



НАША СИЛА В ЕДИНСТВЕ!

ВСТУПАЙ В ПРОФСОЮЗ МЕТАЛЛУРГОВ И ГОРНЯКОВ УКРАИНЫ! НАШ ПРОФСОЮЗ – РЕАЛЬНАЯ СИЛА, СПОСОБНАЯ ЗАЩИТИТЬ ТЕБЯ!



ВМЕСТЕ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК ПЕРВИЧНОЙ
ПРОФСОЮЗНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПМГУ
ПАО «АРСЕЛОРМИТТАЛ КРИВОЙ РОГ»

№ 45 (755) • 3 декабря 2020 г.

ПРОФИНФО

E-mail: vmeste.profinfo@gmail.com



НА ВРЕМЯ КАРАНТИНА «ВМЕСТЕ ПРОФИНФО» ВЫХОДИТ В ЭЛЕКТРОННОМ ФОРМАТЕ

Издание доступно для скачивания на нашем официальном сайте, а также на Facebook-странице и в Telegram-канале

■ ЧЕМ ЖИВЁШЬ, КОЛЛЕКТИВ?

Когда цеху 55, а он всё молодеет!



2 стр.



Фото Виктора БЕЛИКА



В ПАО «АрселорМиттал Кривой Рог» есть трудовые коллективы, которым не очень благоприятный уходящий год подарил приятные мгновения. К примеру, в этом году в конвертерном цехе сталеплавильного департамента были запущены в эксплуатацию вторая и третья машины непрерывного литья заготовок (МНЛЗ), а первая такая машина отметила 9-ю годовщину со время запуска.

ЮРИДИЧНА КОНСУЛЬТАЦІЯ

Споживачі природного газу
мають право вільно обирати
його постачальника.



4

КОРИСНО ЗНАТИ

З 1 грудня в Україні зросли
розміри деяких державних
соціальних стандартів та
прив'язаних до них виплат.



3



WWW.AMKRPROF.ORG.UA



WWW.FB.COM/AMKRPROF



T.ME/AMKRPROF



■ ЧЕМ ЖИВЁШЬ, КОЛЛЕКТИВ?

Когда цеху 55, а он всё молодеет!



Наверное, для многих уходящий ныне 2020-й год запомнится прежде всего проблемами, связанными с пандемией коронавируса и карантинными ограничениями, которые существенно осложнили жизнь как экономике в целом, так и отдельным гражданам. Но, несмотря на это, в ПАО «АрселорМиттал Кривой Рог» есть трудовые коллективы, которым уходящий год подарил и приятные мгновения. К примеру, в этом году конвертерный цех сталеплавильного департамента (директор сталеплавильного департамента-начальник конвертерного цеха Андрей Трусов, председатель цехкома ПМГУ Юлия Доброжданова) отметил своё 55-летие. Также в структурном подразделении в 2020-м были запущены в эксплуатацию вторая и третья машины непрерывного литья заготовок (МНЛЗ), а первая такая машина отметила 9-ю годовщину со время запуска.



«Конечно, с введением в эксплуатацию нового оборудования росли как объемы производства, так и численность коллектива конвертерного цеха, – говорит Юлия Доброжданова. – Сейчас у нас трудится 1346 работников. Многие перешли из других структурных подразделений, в том числе с мартеновского цеха, который, как известно, был закрыт в марте этого года. На сегодня у нас работает 48 бывших мартеновцев, это в основном разливыщики, сталевары и машинисты кранов. Пришли, конечно, и люди со стороны. Кто состоял до этого в ПМГУ, присоединились к нашей профсоюзной организации, с остальными мы вплотную работаем на предмет их вступления в профсоюз».

По словам предцехкома, в этом, как и в других вопросах, ей активно помогают профактивисты – профгруппорг отделения непрерывной разливки стали старший мастер производственного участка Вадим Юрик, заместитель предцехкома инженер по планированию производства Наталия Колесниченко, профгруппорг электромонтер Владимир Волинец, профгруппорг разливочного отделения сменный мастер Валерий Кузнецов.

*Подробности читайте
в следующем выпуске газеты.*

**Записал Сергей СОЛОВЬЁВ,
фото Виктора БЕЛИКА**





ОПЛАТА ТРУДА

Задолженность по выплате зарплаты продолжает расти

Как свидетельствуют данные Госстата Украины, на 1 ноября текущего года допущенная в нашей стране задолженность по выплате заработной платы наёмным работникам достигла размера в 3 млрд. 791,7 млн. грн., что на 6,5% больше суммы задолженности, зафиксированной месяцем ранее. При этом с начала года зарплатные долги возросли на 25%.

Правда, в Днепропетровской области за октябрь сумму задолженности удалось уменьшить на 2,1%. Однако с начала года и в нашей области отмечается рост задолженности. По состоянию на 1 ноября долги по выплате зарплаты на Днепропетровщине составили 396,8 млн. грн., что на 12,1%, чем было на начало текущего года.

Ещё более значительную задолженность по выплате зарплаты накопили только в двух регионах страны: на Харьковщине – 583 млн. грн. и в Донецкой области – 921,4 млн. грн. Причём, в обеих названных областях с начала года сумма задолженности возросла более чем в полтора раза.

Денег в кошельках у работников у нас в стране почти не прибавилось: особенно в перерасчёте на популярную иностранную валюту

По данным Госстата, средняя зарплата штатных работников, занятых в различных отраслях экономики нашей страны, в октябре 2020 года составила 12174 грн. При этом в сравнении с сентябрём в реальном выражении с учётом показателя инфляции зарплата увеличилась на 0,5%.

Отметим, что в октябре 2020 года только четыре региона Украины по размеру средней зарплаты превзошли средний показатель в целом по стране. Среди них и Днепропетровская область, которая и замкнула четвёрку лидеров с показателем 12201 грн.

А первое место по уровню средней зарплаты среди регионов страны в октябре уверенно заняла столица, значительно опережая своих «преследователей». Так, октябрьская средняя зарплата в Киеве оказалась на уровне 17494 грн., а в Донецкой области, у которой второе место, – только 13544 грн. В Киевской области, занявшей в октябре

третью позицию сверху в зарплатном рейтинге, средняя зарплата составила 12905 грн.

Самая низкая средняя зарплата в октябре была зафиксирована в Волынской области – 9861 грн. Недалеко ушли также Черновицкая область – 9926 грн., и Черниговщина – 9966 грн.

Если пересчитать среднюю зарплату в Украине в октябре 2020 года, исходя из среднего обменного валютного курса за указанный месяц, то она составляла 430 долларов или 365 евро, что больше, чем месяцем ранее, соответственно, на 1 доллар и 1 евро.

Сколько платят металлургам, горнякам и коксохимикам

По данным ЦС ПМГУ, средняя зарплата в октябре этого года на предприятиях чёрной металлургии в нашей стране составляла 17656 грн. против 13241,2 грн. в целом по промышленности Украины. На горнодобывающих предприятиях средняя зарплата в октябре 2020 года была 18276,1 грн., на коксохимических – 19386,5 грн.

Таким образом, если пересчитать зарплату работников горно-металлургической отрасли, исходя из среднего обменного валютного курса за октябрь (по данным НБУ), то в указанном месяце металлурги имели средний заработок в 623 доллара или 529 евро, горняки – 645

долларов или 548 евро, коксохимиками – 685 долларов или 581 евро. Это – больше, чем месяцем ранее. Так, в сравнении с сентябрём зарплата металлургов выросла на 29 долларов или 25 евро, горняков – на 25 долларов или 23 евро, коксохимиков – на 54 доллара или 46 евро.

Подготовил Виктор БЕЛИК

МІНСОЦПОЛІТИКИ ІНФОРМУЄ

Державні соціальні стандарти та гарантії,

що діють в Україні
у підвищених розмірах
з 1 грудня 2020 року (грн.).

Прожитковий мінімум	
В розрахунок на місяць на одну особу	2189
Для дітей віком до 6 років	1921
Для дітей віком від 6 до 18 років	2395
Для працездатних осіб	2270
Для осіб, які втратили працездатність	1769
Мінімальна пенсія	1769
Допомога на поховання для безробітних	2189
Допомога на дітей одиницею матерям (максимальний розмір)	
до 6 років	1921
від 6 до 18 років	2395
від 18 до 23 років (за умови навчання)	2270
Допомога на дітей, які перебувають під опікою чи піклуванням (максимальний розмір):	
до 6 років	4802,50
від 6 до 18 років	5987,50
Рівень забезпечення прожиткового мінімуму (гарантований мінімум) для визначення соціальної допомоги малозабезпеченим сім'ям	
для працездатних осіб (25 % прожиткового мінімуму для працездатних осіб)	567,50
для осіб, які втратили працездатність, та осіб з інвалідністю (100% прожиткового мінімуму для осіб, які втратили працездатність)	1769
для дітей віком	(130% відповідного прожиткового мінімуму)
до 6 років	2497,30
від 6 до 18 років	3113,50
від 18 до 23 років (за умови навчання)	2951
Державна соціальна допомога	
Особам з інвалідністю з дитинства I групи з надбавкою на догляд:	
- підгрупа А	3633,30
- підгрупа Б	2653,50
Особам з інвалідністю з дитинства II групи	1769
Особам з інвалідністю з дитинства III групи	1769
Державна соціальна допомога особам, які не мають права на пенсію, але досягли пенсійного віку, встановленого законом	1769

За інформацією офіційного сайту
Міністерства соціальної політики України

**■ НОВЕ В ЗАКОНОДАВСТВІ**

Гарантується право вільного вибору постачальника природного газу

Закон України «Про ринок природного газу» визначає правові засади функціонування ринку природного газу України, заснованого на принципах вільної конкуренції, належного захисту прав споживачів та безпеки постачання природного газу, а також здатного до інтеграції з ринками природного газу держав - сторін Енергетичного Співтовариства, у тому числі шляхом створення регіональних ринків природного газу.

Відповідно до статті 13 зазначеного вище закону споживач має право, зокрема, на:

- 1) вільний вибір постачальника;
- 2) безоплатну зміну постачальника, крім випадків, передбачених абзацом другим частини першої статті 14 цього Закону;
- 3) отримання інформації про загальні умови постачання (у тому числі ціни), права та обов'язки постачальника та споживача, зазначення актів законодавства, якими регулюються відносини між постачальником і споживачем, наявні способи досудового вирішення спорів з постачальником;
- 4) отримання природного газу належної якості та кількості, фізико-хімічні показники якого відповідають встановленим нормам, відповідно до умов укладених договорів, крім випадків припинення (обмеження) постачання природного газу відповідно до вимог законодавства та умов договорів;
- 5) безоплатне отримання інформації про обсяги та інші показники власного споживання природного газу;
- 6) дострокове розірвання договору постачання, якщо постачальник повідомив споживача про намір внесення змін до договору постачання в частині умов постачання та нові умови постачання виявилися для нього неприйнятними.

Споживач зобов'язаний, зокрема:

- 1) укласти договір про постачання природного газу;
- 2) забезпечувати своєчасну та повну оплату вартості природного газу згідно з умовами договорів;
- 3) не допускати несанкціонованого відбору природного газу;
- 4) забезпечувати безперешкодний доступ уповноважених представників оператора газотранспортної системи, оператора газорозподільної системи до вузлів обліку природного газу та з метою встановлення вузлів обліку газу;
- 5) припиняти (обмежувати) споживання природного газу відповідно до вимог законодавства та умов договорів.

Відповідно до статті 14 закону усім споживачам гарантується право вибору постачальника.

Забороняється стягувати плату або вимагати будь-яку іншу фінансову компенсацію у зв'язку із зміною постачальника (крім випадків, коли така плата або компенсація прямо передбачена договором постачання із споживачем, що не належить до категорії побутових споживачів).

Діючий постачальник не має права встановлювати умови для припинення договору постачання, які обмежують право споживача на зміну постачальника.



За умови виконання споживачем своїх зобов'язань за договором постачання:

- 1) зміна постачальника за ініціативою споживача має бути завершена в термін не більше трьох тижнів з дня повідомлення таким споживачем про намір змінити постачальника, за умови дотримання правил зміни постачальника, у тому числі обов'язку щодо здійснення повного остаточного розрахунку з попереднім постачальником;
 - 2) до припинення договору постачання діючий постачальник зобов'язаний забезпечувати постачання природного газу споживачу на умовах чинного договору.
- Наявність спору між діючим постачальником і споживачем, який заявив про намір змінити постачальника, не є підставою для затримки у виконанні договору постачання з новим постачальником.

Як реалізувати своє право на зміну постачальника? Зміна постачальника здійснюється в порядку, передбаченому Правилами постачання природного газу, що затверджені постановою НКРЕКП від 30.09.2015 р. № 2496.

Зокрема, Розділом IV «Порядок зміни постачальника» Правил встановлено наступне.

Зміні постачальника має передувати укладання договору постачання природного газу з новим постачальником та розірвання договору постачання природного газу з діючим постачальником або його призупинення в частині постачання природного газу у певному розрахунковому періоді, а також відсутність у споживача простроченої заборгованості за поставлений природний газ перед діючим постачальником.

Кожен споживач, який має намір змінити постачальника, повинен виконати свої зобов'язання по розрахунках за природний газ перед діючим постачальником (або укласти з ним графік реструктуризації заборгованості за природний газ, якого має дотримуватись) та підписати з ним угоду про розірвання договору постачання природного газу або його призупинення в частині постачання природного газу з дати, з якої постачання природного газу буде здійснювати новий постачальник, відповідно до пункту 5 цього розділу.

Повідомлення споживачем діючого постачальника про намір змінити постачальника є пропозицією про розірвання договору постачання природного газу або його призупинення в частині постачання природного газу у певному розрахунковому періоді і повинно містити дату розірвання (призупинення) чинного договору постачання природного газу, яка визначається останнім календарним днем перед датою, з якої договір постачання природного газу з новим постачальником набере чинності.

Зміні постачальника природного газу має передувати укладання договору постачання з новим постачальником та розірвання такого договору з діючим постачальником, а також погашення чи реструктуризація заборгованості за наданий газ перед ним.

З метою забезпечення безперебійного постачання природного газу діючий постачальник поставляє природний газ споживачу до останнього дня терміну дії існуючого договору постачання природного газу відповідно до умов та положень, узгоджених у ньому, а договір постачання природного газу, укладений з новим постачальником, набирає чинності наступного дня після розірвання (призупинення) договору з діючим постачальником, але за умови, що у споживача не буде простроченої заборгованості за поставлений природний газ перед діючим постачальником.

[Продовження на стор.5.](#)

Безкоштовну юридичну консультацію і допомогу члени ПМГУ можуть отримати за телефоном



+38 067 638 32 38



■ НОВЕ В ЗАКОНОДАВСТВІ

Закінчення. Початок на стор.4.

Якщо на початок періоду фактичного постачання природного газу новим постачальником чи протягом цього періоду у споживача виникне прострочена заборгованість за поставлений природний газ перед попереднім постачальником (через розбіжності між плановим і фактичним споживанням, настання терміну остаточного розрахунку після початку постачання газу новим постачальником тощо), або споживач не буде дотримуватись узгодженого графіка погашення заборгованості із попереднім постачальником, останній має право повідомити про це Оператора ГТС та здійснити заходи, передбачені цими Правилами, щодо припинення постачання природного газу споживачу-боржнику, у тому числі через Оператора ГРМ.

Фактичне постачання природного газу новим постачальником може починатись виключно з газової доби, з якої споживач включений до Реєстру споживачів нового постачальника в інформаційній платформі Оператора ГТС у порядку, визначеному Кодексом газотранспортної системи.

Зміна постачальника в інформаційній платформі Оператора ГТС здійснюється в порядку, визначеному главою 5 розділу IV Кодексу газотранспортної системи, та з дотриманням вимог Закону України «Про ринок природного газу» щодо зміни постачальника протягом періоду, який не перевищує 21 день з моменту ініціювання споживачем (чи за дорученням споживача його постачальником) зміни постачальника.

Звертаємо увагу читачів, що у разі зміни Постачальника за ініціативою Споживача до закінчення дії укладеного Договору в частині постачання газу, Споживач зобов'язується сплатити Постачальнику за цим Договором фінансову компенсацію у розмірі 1% від вартості недопоставленого планового обсягу газу за цим Договором.

Усі газопостачальні компанії мають офіційні сайти в мережі Інтернет. Користувачі Інтернет можуть зайти на сайт газопостачальної компанії, ознайомитися з умовами постачання нею газу, подати онлайн заявку на укладення договору, надіслати онлайн фотографії необхідних документів і після цього отримати повідомлення, що стали клієнтами нової газопостачальної компанії. Ті, хто не користується Інтернет, можуть укласти договір лише в офісі компанії.

Для укладення договору з газопостачальною компанією необхідно надати паспорт, індивідуальний податковий номер, документ, що засвідчує право власності, останній рахунок за постачання газу.

Наприклад, газопостачальна компанія Нафтогаз на своєму сайті за посиланням <https://gas.ua/uk/home/join> розмістила інформацію під назвою «Приєднуйтесь до нас. Це просто – рухайтесь крок за кроком» для бажаючих укласти з нею договір. Дотримуючись детальних інструкцій та виконавши нескладні операції, можна швидко укласти договір на постачання природного газу.

Бажаємо вам успіху у виборі постачальника природного газу. Сподіваємось, що він буде надійним, постачатиме якісний газ за найнижчою ринковою ціною.

СПОЖИВАЧ

Ціни на газ для населення

За даними Консультаційного центру «ГазПравда», спеціально створеного, як зазначається на його сайті, для надання фахових роз'яснень українцям щодо постачання природного газу з метою допомогти споживачам захистити власні права, на грудень поточного року надання послуги з газопостачання у нашій країні задекларували 55 компаній. При цьому заявлені ними на грудень роздрібні ціни на природний газ для населення коливаються у межах від близько 6 грн. за кубометр до близько 9 грн. за кубометр, тобто можуть різнитися на більш ніж 3 грн. за кубометр.

За найбільш привабливою для споживачів ціною пропонує газ у грудні київська компанія ТОВ «Мегаватт Енерго» (Megawatt) – 5,95 грн. за кубометр, що, до речі, на 27 коп. менше, аніж у листопаді. А найвищу ціну на грудень встановило львівське ТОВ «Львівенергозбут» – 9,05 грн. за кубометр.

Як нагадує «ГазПравда», газопостачальні компанії у разі зміни своєї ціни на газ мають повідомляти про це за 5 днів до початку місяця постачання, у якому буде діяти нова ціна. І дотримуючись встановленого чинним законодавством терміну, 15 компаній наприкінці листопаду оприлюднили приймну для споживачів інформацію про зменшення своєї ціни на газ у грудні у порівнянні з попереднім місяцем. Ще 30 компаній залишили ціну на грудень без змін відносно листопаду. І лише 9 постачальників вирішили переглянути ціну у бік збільшення. Також одна компанія (ТОВ «Галнафтогаз») у грудні дебютувала на роздрібному газовому ринку нашої країни.

Що стосується мешканців Кривого Рогу, то на грудень поточного року їм пропонують свої послуги з газопостачання, за даними сайту «Мінфін», дві компанії – це ТОВ «Дніпропетровськгаз збут», до числа клієнтів якого раніше автоматично потрапляли всі споживачі газу серед населення нашого міста, та ТОВ ГК «Нафтогаз України». Роздрібна ціна на газ від ТОВ «Дніпропетровсь-

кгаз збут», яка діє з 1.12.2020, становить, як і місяцем раніше, 8,89 грн. за кубометр, а газопостачальна компанія «Нафтогаз України» пропонує газ у грудні, як і в листопаді, за ціною 6,33 грн. за кубометр при користуванні тарифним планом «Місячний» та 6,45 грн. за кубометр – при тарифі «Річний» (за яким встановлюється фіксована ціна на 12 місяців).

Цікаво, що у Києві, за даними сайту «Мінфін», на грудень поточного року діють аж 11 газопостачальних компаній, що пропонують газ населенню, серед яких і вже згадуване ТОВ «Мегаватт Енерго» (Megawatt) з найнижчою в Україні роздрібною грудневою ціною у 5,95 грн. за кубометр. При цьому вартість доставки газу, яку споживач має сплачувати окремо (понад ціну за сам газ) місцевому оператору газорозподільної мережі за тарифом затвердженим державним регулятором у цій сфері – НКРЕКП, у столиці є найнижчою в Україні. Так, на грудень 2020 року діючий тариф з доставки (розподілу) газу, встановлений для монопольного надавача вказаної послуги у межах Києва – ПАТ «Київгаз», складає 0,336 грн. за кубометр.

У Кривому Розі ми маємо сплачувати нашому місцевому безальтернативному оператору ГРМ – ПАТ «Криворіжгаз» – за доставку (розподіл) газу за тарифом 0,456 грн. за кубометр.

[Продовження на стр.6.](#)

Роздрібні ціни на природний газ для населення в м. Кривий Ріг з 1.12.2020 року

Постачальник (газопостачальна компанія)	Тариф (грн. за 1 м ³ , з ПДВ)
ТОВ «Дніпропетровськгаз збут»	8,88873
ТОВ ГК «Нафтогаз України»	6,33000

Вартість доставки газу операторами ГРМ в м. Кривий Ріг з 1.12.2020 року

Постачальник (газорозподільна компанія)	Тариф (грн. за 1 м ³ , з ПДВ)
ПАТ «Криворіжгаз»	0,456



СПОЖИВАЧ

Закінчення. Початок на стор.5.

Це більше, аніж у столиці, але не так і багато у порівнянні з багатьма іншими містами та іншими газорозподільними компаніями, що діють у різних регіонах України.

Наприклад, для мешканців Вінницької області послуга з доставки (розподілу) газу від ТОВ «Газпостачсервіс» коштує 2,952 грн. за кубометр. Ще більше сплачують за вказану послугу клієнти ТОВ «Спектргаз» з Львівської області – 3,276 грн. за кубометр. Меншими, аніж у Кривому Розі, тарифами з доставки (розподілу) газу у грудні поточного року можуть похвалитися, окрім Києва, тільки у Кременчуці, Тернополі та Харкові.

А взагалі у НКРЕКП нещодавно вже повідомили про плани щодо підвищення тарифу з доставки (розподілу) газу, починаючи з нового року, для багатьох операторів ГРМ, що діють у нашій країні.

Плата за користування природним газом у разі відсутності газових лічильників для населення в м. Кривий Ріг (за даними сайту «Мінфін»)

Вид споживання	Норма споживання газу на місяць на 1 особу (м³)	Тариф на місяць (грн.)
ТОВ «Дніпропетровськгаз збут», з 1.12.2020		
Плита газова за наявності централізованого гарячого водопостачання	3,28	29,16
Плита газова у разі відсутності централізованого гарячого водопостачання та газового водонагрівача	5,39	47,91
Плита газова та водонагрівач	10,49	93,24
ТОВ ГК «Нафтогаз України», з 1.12.2020		
Плита газова за наявності централізованого гарячого водопостачання	3,28	20,76
Плита газова у разі відсутності централізованого гарячого водопостачання та газового водонагрівача	5,39	34,12
Плита газова та водонагрівач	10,49	66,40

Норми споживання газу встановлені Постановою Кабінету Міністрів України «Питання споживання природного газу» № 143 від 27.02.2019.

Підготував Віктор БІЛИК

КОРИСНО ЗНАТИ

Про своєчасне інформування громадян у разі посилення протиепідемічних заходів з метою належної підготовки до такого посилення

На Кабінет Міністрів України покладається обов'язок у разі виникнення необхідності запровадження на всій території України чи на території окремого регіону (адміністративно-територіальної одиниці) карантинних заходів проінформувати про це населення у певний термін.

Зважаючи на критичну ситуацію, що виникла внаслідок пандемії гострої респіраторної хвороби COVID-19, зокрема постійне зростання кількості нових випадків захворювання на COVID-19 за добу на території України, та у зв'язку з цим імовірність посилення Кабінетом Міністрів України протиепідемічних заходів для запобігання поширенню на території України COVID-19, з метою своєчасного інформування громадян про посилення протиепідемічних заходів для забезпечення належної підготовки до таких заходів Верховна Рада України 17 листопада 2020 року прийняла постанову № 1004-ІХ, відповідно до якої на Кабінет Міністрів України покладається обов'язок у разі виникнення необхідності запровадження на всій території України чи на території окремого регіону (адміністративно-територіальної одиниці) заборони:

- регулярних та нерегулярних перевезень пасажирів автомобільним, заліз-



ничим транспортом, міським електро-транспортом, метрополітеном у міському сполученні;

- відвідування закладів освіти здобувачами освіти;
- приймання відвідувачів суб'єктами господарювання, які провадять діяльність у сфері культури;
- приймання відвідувачів у кінотеатрах;
- приймання відвідувачів суб'єктами господарювання, які провадять діяльність у сфері громадського харчування (барів, ресторанів, кафе тощо);

- приймання відвідувачів у торговельно-розважальних центрах;
- приймання відвідувачів суб'єктами господарювання, які провадять діяльність у сфері торговельного і побутового обслуговування населення;
- покидати місця свого проживання
- для запобігання поширенню COVID-19:
- запроваджувати на відповідній території більше одного із зазначених заходів виключно за умови оприлюднення відповідного рішення про це не пізніше ніж за 7 календарних днів до початку їх дії;
- не пізніше ніж за 7 календарних днів до початку дії двох і більше зазначених заходів проінформувати про програми (заходи), що будуть запроваджені (вжиті) для підтримки вразливих груп населення, працівників та суб'єктів господарювання, зокрема щодо організації перевезень працівників до місця роботи та у зворотному напрямку;
- не пізніше ніж за 7 календарних днів до початку дії двох і більше зазначених заходів внести до Верховної Ради України проект Закону України щодо надання державної підтримки та пільг населенню та суб'єктам господарювання, які зазнають негативних наслідків у зв'язку з посиленням протиепідемічних заходів.

Безкоштовну юридичну консультацію і допомогу члени ПМГУ можуть отримати за телефоном



+38 067 638 32 38



Администрация, цеховые комитеты ПМГУ и трудовые коллективы поздравляют с Днём рождения:



ИВАЩЕНКО Владимира Георгиевича (03.12), слесаря-ремонтника ЦПС;
КОВАЛЬЧУК Елену Павловну (04.12), машиниста крана МП ЦПС;
КОВАЛЕНКО Светлану Витальевну (04.12), машиниста крана МП ЦПС;
БОГИНСКУЮ Ирину Леонидовну (06.12), подготовителя составов к разливке плавов ЦПС.

• • •
МИРОШНИЧЕНКО Максима Анатольевича (06.12), газосварщика ЭРЦ.

*Желаем, чтобы удавалось
В реальность планы воплотить,
Чтоб все, что хочется, сбывалось,
Легко и интересно жить!
Мечты заветной, цели ясной,
Любви, заботы и тепла,
Не забывать, что жизнь прекрасна,
Здоровья, счастья и добра!*

■ СМЕХОТЕРАПИЯ

- Деда, а какая вообще жизнь?
- В общем, сначала будет хорошо, потом будет плохо...
- А потом снова хорошо?
- Нет, потом ты просто привыкнешь.

- • •
- У нас падают продажи, новых клиентов нет, нечем платить зарплату! Что делать?
 - Давайте офис снежинками украсим?
 - Ну хорошо, надо же что-то делать.

• • •
В Новый год сбывается всё! Даже то, что в другое время сбыть не удаётся.

• • •
Если вы бегаєте по утрам в парке, а об этом никто не знает, то это не считается.

• • •
Британские ученые открыли американских ученых... которых случайно закрыли в туалете.

• • •
Правильно говорить не «ленивый человек», а «человек с ограниченным желанием работать».

• • •
Запись в дневнике: «Ваш ребенок опять дрался на перемене. Я поставила на него 500 рублей и выиграла. Спасибо».

- • •
- Вы лишились работы из-за пандемии? Значит вам срочно нужно получить пособие по безработице.
 - А сумма какая?
 - Причем тут деньги, это брошюра такая.

■ ЭТО ИНТЕРЕСНО

Главный секрет счастья

Более 80 лет назад в Гарварде стартовало уникальное исследование, посвященное изучению счастья. Присоединившись к нему еще совсем молодыми людьми, сегодня его участники стали уже глубокими стариками. Сменилось несколько поколений следящих за их жизнью ученых. Зато теперь они нашли ответ на вечный вопрос: как быть счастливым?

«В вопросе счастья самое главное – выбросить это слово из своего лексикона», – считает гарвардский профессор Джордж Вайлант. Слишком многое из того, что мы под ним понимаем: достаток, защищенность, полный желудок, – относится к обыкновенному бытовому комфорту. Такому стремлению получать удовольствие противопоставляют чувство, связанное с удовлетворенностью собой и миром, с ощущением достойно и «качественно» проживаемой жизни. Очевидно, что именно его, а никак не телесные удовольствия имел в виду Аристотель, говоря о наивысшем благе человека.

Но что же дарит счастье в высшем, «подлинном» смысле? Накопив достаточно данных, психологи сумели выделить факторы, которые еще десятилетия назад могли бы указать на людей, проживших дольше и счастливее других. Ключевой ответ на вопрос о счастье уже получен.

Важнейшими факторами, определяющими долгое счастье, стала удовлетворенность отношениями с семьей и близкими, с друзьями, коллегами и соседями. Изоляция и одиночество оказались «токсичны»: выяснилось, что они негативно влияют на медицинские показатели, продолжительность жизни и субъективное ощущение счастья. И наоборот, сильные привязанности и тесные связи позволяют дольше сохранять здоровое тело, ум и память. Роберт Уолдингер, который сменил Джорджа Вайланта на посту руководителя проекта, резюмировал: «Главное, что делает нас здоровыми и счастливыми, – это социальные связи».



Конечно, если за внешне благополучным браком скрываются взаимные претензии и конфликты, такие отношения могут стать хуже «честного развода». Но и безоблачными они быть не обязаны. Уолдингер замечает, что некоторые наблюдаемые в эксперименте пары ругались друг с другом на протяжении десятилетий. Однако до тех пор, пока в основе отношений лежало взаимное доверие, пока они чувствовали, что в главном могут друг на друга положиться, ссоры не давали заметного отрицательного эффекта.

Все это кажется банальными истинами, о которых философы рассуждали еще задолго до Аристотеля. Но человеческие отношения – сфера сложная и запутанная, а людям свойственно искать простые и понятные рецепты. Возможно, поэтому нам так трудно убедить себя, что формула счастья давно известна, а теперь и доказана в долгом эксперименте.

■ ЗДОРОВЫЕ СОВЕТЫ

Не излечат, но помогут

Во время болезни организм крайне ослаблен, поэтому помимо лекарств, необходимо употреблять продукты, которые укрепят иммунитет и обогатят организм полезными веществами.

При простуде и любом инфекционном заболевании необходимо обильное питье. Лучше всего если это будут теплые напитки, например, чай на травах. В такой отвар рекомендуется добавить перечную мяту или эвкалипт и пить его два раза в день. Еще одно отличное антимикробное природное средство – мед, который также обладает противовоспалительными свойствами. Важную роль в профилак-

тике и лечении простудных заболеваний играет витамин D. Он влияет на работу иммунитета, снижая тяжесть симптомов ОРВИ и легочных инфекций. Во время простуды необходимо есть яйца, сыр, жирную рыбу, а также пить молоко или свежий апельсиновый сок. Также для борьбы с накопившимися микробами в дыхательных путях отлично подойдут ингаляции с эфирными маслами тимьяна, гвоздики и коры корицы, так как эти растворы обладают мощным антибактериальным и противовоспалительным эффектом. Не менее полезно полоскать горло соленой водой.