

РАЗДЕЛЯЕМ ГОРЕ

Страшная трагедия произошла на шахте «Распадская» в ночь с 8-го на 9-е мая. Два сильных взрыва унесли жизни шахтеров и пришедших им на выручку горноспасателей. Беда междуреченцев стала общей болью всего Кузбасса. А для угольщиков эта авария – очередной урок и повод задуматься над тем, все ли мы делаем правильно в плане безопасности производства.



Генеральный директор ОАО «Угольная компания «Северный Кузбасс» С. А. Лисковец направил в адрес руководителей и работников ОАО «Распадская угольная компания» телеграмму соболезнования в связи с тяжелой аварией на шахте. «Мы знаем и понимаем опасность шахтерского труда, и это горестное событие болью отозвалось в наших сердцах, - говорится в телеграмме. - Искренне разделяем горе, воспринимаем происшедшее как нашу общую беду. Просим передать слова поддержки и сострадания родным и близким погибших, а также пожелания скорейшего выздоровления горнякам, пострадавшим в аварии».

> ИЗВЛЕКАЕМ УРОКИ



С САМОСПАСАТЕЛЕМ НА «ТЫ»

бывал включаться в самоспасатель. Вот только кто-то это делал год-два назад, а кто-то десять или даже двадцать. И только единицам приходилось выходить из забоя в самоспасателе. А навыки, как известно, если их периодически не повторять, имеют свойство утрачиваться.

Принцип «жить захочешь – вспомнишь» в критической ситуации действует не всегда. Наоборот, шахтеры, побывавшие в аварии, позже отмечали, что в первые минуты терялись, не знали что делать и куда идти. А некоторые уже ничего не скажут, потому что их нет в живых: они не успели или не смогли воспользоваться своим самоспасателем. Так было и на «Распадской»...

Поэтому без практики никуда. На всех шахтах прошли тренинги по выходу с рабочего места в случае возможной аварии. Как это происходило?

Артем Акимов, заместитель директора по ПК шахты «Первомайская»:

- Из 128 человек, участвовавших в тренинге, пятеро не выдержали испытаний. У двоих нагрелись самоспасатели и стало тяжело дышать. Это потому, что им достались старые самоспасатели ШСС-Т 2006 года выпуска, которые сейчас уже не используются в шахте, а лежат на участке ВГС для тренировок. А троем не хватило физической выносливости и они не смогли пройти весь путь до конца. Остальные добрались нормально. Все

отмечали, что кислород сужит горло, а ремень давит на шею, приходилось поддерживать рукой корпус. Тренировки эти нужны. Пока на себе не испытаешь, не будешь знать как себя вести в чрезвычайной ситуации.

Павел Бабиков, начальник участка № 3 шахты «Берёзовская»:

- В день тренировки все смены заканчивали работу на один час раньше. Несколько человек включались в самоспасатель и выходили из забоя. Из 126 человек, работающих на участке, в тренировках участвовало 10. Во вторую смену, когда я выводил людей, один не смог сразу включиться, пришлось ему помогать, потом он стал дышать нормально. Это неплохой урок. Я сам член ВГС, каждые полгода тренируюсь в дымной камере, но скажу: в реальной обстановке тренировки эффективнее.

Александр Горбачев, заместитель главного инженера по охране труда шахтоуправления «Анжерское»:

- 14 мая мы провели тренировки с включением в самоспасатели по четырем маршрутам. Самый длинный – по вентиляционному бремсбергу – 1030 метров, прошли за 31 минуту. Участвовали работники разного возраста, все справились. Самоспасатели 2006-2007 годов выпуска показали себя хорошо.

Таким образом за май в тренингах успели поучаствовать 243 работника: на шахте «Берёзовская» 93 человека,

на шахте «Первомайская» - 128, на шахтоуправлении «Анжерское» - 22. Такие тренинги будут проходить ежемесячно, чтобы до конца года все категории подземных работников получили практические навыки по выходу из забоя в самоспасателях. Маршрут выхода людей утверждает главный инженер шахты в зависимости от места условной аварии.

СЕМЬ РАЗ ПРОВЕРЬ

Еще один немаловажный вопрос: самоспасатели должны быть исправны и в достаточном количестве.

- В настоящее время на шахтах применяются самоспасатели ШСС-М производства ООО «Гайский завод горноспасательного оборудования «Озон» (Оренбургская область), - рассказывает заместитель генерального директора компании по производственному контролю В. В. Заболотских. - Модель ШСС-Т, изготовленная НИХИ г. Тамбова мы не покупаем уже со второй половины 2007 года. У этого самоспасателя повышенная температура вдыхаемой воздушной смеси. В этом мы еще раз убедились во время тренинга на шахте «Первомайская». Ежеквартально все эксплуатируемые и находящиеся в резерве самоспасатели проверяются на герметичность прибором ПГС. В мае на шахтах прошли целевые внеплановые проверки работоспособности самоспасателей. Все выборочно проверенные самоспасатели были герметичны, ком-

плектность соответствовала паспорту, при их вскрытии произошло срабатывание пусковых устройств. Проводятся закупки дополнительных партий самоспасателей, так как их резервный фонд должен составлять не менее 60 % от численности подземных рабочих.

БЛИЖЕ К ТЕЛУ

Знакома ли вам такая картина: шахтер работает в одном месте, а самоспасатель его находится где-нибудь метрах в десяти, а то и больше от него.

Будь ты трижды обучен и самоспасатель твой исправен, но если, неровен час, случится беда, он тебя не спасет. При посещении шахты лица надзора особое внимание уделяют тому, где находится самоспасатель работника. Если дальше трех метров, может последовать наказание.

- Вы знаете, работает! - рассказывает заместитель главного инженера по ТБ шахты «Берёзовская» Антон Арефьев. - Три приказа о наказании - и теперь у всех самоспасатели при себе. Даже инспектор Ростехнадзора удивился, что никогда такого не видел, чтобы у шахтеров самоспасатели были на плече.

Но согласитесь, все-таки не страшно лишиться 10% премии должен подстегивать шахтера держать самоспасатель ближе к телу, а искреннее понимание того, что этот прибор призван спасти ему жизнь.

Елена ТРОФИМОВА

ПРАКТИКА И ЕЩЕ РАЗ ПРАКТИКА

Спускаясь в шахту, каждый шахтер берет с собой самоспасатель. И каждый знает, как им пользоваться - учили на курсах, вводных инструктажах. Каждый при устройстве на работу проходил «дымную камеру» и про-

ЗА БЕЗОПАСНОСТЬ НАДО БОРОТЬСЯ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

28 АПРЕЛЯ ОДНОВРЕМЕННО НА ВСЕХ ПРЕДПРИЯТИЯХ БОЛЬШОЙ ТРАНСНАЦИОНАЛЬНОЙ КОМПАНИИ «АРСЕЛОР МИТТАЛ» В 60 СТРАНАХ МИРА ПРОШЕЛ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДА. В ОАО «УГОЛЬНАЯ КОМПАНИЯ «СЕВЕРНЫЙ КУЗБАСС» ОН БЫЛ НАСЫЩЕН ЯРКИМИ СОБЫТИЯМИ.

Гость из Люксембурга

С утра в Кузбасс прибыл вице-президент по финансам и контроллингу «Арселор Миттал Люксембург» Матиас Веллхаузен. По пути в Берёзовский он посетил Кемеровский горно-технический техникум. Это одно из лучших вузов области, где готовятся квалифицированные кадры для угольной промышленности севера Кузбасса, в том числе и нашей компании. Сегодня на повестке дня подготовка таких специалистов, которые отлично знают современную технику и способы безопасной работы на ней. Для этого нашей компанией и техникумом разрабатываются совместные программы обучения, студенты будут проходить практику на наших предприятиях.



МАТИАС ВЕЛЛХАУЗЕН

ШАХТЕРАМ - ЛУЧШИЕ СИЗ

Фойе административно-бытового комбината шахты «Берёзовская» в этот день превратилось в выставочный зал фирмы «Кузбасслегпром». Демонстрировались новинки спецодежды и средств индивидуальной защиты. Наша компания

ежегодно тратит более миллионов рублей на СИЗ и спецодежду, стараясь покупать самые новые и современные образцы, отвечающие потребностям работников.



ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ОТРЫВА ОТ ПРОИЗВОДСТВА

Долгожданное событие – открытие физиотерапевтического комплекса на шахте «Берёзовская». Здесь можно провести лечение и профилактику распространенных среди шахтеров заболеваний верхних дыхательных путей с помощью ингаляторов, которых представлено несколько видов: соляно-щелочные, с травяными настоями и противовоспалительные.

В этом же кабинете установлена вихревая ванна «CORAL», которая предназначена для гидромассажа рук при лечении после травм, воспалений, а также после чрезмерной физической нагрузки.

Комплекс включает в себя и фотарий с самыми современными на сегодняшний день лампами ультрафиолетового и инфракрасного излучения. Если регулярно посещать фотарий, этого достаточно для компенсации дефицита солнечного излучения, которым, как известно, страдают шахтеры, для профилактики простудных

заболеваний, лечения некоторых кожных заболеваний.

На оборудование этого комплекса компания затратила 570 тысяч рублей.



ВГС СНОВА НА ВЫСОТЕ

На спортивной площадке городского клуба «Атлант» состоялась эстафета вспомогательных горноспасательных служб шахт. Включение в респираторы, разведка и измерение параметров рудничной атмосферы, тушение очага возгорания, оказание первой помощи пострадавшему. Все команды справились заданием и показали отличные навыки спасательного дела. Но быстрее и правильнее всех действовали первомайцы. Они и стали победителями. Самое главное – зрители (а среди которых были не только работники шахт, но и члены их семей, жители города, школьники) убедились, что жизнь шахтеров, случись нештатная ситуация, находится в надежных руках подземных ангелов-хранителей. Они ежедневно готовы прийти на помощь попавшим в беду.



БЕЗОПАСНОСТЬ НАЧИНАЕТСЯ С ДИРЕКТОРА

Завершился день большим праздником в городском центре творчества и досуга. Здесь собрались представители всех предприятий компании. Обратившись к собравшимся Матиас Велл-



хаузен сказал: «Безопасность это не раз и навсегда данное явление. За нее надо бороться каждый день».

Тема Дня здоровья и безопасности в этом году обозначена так: «Руководить, подавая пример». В обеспечении безопасных условий труда и сохранении здоровья работающих огромная роль принадлежит руководителям предприятий. Их личный пример, их умение расставить приоритеты очень значимы. В прошлом году на Дне здоровья и безопасности директора предприятий давали обязательства перед коллективом компании, что планируют сделать для обеспечения безопасности и здоровья работников своих предприятий. Через год они публично подвели итоги сделанному.

Лучшим директором в вопросах обеспечения безопасных условий труда на своем предприятии назван директор обогащательной фабрики «Северная» Евгений Иннокентьевич Зонов. За работу предприятия без травм и аварий в течение двух лет отмечен также директор погрузочно-транспортного управления В. И. Бондарев, за работу без травм в течение года – исполняющий обязанности директора ш/у «Анжерское» В. П. Куренной.



С НИХ МОЖНО БРАТЬ ПРИМЕР

Безопасность на производстве складывается из многих факторов: надежная спецодежда и средства защиты, качественные инструменты и хорошая организация труда. Не маловажно, чтобы на рабочем месте был порядок, чистота, чтобы оно было грамотно организовано. Накануне Дня здоровья и безопасности на шахтах был проведен конкурс «Образцовое рабочее место».

Лучшим рабочим местом среди очистных забоев был признан участок № 6 шахты «Берёзовская», где трудится бригада Максима Кравцова

под руководством начальника участка В. Э. Герилевича. Коллектив получил премию в 50 тысяч рублей.

Среди проходческих образцовым было признано рабочее место бригады Владислава Ишкеева участка № 6 ш/у «Анжерское» (начальник участка Э. Б. Швецов). Коллективу присуждена премия в 30 тысяч рублей.



Про ТБ с юмором и ПЕСНЕЙ

В борьбе за безопасность хороши разные методы. В том числе и юмор. Какие мы? Всегда ли мы действуем так, как предписывают правила? Взглянуть на себя со стороны – такова была задача конкурса юмористических видеороликов «Веселый самоспасатель», объявленного управляющим комитетом программы «Безопасность для всех». В день здоровья и безопасности труда состоялась показ фильмов и награждение. Каждая работа была маленьким шедевром любительского видео, каждая достойна награды. И награды, действительно, получили все, кто участвовал. Каждый в своей номинации. Отмечены лучшая женская роль (Елена Максимова, ОФ «Северная»), лучшая мужская роль (Андрей Скворцов, шахта «Берёзовская»), лучший музыкальный фильм (ПТУ), ролик автобазы награжден за поэтическое творчество, ролик ш/у «Анжерское» за лучшее исполнение опасных трюков, ролик СШЭМК – за любовь к профессии, а ролик исполнительного аппарата компании – за реализм и достоверность.



ЕСЛИ НЕ ХОЧЕШЬ СТАТЬ ИНВАЛИДОМ

Если у вас появились боли в спине или вы ощущаете дискомфорт после физической нагрузки – это говорит о том, что появились первые клинические признаки остеохондроза позвоночника. Остеохондроз – это дегенеративно-дистрофическое поражение межпозвонкового диска. Нужно своевременно принимать меры. Люди, которых мучают боли в спине, подвержены серьёзному риску частично или полностью потерять трудоспособность.

Лечение остеохондроза должно быть комплексным. Оно включает в себя лечебную физкультуру, физиотерапию, массаж, мануальную терапию, вытяжение позвоночника, рефлексотерапию (иглоукальвание, точечный массаж), медикаментозную терапию. Но все эти меры нужно принимать под наблюдением врача.

Для того чтобы побережь свой больной позвоночник в повседневной жизни и не провоцировать дальнейшее развитие заболевания, необходимо следовать следующим рекомендациям:

Спать на полумягкой постели. Подушка должна занимать пространство между плечом и головой. В положении лежа на боку голова

должна находиться параллельно матрасу. Читая лежа, стараться не сгибать сильно шею, лучше устроиться в постели полусидя, чтобы нагрузка на шейные позвонки была минимальной.

Избегать переохлаждения и сквозняков. Они могут привести к увеличению напряженности прилегающих к позвоночнику мышц, что часто приводит к рецидиву заболевания.

Надевать ботинки надо сидя с выпрямленным за счет поднятия ноги позвоночником, а не стоя на одной ноге. Можно надевать ботинки стоя, опираясь крестцом на стену с выпрямленным за счет поднятия ноги позвоночником. В крайнем случае, поставить одну ногу на стул и завязывать шнурки.



Не вскакивать с постели из положения лежа в положение сидя. Нужно перевернуться на бок и, опираясь на локоть, подниматься.

При спуске по лестнице выдвигаемую вперед ногу необходимо ставить на носочек, а не на пятку. При поднимании по лест-

нице ни в коем случае нельзя перескакивать через несколько ступенек.

При езде в общественном транспорте важно найти точку опоры на одну ногу для амортизации, удерживаться за стойку автобуса желательно не одной, а двумя руками, расположенными на уровне

грудного отдела позвоночника.

При умывании, чистке зубов не надо сильно наклоняться над раковиной. Чуть выставьте вперед одну ногу либо обопритесь обо что-нибудь рукой. Дополнительная опора сразу снимет лишнюю нагрузку с поясницы.

Лечебная физкультура при остеохондрозе

К сожалению, позвоночник нельзя вылечить лекарствами. Нет такой магической пилюли, которая сделала бы позвоночник сильным, гибким, здоровым. Но мы можем сделать это сами! И, пожалуй, главную роль в этом играет лечебная физкультура.

Лечебная физкультура делает мышцы сильными, создавая «мышечный корсет», а позвоночник и связки – гибкими. Существует огромное количество физических упражнений, которые можно выполнять при остеохондрозе. Из них каждый должен составить для себя индивидуальный комплекс с учетом своих физических возможностей, состояния позвоночника, особенностей болезни. Вам помогут врач, инструктор по лечебной физкультуре, специальная литература и собственный опыт.

Начните с 3-4 упражнений, которые сначала выполняйте по 3-5 раз. Главное – занимайтесь регулярно, постепенно расширяя набор упражнений и наращивая число раз выполнения каждого из них.

Заметим, что вам могут

повредить как недостаток физических нагрузок, так и их избыток. Боль – это сигнал, призывающий к осторожности. Избегайте движений или положений тела, причиняющих боль!

При обострении остеохондроза целесообразно заниматься лечебной физкультурой, лежа на спине или на животе, так как давление на межпозвонковые диски в горизонтальном положении уменьшается наполовину. Позже можно приступить к упражнениям «на четвереньках» или стоя.

1. Исходное положение – стоя на коленях, руки упираются в табурет, грудной отдел натянут. Движения тазом вперед назад.

2. Исходное положение – лежа на спине, ноги вытянуты вперед. Поднять прямую ногу как можно выше. Вторая нога выпрямлена и

остается лежать. Взять поднятую ногу в области колена, активно потянуться пяткой вверх. В паузе можно немного ослабить колено или надавить ногой на руки. Затем снова попытаться потянуться пяткой. Конечная цель: вытянутая нога стоит точно вертикально.

3. Исходное положение – сидя на пятках. Наклонить грудную клетку к полу, положив ладони на пол. Потянуться вперед руками. Держать 3-5 секунд.

4. Исходное положение – лежа на животе. Упереться прямыми руками в пол, ослабив поясницу и ягодицы. Держаться 3-5 секунд.

5. Исходное положение – лежа на спине, ноги согнуты в коленях. Привести согнутые в коленях ноги к груди.

6. Исходное положение – стоя на четвереньках. Напрячь мышцы живота. Одновременно поднять ногу и противоположную руку. Держать 3-5 секунд.

7. Исходное положение – лежа на спине. Руки сведены перед собой. Стопы упираются в пол. Спина прямая. Приподнять голову и плечи от пола. Держать 3-5 секунд.



> ТВОРЧЕСТВО

ДЕТИ ХОТЯТ ЖИТЬ В ЗДОРОВОМ ОБЩЕСТВЕ

Об этом они сказали в своих рисунках и плакатах, присланных на конкурс «Я хочу жить в здоровом обществе». Конкурс был организован угольной компанией «Северный Кузбасс» в рамках международного дня здоровья и безопасности труда.

Даже самые маленькие школьники понимают, что жизнь несовместима с наркотиками, пьянством, курением. Что только спорт, закалывание, гигиена помогут им стать здоровыми, сильными и красивыми. Что надо соблюдать правила безопасности на улице и дома. А еще ребята призывают взрослых не губить природу вредными промышленными выбросами, трудиться без травм и аварий, заботиться о своих детях.

Больше сорока работ прислано на конкурс. На торжественном собрании, посвященном Дню здоровья и безопасности труда, двадцать юных художников получили грамоты и подарки за свое творчество и неравнодушие.



РУСТАМ ХАЙТМИРЗАЕВ, 7 КЛАСС
СПЕЦИАЛЬНОЙ (КОРРЕКЦИОННОЙ) ШКОЛЫ



НАГРАЖДЕНИЕ ПО ИТОГАМ КОНКУРСА РИСУНКОВ



ИВАН СТЕПЕНЩИКОВ, 6 Б КЛАСС, ШКОЛА № 8



АНЖЕЛИКА ТРЕГУБ И МАРИЯ ЛОВАНОВА, 6А
КЛАСС, ШКОЛА № 1

> СОВЕТ ДНЯ

ВЫБИРАЯ, ПРОВЕРЯЙ

В ПРЕДДВЕРИИ ЛЕТНЕГО ТУРИСТИЧЕСКОГО СЕЗОНА И ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕПРИЯТНЫХ СИТУАЦИЙ, ОТДЕЛ ПО ТУРИЗМУ ДЕПАРТАМЕНТА МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ И СПОРТА КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ СОВЕТУЕТ КУЗБАССКИМ ТУРИСТАМ СЕРЬЕЗНО ПОДХОДИТЬ К ВЫБОРУ ТУРИСТСКОЙ КОМПАНИИ, ЧЕРЕЗ КОТОРУЮ ОНИ СОБИРАЮТСЯ ОСУЩЕСТВИТЬ СВОЮ ПОЕЗДКУ.

Необходимо обратить особое внимание на наличие финансовой гарантии у туроператора и факте нахождения его в едином федеральном реестре операторов.

Если вы приобретаете путевку в турагентстве, то оно обязательно сообщит, какой туроператор сформировал ваш тур и его

реестровый номер в едином федеральном реестре туроператоров. Посмотрите договор об оказании туруслуг между туроператором и турагентством через которое вы планируете совершить свое путешествие.

При выборе турфирмы можно также руководствоваться длительностью пребывания той

или иной турфирмы на туристском рынке Кузбасса, наличием положительного опыта общения с туркомпанией, когда услугами фирмы пользовались друзья или родственники, известностью на туристском рынке и главное положительной репутацией компании.

Коллегией администрации Кемеровской области утверждено положение о реестре турагентов, осуществляющих деятельность на территории Кемеровской области. В настоящее время в реестр входит 60 туристических фирм области. Список турагентов Кемеровской области размещен на сайте www.tourism-kuzbass.ru. Со-

гласно действующему законодательству Кемеровской области, в случае предоставления ненадлежащего качества туристических услуг, фирма исключается из реестра турагентов Кемеровской области.

Если Вы все-таки решили выбрать неизвестную турфирму, обратите внимание на следующие моменты, которые могут насторожить: стоимость предлагаемого турпродукта отличается более чем на 100 у.е.; менеджеры турфирмы слабо ориентируются в направлениях, турпродуктах и технологии туристского обслуживания. В этих случаях необходимо обратиться в другую турфирму.

> К ДОБРЫМ ЛЮДЯМ

ПОМОЖЕМ ОДЕТЬ ДЕТДОМОВЦЕВ!

В детском доме «Рябинка» сложилось трудное положение с одеждой и обувью для воспитанников. Сотрудники учреждения обращаются ко всем неравнодушным людям помочь одеть ребятшек к летнему сезону.

Возраст ребят от 4 до 18 лет – мальчики и девочки. Нужны повседневная, спортивная одежда и обувь, нижнее белье. Можно бывшие в употреблении.

Адрес детского дома: ул. Строителей, 5 А, тел. 3-64-34. Вещи можно также принести в редакцию газеты «Шахтёр» по адресу: г. Берёзовский, ул. Матросова, 2, каб. 114.

Администрация ОАО «Шахтоуправление «Анжерское» поздравляет с юбилеями своих работников:

РИБЕЛЬ
Людмилу Ивановну,
ламповщицу;

КАШПЕРСКОГО
Юрия Васильевича,
старшего механика.

От всей души желаем вам, дорогие юбиляры, крепкого здоровья, семейного благополучия, счастья и радости.

> БЛАГОДАРНОСТЬ

НЕ ПРАВДА, ЧТО ЛЮДИ ЧЕРСТВЫЕ

Пенсионерка Любовь Васильевна Сидорович обратилась в редакцию газеты с просьбой передать слова благодарности специалисту по учету персонала шахты «Берёзовская» М. В. Золотухиной.

Любовь Васильевна обратилась в отдел кадров шахты с просьбой подготовить документы, подтверждающие, что ее сын, ныне проживающий в Минусинске, ранее работал на этом предприятии.

- Говорят, что люди ныне черствые, это не правда, - говорит Любовь Васильевна. - Марина Вячеславовна отнеслась очень внимательно ко мне и моей проблеме, несколько раз звонила мне, уточняла данные. Справку сделала быстро. Большое ей спасибо. Я желаю ей удачи, благополучия и личного счастья.

Совет ветеранов компании «Кузбассуголь» извещает о смерти ветерана труда, труженицы тыла, бывшей работнице финансового отдела п/о «Северокузбассуголь»

ТАРАСЕВИЧ
Нины Иосифовны
и выражает соболезнование ее родным и близким.