фото.

Организаторы официально зарегистрировали 30 нарушений, за обнаружение каждого – по баллу. Все, что зафиксировано дополнительно, также идет в зачет. Видели бы вы оживление конкурсантов, когда они заметили строителя с сигаретой в руке, жаль, курить он направился в отведенное место, а могло быть полбалла... Это чтобы вы понимали, насколько все было серьезно на втором этапе, как строги и внимательны были инженеры

по ОТ, особенно не мапидовских организаций. С такими бы подходами да каждый день на своем рабочем месте – мы давно бы уже вышли на нулевой травматизм! А так в чужом глазу и соринку замечаем, а у себя на объектах и мимо бревен иногда проходим.

Но в любом случае смотрю конкурс многому учит: как другие организации обеспечивают безопасную работу строителей, чем их мотивируют, какие СИЗ закупают.

Представители отраслевого профсоюза и ГПО «Минскстрой» единомышленны в том, что уровень подготовки участников год от года повышается, растет количество желающих проверить свои знания и подтвердить профессионализм, меняются подходы к организации безопасного труда, значит, все мы правильно делаем.

Наталья ХАЦКЕВИЧ

Практический этап конкурса, конечно, поинтереснее теоретического: можно понаблюдать за поведением инженеров по ОТ, их хваткой, активностью, смекалкой... Им не лениво заглянуть под все лежащее, прислоненное, размещенное в отдалении... Такого количества Шерлоков Холмсов даже мапидовскому объекту было трудно выдержать, а ведь монтаж высотки не прекращался: линейные немного нервничали, рабочие между делом подшучивали. ИТР можно понять: то аптечку покажи, то алкотестер... – ладно бы просто посторонние на объекте, так они еще и всюду суют свои носы!

По итогам первого, теоретического, тура к практическому были допущены 14 конкурсантов, набравших максимальное количество баллов. Самый лучший результат 22 из 30 – у Вадима Ходоронка из СУ-94 ОАО «Стройтрест № 1». К сожалению, ни одной девушки в полуфинале не оказалось, хотя на старте их было семь.

Объект для организации реали-квеста предоставило ОАО «МАПИД» – строящийся дом № 13 (по генплану) в ЖК «Малая родина». Причем представители принимающей стороны нас заверили, что специально ничего не готовили. Действительно, по пятам у организаторов никто не ходил, когда они составляли перечень нарушений; авральной уборки не организовывал – это было бы заметно.

Вместе с тем, когда на новостройку выдвинулись участники конкурса, не раз приходилось слышать: мол, на наших объектах можно том исписать, а здесь едва на страничку набирается. У МАПИДа, надо признать, к порядку на площадках и охране труда свое отношение – так было и есть. Здесь многое унифицировано под реализуемые проекты и повсеместно используется, к примеру, для ограждения опасных зон: съёмные козырьки,

на двойки-тройки и в сопровождении ответственных лиц детально обследовали стройплощадку, новостройку, а также изучили имеющуюся на

Безусловный лидер показал лучший результат на двух этапах конкурса

Назван победитель смотра-конкурса на лучшего инженера по охране труда ГПО – это Вадим Ходоронко из СУ-94 ОАО «Стройтрест № 1».

В профессии Вадим Владимирович почти 20 лет. Занимался строительством мостов. Охрана труда в его работе появилась двенадцать лет назад – это было до первого треста.



*Вы когда-нибудь видели прораба или мастера без белой каски? Топто. А ведь она им не положена. У мастеров, прорабов, специалистов, главных механиков и главных энергетиков должны быть красные каски.**

Конкурс проводится в восемнадцатый раз, а тема несоответствия цвета каски занимаемой должности поднята впервые. Благодаря, кстати, Вадиму Ходоронку! Внимательный и принципиальный подход характеризуют настоящих профи.

**Постановление Министерства труда РБ от 28.04.2001 № 52 (ред. от 19.11.2007) «Об утверждении Правил охраны труда при работе на высоте»*

По характеру Вадим Ходоронко – перфекционист. Его искреннее убеждение: уж если чем заниматься, то с глубоким погружением

в тему – так и с охраной труда. В управлении трудится всего несколько месяцев, а уже сумел отобрать пальму первенства у мапидовцев, которые на протяжении длительного отрезка времени были в лидерах смотра-конкурса.

Конкурсную работу победителя можно продемонстрировать как образец скрупулезнейшего подхода к решению поставленной задачи: исписаны все поля и в дополнение – пространство между строк. При этом представитель «первого» многие пункты нормативных документов цитирует по памяти – вот это подготовка!

Второе место – у Юрия Володько из филиала УМ-208 ОАО «Стройтрест № 4». Третье, такое впервые (!), разделили два представителя 35-го – Александр Савицкий (СУ-200) и Егор Заморин (ПМК-1), а также Алексей Линевиц, завод КПД-1 ОАО «МАПИД».

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



Если вы собрались за семейным столом, Где друзья, ваши дети и внуки,



«Сшить» классный наряд для квартиры может не каждый маляр

Хрупкая девушка ловко наносит клей на обои внушительного размера валиком – движения выверены и доведены до автоматизма.

Илона Маслова «одевает» квартиры в «нарядные платья». Ювелирная это работа – клеить большие полотна встык без помощника.

С 2015-го девушка трудится в СУ-204 ОАО «МАПИД» маляром-штукатуром. В конкурсе профессионального мастерства участвовала впервые и победила. С напарницей Татьяной Аниськович они обошли шесть дуэтов маляров из других отделочных управлений предприятия. Бригадир Татьяна Павленко не сомневалась в мастерстве своей воспитанницы: способная, ответственная, старательная. За Илону они болели всей бригадой и гордятся её успехом.

Профессию девушка выбрала осознанно и по душе. Из стен колледжа им. Кедышко вышла с третьим разрядом маляра и четвертым штукатура. А еще навыками плиточника-облицовщика – сейчас в строительстве ценится универсальность.

Какими качествами должен обладать маляр-штукатур?

«Самое необходимое – художественный вкус и чувство цвета: настоящий маляр –

хороший художник. А ещё пунктуальность, четкость, физическая выносливость. Если что-то не получается, лучше потратить час, день, но добиться хорошего результата, – говорит Илона. – Отделочники последними покидают объект, завершая работу всего коллектива строителей. Поэтому важно, чтобы результатом были довольны новосёлы».



Татьяна Аниськович: «По жизни я максималистка»

Именно это качество характера помогло ей победить в конкурсе профессионального мастерства. Лучший маляр МАПИДа признается, что человек она не публичный и участвовать в соревновании не планировала. Но, уговорили: главное ведь не победа, а участие – был довод. А она подумала: «Почему, собственно, не победа? И выиграла!»

В жизни Татьяна придерживается такого принципа: уж если берёшься за что-то, то делай по высшему разряду. В противном случае, считает, зачем вообще начинать.

Конкурс маляров был организован МАПИДом на должном уровне, повышенное внимание – качеству и соблюдению технологии.

«Когда твою работу оценивает компетентное жюри, это очень волнительно. У нас с напарницей практически не было замечаний и штрафных баллов», – улыбается мастерица.

...Татьяна не жалеет, что связала свою жизнь со стройкой – нравится сам процесс отделки, когда серые комнаты на глазах становятся красивыми. Теперь и пятилетние Настюша и Ванюша знают, что их мама строит дома и как художник раскрашивает жилое пространство. «Если человек любит свою работу, делает её с душой,



результат обязательно будет хорошим. И когда видишь счастливых новосёлов, искренне радуешься, что твой труд приносит людям радость», – говорит Татьяна Аниськович.

Кстати, скоро и её семья станет таковой. Как многодетные, Аниськовичи строят четырёхкомнатную квартиру. Теперь у детей появятся отдельные комнаты. Особенно ждёт этого события двенадцатилетняя София – уроки можно будет делать в тишине.

От отделки решили отказаться – сами профи в этом деле. Заветная мечта лучшего маляра МАПИДа – построить свою квартиру – скоро осуществится.

Виват мастера!

Конкурсы профессионального мастерства «Минский мастер» по различным строительным специальностям стали у нас традиционными. Организаторы – ГПО «Минскстрой» и Минский горком профсоюза строителей.



ЗНАКОМЬТЕСЬ:

«Минский мастер-2022» – облицовщик-плиточник 4 разряда СУ-203 ОАО «МАПИД» Олег Зелютков. У Олега за плечами профтехучилище, индустриально-педагогический колледж и 10 лет работы в МАПИДе. Он будет представлять эту строительную профессию на церемонии чествования победителей городского конкурса профессионального мастерства «Минский мастер» в сентябре ко Дню города.

В этом году соревновались облицовщики-плиточники. Пять звеньев из пяти организаций объединения: стройтрестов 1, 4, 35, МДК и МАПИДа в течение двух дней выполняли облицовочные работы на пристройке к урологическому корпусу 4-й горбольницы. Внутренние стены из гипсокартона облицовывались керамической плиткой на клею. Фронт

работ предоставил стройтрест № 1.

Оценывалась выработка в натуральном выражении (за выполнение звеном 15 кв. м облицовочных работ в смену начислялось 30 баллов, за каждые 0,1 кв. м сверх нормы – ещё 0,3 балла, за каждые 0,1 кв. м ниже нормы – минус 0,3 балла), а также учитывались качество, соблюдение техники безопасности и технологического процесса, культура производства.

Два конкурсных дня были для участников очень напряженными. Все звенья взяли высокий темп ещё на старте и не собирались уступить соперникам. По отточенным движениям, технологической последовательности было видно, что организации представили на конкурс самых лучших своих специалистов, профессионалов, мастеров со стажем и увлеченных своей работой.

Как прокомментировал заместитель начальника отдела инженерной подготовки управления строительства и реализации инвестпрограмм ГПО «Минскстрой» Александр Дубанос, команды шли очень ровно, иногда исход в пользу того или иного звена решали лишь несущественные замечания. Поэтому в определении лучших жюри пришлось непросто. Тем не менее, лидеры названы: в тройке победителей звенья из МАПИДа, стройтрестов № 4 и № 1. На четвертом месте плиточники стройтреста № 35, на пятом – МДК.

Как признался представитель СУ-68 (стройтрест № 4) Максим Давидович, который в профессии уже 14 лет, задание было не сложное, и они с напарником Николаем Сарнацким легко справились. На строительных объектах, как правило, плиточники «четвёртого» решают задачи потруднее. Максим работает с Николаем в одной бри-



гаде, на соревнованиях второй раз. На прошлом конкурсе профмастерства «Минский мастер» у них было первое место.

Плиточник-облицовщик Максим Корзун (1 место) – 15 лет на стройках МАПИДа (завидное постоянство!). На конкурсах у него

НА ПЬЕДЕСТАЛЕ ПОЧЁТА ТРИ ЗВЕНА:

1 место – Олег Зелютков и Максим Корзун (СУ-203 МАПИД) – 115,5 балла.

2 место – Николай Сарнацкий и Максим Давидович (СУ-68, стройтрест № 4) – 109,04 балла.

3 место – Александр Смышный-Лынько и Сергей Котов (СУ-67, стройтрест № 1) – 103,58 баллов.

тоже были победы: пару лет назад вошёл в тройку призёров внутреннего мапидовского конкурса профмастерства среди представителей своей профессии.

«Самое важное в нашей работе – это подготовить поверхность. Если она идеальная, то и класть плитку одно удовольствие, – делится секретами второй участник из СУ-203 Олег Зелютков. – Надежда на победу у нас,

конечно, была. Старались работать качественно и выполнить максимальный объём. У нас получилось. Нарушений не допустили. Были незначительные замечания во второй день соревнований по фуговке».

Ребята отметили высокий уровень организации конкурса (постарались «Минскстрой» и хозяин площадки – первый трест) и вкусные обеды (спасибо профсоюзу).

Награждая победителей и участников конкурса «Минский мастер» по профессии облицовщик-плиточник, заместитель генерального директора ГПО «Минскстрой» Виталий Громыко сказал: «Никто и не сомневался, что в нашем объединении работают профессионалы, носящие гордое звание строителя и повышающие престиж нашей профессии. Вы показали на конкурсе высокий класс. Спасибо вам за это».

Облицовочных дел мастера, в свою очередь, дали рекомендации организаторам – повысить сложность работ, применить инновационность и разнообразить отделочные материалы. Предложения пообещали проанализировать.

Полосу подготовила **Нина ЦЫКУНОВА**



Не забудьте о том, что уютный ваш дом Чьи-то добрые строили руки.

Со стройкой по жизни



Говорят, из семейных династий выходят самые преданные и увлеченные профессией люди. Так оно и есть.

...Если сложить годы работы в строительстве двух поколений семьи Перадзе, выйдет на четверых больше 120 лет. Начальник филиала СУ-13 ОАО «Стройтрест №4» Мамука Перадзе – продолжатель дела своих родителей. Его отец всю жизнь работал на стройке, был бригадиром маляров ДСК-3. Мама тоже имела прямое отношение к строителям – трудилась паспортисткой в общежитии предприятия.

«Недалеко от нашего дома, а жили мы в начале проспекта Пушкина, шло активное строительство – ДСК-3 застраивал улицу Бельского. Там и работал отец, – вспоминает Мамука Омарович. – Я был тогда в классе пятом, часто бегал к отцу на стройку – или обед заносил, или просто посмотреть, как работают башенные краны и строятся дома. Можно сказать, я жил в атмосфере строительства. Поэтому, куда пойти после школы, вопрос не стоял – только в строители: в 1989-м я поступил в БПИ. Родители одобрили мой выбор. И отец до последних дней гордился, что я продолжаю его дело».

В 1994 году после окончания вуза Мамука Перадзе распределился в СУ-13 и с тех пор всю жизнь трудится здесь. Встретил в управлении свою судьбу – девушку с красивым именем Лиана, построил карьеру – прошел путь от прораба до главного инженера и начальника управления. 16 лет возглавляет коллектив СУ-13. Этот генподрядный филиал всегда был в тресте на ведущих ролях, ему поручали строить самые сложные объекты – аквапарк «Лебяжий», здание Верховного Суда, плавательный бассейн и легкоатлети-

ческий манеж университета физкультуры, школа в квартале «Магистр», уникальный по темпам строительства (построен за 4 месяца) пункт общественного питания для участников II Европейских игр на 1000 посадочных мест и многие другие.

В следующем месяце СУ-13 сдаёт в эксплуатацию жилой комплекс посольства Республики Беларусь в Москве и объекты детского технопарка в Минске (общежитие с досуговым центром и лабораторный корпус с выставочным павильоном). Объекты ответственные и значимые для страны, генподрядчик сделал всё, чтобы ввести в эксплуатацию вовремя.

Мамука Перадзе из тех, кто никогда не руководит из кабинета, сам все стройки ногами исходит, спрашивает и за качество, и за сроки, и за порядок на объектах. Говорят: строг, но справедлив. С благодарностью вспоминает своих учителей в профессии – бывших прорабов П.П. Семенюка и И.К. Воробья, начальника управления А.Н. Кабася, главного инженера четвертого треста Г.Г. Лапанника и управляющего Н.Т. Шеремета. Они учили не по книжкам: поступать по совести, ценить рабочие кадры, уважать нелёгкий труд строителя и гордиться своей профессией. Теперь эту жизненную науку он передает сыну. Судя по всему, династия Перадзе будет продолжена. Сын Мамуки Омаровича Георгий – студент третьего курса факультета энергетического строительства БНТУ. И скорее всего его жизнь тоже будет связана со стройкой.

Нина ЦЫКУНОВА

С праздником!

Мамука ПЕРАДЗЕ:

– Моя профессия приносит мне удовольствие, и это главное. Я горжусь ею, потому что мы, строители, дарим добро и радость людям.

Стройка – это и есть моя жизнь. За 28 лет работы сданы в эксплуатацию сотни разных объектов, которые украшают наш город и страну.

От всей души поздравляю коллектив родного управления и треста, а также всех коллег с профессиональным праздником. Желаю мирного неба, здоровья, благополучия в семьях, материального достатка.

С Днём строителя!

Когда фамилия – это характер

Формовщики – самые незаменимые люди на производстве. И формовать они могут все: от колбасных до железобетонных изделий – насчитывается более 40 специализаций.

Но самые востребованные на рынке труда – это формовщики ж/б изделий и конструкций. И какими бы семимильными шагами ни развивалось производство, всегда нужны люди, которые бы профессионально сопровождали процесс рождения строительного продукта.

В СУ-246 Михаил Кремень трудится 33 года. Все время формовщиком на втором пролете бывшего завода КПД-3. Много лет возглавляет бригаду.

Специалисту по формовке непросто: всю смену он на ногах, в работе большая доля ручного труда. Необходимо подготовить формы к использованию (очистить, смазать, собрать), установить сварные конструкции, заполнить бетоном и уплотнить. Далее –



следить за технологическим процессом и последовательно соблюдать все операции.

А еще говорят, что фамилия не отражает человеческой сути. Еще как отражает: твердость, уверенность в себе, основательность в работе, крепость дружбы и данного слова – во всем этом Михаил Иванович Кремень.

Домостроитель



Таких как Василий Михайлович Лысковец на Минском домостроительном комбинате осталось немного: общий стаж работы – 45 лет, из них около двадцати – на формовке

и более двадцати – резчиком изделий.

Допуск на раскрой плит пенопласта – менее 5 мм. Понимаете, что это за материал, и чего стоит sobлюсти четкую геометрию.

У Василия Михайловича на этот счет собственное мнение, которое базируется на опыте, глазомере и сноровке. Он не считает поставленную задачу сложной и трудно выполнимой. Утеплитель покидает его участок необходимого размера, а это значит, что внешний контур жилых домов МДК будет надежно утеплен.

Гордость домостроителя Лысковца – продолжатели династии. Сын уже получил образование инженера-строителя, а внук подал документы в строительный колледж.

Герои нашего времени



Несколько часов спецстроевец участвовал в разборе завалов центрального заводского склада, еще дымящегося после ночного пожара. Умелое владение техникой, 20-летний опыт работы, характер не робкого десятка способствовали оперативной расчистке площадки.

Накануне Дня строителя представители Минского городского управления МЧС Республики Беларусь объявили Благодарность Сергею Дриндику, машинисту экскаватора-погрузчика УМ-70 15-го треста за решительные и профессиональные действия по ликвидации последствий пожара на территории филиала № 3 «МКСИ» ОАО «БЦЗ».

Сергей Сергеевич признается, что никак не ожидал такого внимания к своей скромной персоне: «Было приятно услышать от представителей МЧС, как высоко они оценили мою работу. Профсоюзу треста большое спасибо за памятные сувениры. Много теплых слов услышал от коллектива – и была в них такая искренность, радость за меня».

Всегда на передовой

Галина Владимировна может себе позволить отмечать в году три профессиональных праздника.

Будучи по образованию инженером-технологом химической промышленности, она разрабатывала антикоррозийные защитные покрытия для строительных конструкций – об этом вспоминает в День химика.

Более двадцати лет жизни посвятила стройке, точнее ее обеспечению необходимыми материалами – еще плюс два праздника: День строителя и День торговли.

Сейчас в зоне материальной ответственности Галины Золотухиной и ее подчиненных находятся все строительные материалы ОАО «Комплект», их приемка, хранение, отгрузка.

Важно, чтобы не только сошелся дебет с кредитом, но и на весовой не собирались очереди, а отпуск материалов не тормозил стройку.

– Как-то я наблюдала за работой иностранной таможни, – признается Галина Владимировна. – Может это и не скромно проводить такие аналогии, но мы никогда бы не позволили себе создать такую очередь и держать людей столько ча-

сов в ней. Поверьте, что по количеству операций и отчетности мы вряд ли уступаем.

Не случайно весовую руководство называет форпостом предприятия – здесь осуществляются все самые важные процессы, а работа производственной базы лишь сопровождает их.



На снимке: Галина Золотухина, ведущий специалист ОАО «Комплект» (в центре), с коллегами Алексей Шапок и Светланой Горкиной

Яростный стройотряд...



Всё лето работают стройотрядовцы на объектах детского технопарка (генподрядчик – филиал СУ-13 ОАО «Стройтрест № 4»). Дополнительные рабочие руки здесь весьма кстати. Темп строительства был взят очень высокий, и теперь оно на завершающей стадии.

Всего отрядов четыре. На лабораторном корпусе трудится стройотряд «Сила Политеха» (3-й курс стройфака БНТУ). Прораб Евгений Юдин доволен ребята-

ми: не филонят, стараются, объем работ выполняют. Трудятся по восемь часов пять дней в неделю. В основном заняты на подсобных работах, в настоящее время помогают комплектовать лаборатории оборудованием.

Студенты тоже довольны организацией рабочего дня и заработками. Командир стройотряда Павел Шевцов говорит, что зарабатывают даже больше, чем рассчитывали.

Не исключено, что после получения диплома кто-то придёт работать в четвертый трест. Молодому пополнению здесь будут рады.



Труба с секретом

Завод ЖБИ УП «МИНСКМЕТРОСТРОЙ» является первым и единственным производителем в странах СНГ, освоившим выпуск этой продукции. **Трубы бетонные безнапорные с интегрированными уплотнителями** предназначены для строительства безнапорных трубопроводов, транспортирующих бытовые и производственные жидкости, атмосферные и сточные воды, имеющие температуру не выше 40 °С, а также не агрессивные к бетону и уплотнителям.

Разработка технологии и получение инновационной продукции – результат совместной научно-исследовательской работы завода ЖБИ и РУП «Институт БелНИИС». Предметом изучения были свойства радиально-прессованного бетона и влияние арматурного каркаса на прочностные характеристики изделия.

Исследования показали, что радиальное прессование оказывает значительное влияние на физико-механические характеристики бетона в конструкции бетонной трубы, а проведенные испытания позволили определить, что при одинаковых условиях бетонные трубы приобретают высокую во-

донепроницаемость и несущую способность.

Бетонные безнапорные трубы являются аналогом как по конструкции, так и по физико-механическим характеристикам железобетонных труб, но за счет отсутствия арматурного каркаса и трудозатрат на его изготовление имеют стоимость на 10-15% ниже, что является еще одним конкурентным преимуществом.

– Наиболее важным направлением для экспорта продукции собственного производства является строительный рынок восточного соседа, – рассуждает **Александр Устинович**, заместитель директора завода по техническому развитию. – С каждым годом он все больше развивается и расширяется, и не всегда местные производители могут в полной мере удовлетворить его растущие потребности.

Завод ЖБИ УП «МИНСКМЕТРОСТРОЙ» ведет активную работу по продвижению в Российской Федерации бетонных безнапорных труб. Низкая цена позволяет конкурировать с производителями из ближнего зарубежья, даже с учетом транспортных затрат.



Готовы соответствовать

Специалисты филиала «Сантехгазмонтаж» ОАО «Минскстрой» – безусловные асы в своей

трубопроводов теплоснабжения; монтаж электрического обогрева и тепловой изоляции трубо-



стихии, но ничуть не уступают коллегам, если отходят от капремонта и берутся за работы на объектах нового строительства. Выполняют максимально полный спектр сантехнических услуг: монтаж внутренних и наружных систем теплоснабжения, отопления, холодного и горячего водоснабжения (включая общестроительные работы), пожаротушения, канализации, хозяйственно-бытовых и ливневых стоков; монтаж систем газоснабжения, вентиляции, дымоудаления, кондиционирования и тепловых завес и т.д. Они без проблем производят пусконаладочные работы систем регулирования отопления, паспортизацию систем вентиляции; монтаж специфических систем автоматики, оперативно-дистанционного контроля предизолированных

проводов; нанесение огнезащитных покрытий воздуховодов и т.д.

Филиал имеет производственную базу, при первом взгляде на которую отмечаешь хозяйский подход: в порядке корпуса, в линейку станки – во всем чувствуется продуманность и основательность. Здесь изготавливаются трубные узлы систем отопления, водоснабжения, канализации, тепловых пунктов и водомерных узлов. Из металла производятся ограждения лестничных клеток, крылец, пандусы; вентиляционные и жестяные заготовки; теплоизоляционные пакеты. Работают покрасочная камера и камера для полимеризации изделий. Приобретено оборудование с ЧПУ для воздушно-плазменной резки металла, позволяющее этот процесс ускорить, упростить, добиться максимально качественного среза.

На рынке организация более 60 лет. У нее в активах – опыт, современные технологии, квалифицированные кадры.



С праздником!

Уважаемые коллеги!

Примите самые искренние поздравления от коллектива ОАО «Минскжелезобетон» с Днем строителя.

Этот праздник объединяет людей самых разных профессий и не случайно. Прежде чем очередная столичная достопримечательность отметит новоселье, в нее будет вложен труд сотен и сотен людей.

Мы создаем изделия и конструкции самой широкой номенклатуры, придерживаясь своих основных принципов в работе: продукция должна быть качественной, инновационной, востребованной; отношения с партнерами – честными и взаимовыгодными; микроклимат в коллективе – дружелюбный, мотивирующий на добросовестный труд.

Друзья!

Пусть наше Объединение по-настоящему объединяет, развивает, укрепляет наши ряды и помогает в реализации самых амбициозных проектов. Пусть на все хватает у нас энергии, творческого потенциала, средств и возможностей.

Здоровья, удачи, благополучия родным и близким людям.

С уважением **Александр ШАБАН**,
генеральный директор
ОАО «Минскжелезобетон»



«Не кочегары мы, не плотники... и не монтажники-высотники»

Представители многих профессий считают День строителя своим праздником, потому что много лет работают в строительной сфере, заботясь о здоровье и благополучии

строителей, ведя хронику их славных дел и обеспечивая быт. Слово тем, кто лечит, вкусно кормит, воспитывает, тренирует. И фотографирует!

«Камера чувствует искренность»



Макс СВЕТЛИЧНЫЙ,
исполнитель художественно-оформительских работ ОАО «МАПИД»:

– Фотографу, конечно, не безразлично, что либо кого он снимает. Безусловно, есть общепринятые клише, как эффектнее подать девушку модельной внешности или крупного руководителя, молодого человека или группу сотрудников... Искусство мастера в том, чтобы к стандартной ситуации подойти по-своему, не стандартно – здесь у каждого свои секреты.

Отношусь к сторонникам не студийного, а живого фото. Мне нравится наблюдать через объектив фотоаппарата, как мапидовцы трудятся, расчерчивая небо геометрией высоток; самоотверженно сражаются на спортивных аренах за честь своих команд; выступают на театральных подмостках, демонстрируя настоящее актерское мастерство...

Я столько лет рядом, что поневоле стал одним из вас. И сейчас, без ложной скромности утверждаю, что День строителя – и мой праздник, который с удовольствием отмечаю в кругу минских строителей.

С праздником, друзья!

С Днем строителя!

Уважаемые работники и ветераны строительной отрасли! Минскстроевцы!

От всей души поздравляем вас с профессиональным праздником – Днем строителя!

Труд созидателей — основа благополучия и стабильности нашей страны. От его результатов напрямую зависит качество жизни каждого минчанина. Объекты, которые мы создаем, формируют облик столицы, дают ей возможность развиваться, двигаться вперед. Именно строители дарят новоселам долгожданные метры комфорта и уюта, семейного счастья и благополучия. Руками строителей возводятся важнейшие элементы социальной инфраструктуры и производственной сферы.

Пусть все, что создается, радует нас долгие и долгие годы. Пусть профессионализм и ответственность, преданность своему делу помогают нашему городу становиться все лучше!

Искренне желаем всем крепкого здоровья, энергии, достижения новых профессиональных высот, любви, счастья и благополучия!

Коллектив ОАО «122 УНРМ»

«Они – настоящие!»

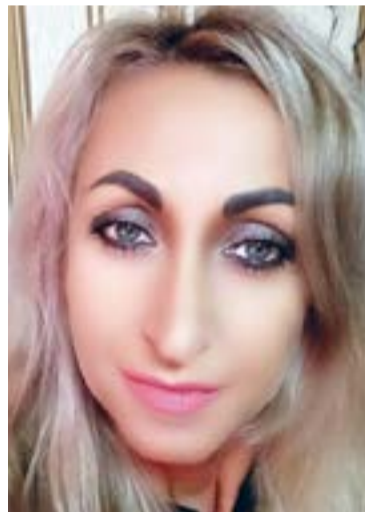
Татьяна ЖУКОВСКАЯ,
заведующая общежитием № 9 ОАО «Стройтрест № 1»:

– Почему педагог по образованию считает своим День строителя, а не День учителя? Потому что полученные в вузе знания я применяла не в школе в отношении подрастающего поколения, а в мужском общежитии первого треста, будучи воспитателем – и научный подход был очень кстати. Мы не просто находили общий язык с

обладателями непростых характеров, но и оставались друзьями, когда они переезжали в собственные квартиры.

Мой муж тоже работает в строительной сфере. Это еще один повод считать День строителя семейным праздником.

По моим наблюдениям, строители – особые люди: сильные, волевые, скупые на эмоции. Они ценят не за слова, а за поступки. При этом – тонкие, ранимые, нуждающиеся в понимании и поддержке.



«Кормить строителей приятно!»

Людмила ХАРЕВИЧ, повар, и Елена КОЗЛОВСКАЯ, продавец буфета, столовая № 29 ОАО «МАПИД»:

– Они – самые благодарные из наших посетителей, которые всегда найдут возможность сказать «спасибо», оценить новинку, похвалить за разнообразие и вкусовые качества блюд.

В приоритете – драники, мачанка, беляши, чебуреки, блинчики с разнообразными начинками.

Радует мапидовцев свежей выпечкой и пирожными – у нас прекрасные кондитеры, действует кондитерский цех.



Меню для людей, занятых физическим трудом, имеет свою специфику: должно включать все основные группы продуктов (мясо и мясосопродукты, рыбу и рыбопродукты, молоко, молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, хлеб и хлебобулочные изделия, крупы, макаронные изделия и бобовые, сахар и кондитерские изделия) – все это знаем и учитываем в работе.

Мы сопровождаем все массовые мероприятия в МАПИДе, поэтому ответственно можем заявить: так, как трудятся и отдыхают строители, никто не умеет. Быть частью этого коллектива – счастье и большая удача.



«В здоровом теле...»

Неонила СЕМЕНЯКО,
фельдшер УМ УП «МИНСКМЕТРОСТРОЙ»:

– Мне нравится работать со строителями, они – не нытики, хотя в обществе бытует мнение о мужчинах, с трудом переносящих +37 °С.

Все, конечно, очень индивидуально. Да, доказано, что у женщин выше иммунитет, чем у мужчин, как, впрочем, и то, что психиче-

ское здоровье тесно связано с физическим, и оптимисты живут дольше пессимистов.

Среди строителей оптимистов я встречала чаще, чем среди представителей других профессий. Возможно, это связано с тем, что трудная работа закаляет, мобилизует, повышает стрессоустойчивость. Она же и отражается на здоровье, поэтому, дорогие мои, берегите себя! С профессиональным праздником!



Все строители делают это...

любят спорт и ведут активный образ жизни

Виктор АНИКЕЕВ,
инструктор по спорту ОАО «Стройтрест № 1»:

– Занятия спортом и активный отдых стимулируют человека к победе и поддерживают командный дух, а это именно то, что необходимо сегодня представителям строительной отрасли.

Восемь лет с удовлетворением наблюдаю, как спорт объединяет коллектив 1 треста. Начинали

с небольшой группы энтузиастов. Сейчас закрываем все виды спорта на городской спартакиаде строителей и свои внутренние соревнования тоже практикуем. И уже не проблема собрать команду, нацелить ее на победу и добавить по итогу в копилку очередную награду.

Проводим соревнования по рыбной ловле. С группой экстремалов сплаваемся по своему белорусскому рекам.

Строители мобильны, азартны, физически сильны и не приучены уступать – это и есть главные составляющие успеха.

С наступающим праздником, коллеги! Встретимся на спортплощадках.

На снимке слева направо: спортсмены **Василий Лагунов** и **Владислав Даненков**, инструктор по спорту «первого» **Виктор Анিকেев**

Строители практиковались в роли пожарных



Возгорание на объекте СУ-201 треста № 35 было ликвидировано за секунды. Затем еще, еще и еще раз... – все желающие смогли почувствовать себя в роли мужественных огнеборцев, а заодно на практике отработать тушение пожара порошковым огнетушителем. Пришли единодушно ко мнению: нет ничего сложного! Будем надеяться, что эти навыки не пригодятся. Но пожары на стройобъектах периодически случаются, лучше знать и уметь, как поступать в случае ЧП, чем надеяться на помощь извне.



На стройке чаще всего горит утеплитель – тому есть немало примеров. Заместитель начальника Заводского районного отдела по ЧС Дмитрий Юргевич напомнил строителям, что после проведения огневых работ необходимо в течение трех часов контролировать ситуацию на объекте.

«Неплохо бы присматривать и за неблагополучными соседями по дому, практикующими после изрядной дозы алкоголя покурить в постели, – посоветовал Дмитрий Станиславович. – Когда горит одна квартира, так или иначе, страдают все близлежащие».

Всем нам в помощь – автономные пожарные извещатели, которые защитят, особенно в ночное время: во сне человек не ощущает запаха дыма, домашний спасатель разбудит и предотвратит беду.

На память о встрече с представителями МЧС – фото.

Когда вода – беда

Когда о причинах гибели людей при попадании в воду рассказывает водолаз, поверьте, пробирает до дрожи. Так было у нас: на встрече с коллективом аппарата ГПО «Минкстрой» пришла маневренно-поисковая группа ОСВОДа и председатель Ленинской организации ОСВОД Мария Матяш.



С начала года, по информации Марии Матяш, вода унесла 230 жизней. Среди погибших – 19 несовершеннолетних. Причины разные: падение в воду (43,05%), купание (27,4%), рыбная ловля (10,9%). Единичны случаи самоубийств, все остальные – наша беспечность и роковые стечения обстоятельств. Так, 95 утонувших были в состоянии алкогольного опьянения.

Что делать, если человека извлекли из водоема?

ЗВОНИТЬ 102!!! Профи разберутся, кого еще необходимо привлечь в данной ситуации из экстренных служб.

И только потом бросаться оказывать первую помощь. Проверить сознание, открыть дыхательные пути, сделать искусственное дыхание: два выдоха – на десять надавливаний на грудную клетку.

Нам это все показала на манекене медработник Наталья Соколовская – такая форма подачи информации самая эффективная. Рекомендуем практический подход! Она же ответила на вопросы, как быть, если в воде свело судорогой мышцу, нога запуталась в водорослях, вас подхватило течение... Общее для всех ситуаций – в первую очередь, не паниковать!

Больше всего вопросов у строителей было к водолазу Алексею Акимову. От самых жиз-

ненных, как пришел в профессию, до достаточно жестких, связанных с поиском утонувших людей. Это не праздное любопытство, а скорее погружение в необычную профессию, не имеющую ничего общего с нашими представлениями о подводном плавании.

Искать погибших трудно: не только психологически, но и потому, что видимость под водой плохая, приходится это делать буквально на ощупь, метр за метром. Плюс течение, которое относит тела на много километров от места утопления. Порой уходят дни, недели – представить состояние близких невозможно; но и водолазам тоже достаётся.

Профи советуют реально оценивать свои силы, прежде чем бросаться в воду спасать. Если плаваете плохо, в стрессе, неважно себя чувствуете, то не стоит и пытаться: чтобы не увеличивать количество погибших. Надо громко звать на помощь, вызывать спасателей, пробовать добросить круг.

Даже если человека спасли, скорая помощь обязательна. Есть такое понятие «сухое утопление», когда человек на берегу говорит о своем нормальном состоянии, но в легких у него вода, которая со временем угнетает их функцию и приводит к остановке дыхания.

Наталья ХАЦКЕВИЧ

Лето – это не только маленькая жизнь, но и прекрасное время всерьез заняться спортом

Советы от профи:

– тщательно следите за своим питанием. Мучное, калорийные, жареные блюда лучше исключить и заменить фруктами и овощами, постным мясом и творогом;

– снабжайте свой организм природными витаминами, но не забывайте и о поливитаминах. Считается, что летом и так хватает полезных веществ, но теряя большое количество влаги, а вместе с ней и витаминов, организм нуждается в удвоенной их дозе;

– оптимальное расписание: 3-4 раза в неделю заниматься бегом, ходьбой, плаванием, поездками на велосипеде, роликах – это зависит от личных увлечений и пристрастий; 3-4 раза – силовые упражнения: штанга, гантели. Для простых упражнений подойдет гантели весом от 1 до 7 кг. Чтобы быть в хорошей форме, достаточно поднимать гантели по 8-12 раз;

– чтобы проработать все группы мышц, начинать нужно с небольшой разминки, затем выполняются не менее 8 упражнений ежедневно. Периодически устраивать минутку отдыха, во время которой хорошо выпить воды, чтобы восполнить запас жидкости;

– чтобы получить максимальную для себя пользу, нужно учитывать свои особенности. По исследованиям американских учёных, наибольший эффект достигается при занятиях на пустой желудок с самого утра или перед сном вечером, поскольку после сна утром в теле человека понижен уровень глюкозы, как следствие, при физической активности организм активно начинает сжигать запасы жиров.

Быстрая прогулка или пробежка перед сном запускают обмен веществ. Поэтому рост мышц и сжигание жиров продолжается и во время сна!

Лилия Цветкова, валеолог 6-й поликлиники

Живи по закону!

Таков лейтмотив пресс-конференции, которая прошла в Доме прессы и была посвящена борьбе с преступностью и коррупцией. В ней приняли участие начальник управления по борьбе с коррупцией и организованной преступностью Генеральной прокуратуры Республики Беларусь Игорь Грейбо, начальник управления Главного управления по борьбе с организованной преступностью и коррупцией МВД Василий Сысоев и начальник главного управления по расследованию преступлений в сфере организованной преступности и коррупции Следственного комитета Владимир Шишко.

Ежегодно в нашей стране совершается от 1,5 до 2 тысяч преступлений коррупционной направленности, к уголовной ответственности привлекается около тысячи лиц (в общем количестве преступлений коррупционные составляют от 1,5 до 3 процентов). В первом

Только в первом полугодии 2022 года ущерб, нанесенный экономике нашей страны коррупционными преступлениями, составил более 9 млн рублей.

полугодии текущего года число коррупционных преступлений выросло на 8 процентов в сравнении с аналогичным периодом прошлого года. Больше всего их выявлено в промышленности, сельском хозяйстве, органах государственного управления, строительстве, транспортной сфере, здравоохранении и образовании.

Генпрокуратура назвала такие зафиксированные факты, как приобретение товарно-материальных ценностей по завышенной

стоимости, лоббирование интересов конкретных поставщиков, получение взяток за решение вопросов по заключению и исполнению хозяйственных договоров и договоров аренды, хищение денежных средств и имущества. К уголовной ответственности привлечены как рядовые сотрудники, так и должностные лица, занимающие ответственное положение.

Самая крупная взятка, полученная в Беларуси в прошлом году, – 1 млн долларов США.

За первое полугодие по результатам проверок органами Прокуратуры организаций на предмет исполнения антикоррупционного законодательства привлечено к дисциплинарной и другой ответственности более 1,5 тыс. должностных лиц и юристов (это помимо возбужденных уголовных дел). Примерно половина проверок относится к категории сложных, в основном в области закупок (оказывается, эта сфера наиболее подвержена коррупционным проявлениям). В прошлом году по требованию Генпрокуратуры у 200 должностных и иных лиц изъято незаконно полученного имущества на сумму 1 млн 700 тыс. рублей, в первом полугодии этого года – более чем на 700 тыс. рублей.

Основными причинами коррупционных преступлений наряду со стремлением к обогащению названы: недостатки в работе по профилактике преступлений, отсутствие контроля со стороны руководства за деятельностью сотрудников, ненадлежащий подбор и расстановка кадров.

Наш корр. по материалам пресс-конференции в Доме прессы