

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОЮЗ РАБОТНИКОВ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РФ

ПРОФСОЮЗНЫЙ ЛИСТОК #33

сентябрь 2026

Ежемесячная газета Омской областной организации Профсоюза



” СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЁРСТВО:
ДВИЖЕНИЕ ПРОДОЛЖАЕТСЯ

644024, г. Омск,
Проспект К.Маркса, д.4, офис 303,
тел.:31-14-34, oporz@mail.ru





Новости Профсоюза

Социальное партнерство: движение продолжается	3
Профсоюзный аудит	5
Как влияет равнодушие на жизнь и на организацию	6
Сердце на сцене: «Одаренные сердца» в Черлаке	7
Спорт объединяет: в Омской области прошла Профсоюзная спартакиада медицинских работников	10
Прочтите, пригодится	14
Владимир Маяковский: «Победим силой плаката!»	15
ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЧКА	
О. Харитонова «Лучше хором»	16
Уважаемые читатели	17





СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЁРСТВО: ДВИЖЕНИЕ ПРОДОЛЖАЕТСЯ

*Эти слова произнёс председатель
Омской областной организации
Профсоюза работников
здравоохранения РФ Сергей
Быструшкин сразу после подписания
отраслевого соглашения в
отношении организаций,
находящихся в ведении
Министерства здравоохранения
Омской области, на 2026–2029 годы
— с министром здравоохранения
региона Дмитрием Маркеловым.*

Наличие соглашения выгодно не только Профсоюзу, но и работодателю: оно даёт возможность вести диалог с единым представителем от организаций здравоохранения вместо каждого сотрудника в отдельности, поддерживать стабильность и дисциплину в медицинских организациях.

Если коснуться недавней истории социального партнёрства между профсоюзами и работодателями, то по инициативе ФНПР в 2020 году в Конституции РФ появились нормы об обеспечении в Российской Федерации социального партнёрства. С этого момента нормы социального партнёрства, в частности в здравоохранении, приобрели



новые реалии. На законодательном уровне было обеспечено приоритетное право профсоюзов на проведение коллективных переговоров и заключение отраслевых соглашений и коллективных договоров.

Подписанное отраслевое соглашение в Омской области действует до сентября 2029 года и состоит из 10 важных разделов по обеспечению реализации положений трудового законодательства, содержащих нормы трудового права, защите социально-трудовых и связанных с ними экономических прав и интересов работников организаций здравоохранения.

В этой статье нет смысла подробно их перечислять, поскольку эти разделы включены в коллективный договор всех 114 первичных профсоюзных организаций. Кроме того, текст нового соглашения размещён на официальном сайте областной организации Профсоюза, и с ним может ознакомиться любой работник отрасли.

В течение двух месяцев рабочая группа по подготовке нового соглашения со стороны Министерства здравоохранения и областной организации Профсоюза вела сложный переговорный процесс, в ходе которого был рассмотрен ряд вопросов, требующих корректировки.

С вариантами, представленными комиссией со стороны Минздрава, областная организация Профсоюза согласилась по 11 вопросам. По трём вопросам возникли разногласия.

Профсоюз предлагал включить в соглашение пункт об оплате за работу в ночное время в повышенном размере — не менее 20 % часо-

вой тарифной ставки медицинским работникам, осуществляющим оказание экстренной скорой медицинской помощи, а также водителям — не менее 40 % за каждый час работы в ночное время.

Следующее предложение Профсоюза касалось того, что в случае нарушения сроков выплаты зарплаты, выплат при увольнении и отпускных, причитающихся работнику, их следует выплачивать с уплатой процентов в размере 1/100 действующей на это время ключевой ставки Центробанка РФ. Минздрав настаивал на 1/150 ключевой ставки.

И третье предложение касалось установления стимулирующей выплаты наставникам молодых работников — не менее 10 % должностного оклада — и предоставления до 4 дней дополнительного отпуска.

В ходе личной встречи председателя областной организации Профсоюза Сергея Быструшкина с министром здравоохранения региона Дмитрием Маркеловым предложения Профсоюза были полностью приняты и включены в текст соглашения.

При его подписании стороны выразили уверенность в безусловном соблюдении с обеих сторон его положений, которые сложились в результате работы над проектом документа.

*Леонид Шулькин,
главный редактор
э/газеты «Профсоюзный листок»*



ПРОФСОЮЗНЫЙ АУДИТ

БУЗОО «Калачинская центральная районная больница» — крупное учреждение здравоохранения Омской области, в котором трудится 640 человек. Из них 84,8 % состоят в Профсоюзе работников здравоохранения РФ.

О том, как соблюдаются нормы трудового законодательства в медицинском коллективе, рассказывает правовой инспектор труда ЦК Профсоюза по Омской области Татьяна Тымченко. Недавно она побывала в Калачинской ЦРБ.

Особое внимание в ходе проверки уделили коллективному договору, который своевременно пролонгирован и прошёл уведомительную регистрацию в Управлении Министерства труда и социального развития Омской области. Несмотря на то, что коллективный договор содержит все необходимые разделы, тем не менее, он не в полной мере соответствует нормам трудового права.

Например, учёт рабочего времени для отдельных работников с суммированным учётом рабочего времени. Категории этих работников не перечислены, соответственно, не указаны и периоды учёта их рабочего времени в локальных нормативных актах.

Важный пункт коллективного договора — о дисциплинарной ответственности. К сожалению, в нём отражена уже устаревшая версия статьи 193 Трудового кодекса РФ. Так, Постановлением Конституционного Суда РФ от 15.06.2023 определено, что применение к работнику дисциплинарного взыскания за неисполнение (ненадлежащее исполнение) трудовых обязанностей не может служить основанием для лишения его на весь срок действия дисциплинарного взыскания стимулирующих выплат, входящих в состав заработной платы. В частности, ежемесячной или ежеквартальной премии по итогам работы за год или произвольного снижения их размера. А также не является препятствием для начисления работнику дополнительных выплат, например за оказание платных медицинских услуг.



Важное дополнение: так как премия входит в состав стимулирующих выплат, снижение её размера не должно приводить к уменьшению зарплаты более чем на 20 %.

Аудитору было предоставлено Положение об оплате труда работников ЦРБ, утверждённое главным врачом и согласованное с первичной профсоюзной организацией. Однако на этом важном документе нет ни даты утверждения, ни номера протокола заседания профкома.

Но самое значимое нарушение: при трудоустройстве работников не знакомят с действующей системой оплаты труда.

Несмотря на то, что в учреждении имеется утверждённый годовой график отпусков, отпуск предоставляется фактически по заявлению сотрудника, а не по графику. При выборочной проверке заявлений установлено, что приказы главного врача о предоставлении отпуска не содержат подписей работников об ознакомлении.

Все перечисленные отступления от трудового законодательства на первый взгляд могут показаться незначительными, однако, по сути, являются грубыми нарушениями Трудового кодекса РФ. И при возникновении спорных ситуаций это может напрямую повлиять на правовое решение при рассмотрении жалобы работника, в том числе по исковым заявлениям в судебных инстанциях.

В связи с чем по результатам профсоюзного аудита на имя главного врача ЦРБ выдано представление со сроками устранения нарушений трудового законодательства. Его выполнение взято на контроль.

Собств. информация



КАК ВЛИЯЕТ РАВНОДУШИЕ НА ЖИЗНЬ И НА ОРГАНИЗАЦИЮ

Одна из самых опасных, но недооценённых угроз человеческим отношениям, коллективам и обществу в целом — равнодушие. Оно редко проявляется как явное зло, но именно с молчаливого согласия безразличных совершаются самые тяжёлые поступки, разрушаются связи между людьми, подрывается доверие.

Последствия равнодушия в коллективе

Ослабление социальной солидарности. Люди понимают, что не стоит ждать поддержки от коллеги.

Разобщённость. Каждый сам за себя — человек становится «волком», оберегающим только себя.

Недоверие. Без доверия невозможно работать ни в социальной сфере, ни в бизнесе — нигде.

Снижение готовности к взаимопомощи. Пропадает желание помогать другим.

Поляризация отношений. Разделение коллектива на «своих» и «чужих», что при инциденте ведёт к межгрупповому конфликту.

Разрушение организации. Коллектив может расколоться на враждующие группировки, перейти на личности и оскорбления, что ведёт к развалу организации.

Деформация личности. Негативные последствия для каждого сотрудника.

Три вектора внимания руководителя

Направленность на дело, направленность на сотрудников (забота об их условиях, зарплате, благополучии) и направленность на себя. Все три составляющие должны быть в гармоничном сочетании. Мудрый руководитель удерживает в поле внимания и деловую, и социальную составляющие — заботится и о деле, и о сотрудниках.

Как поощрять неравнодушие и чего избегать

— Замечать хорошее — публично оценивать помощь других, говорить, что сотрудник или начальник позаботился, не остался равнодушным.



— Позитивное подкрепление — когда люди видят, что помощь ценится, они охотнее вовлекаются в неё в следующий раз.

Чего не делать: не винить равнодушного публично и не говорить: «Как тебе не стыдно, ты должен помочь!»

— Лучше (даже один на один) выражать уверенность, что коллектив — единая команда, что совместными усилиями все выиграют, испытав общий успех благодаря взаимопомощи.

— На производстве должны быть нормы, формирующие неравнодушие.

Вспоминается пример из 90-х: на предприятии поставили ящик для сбора денег в помощь коллегам из других организаций, потерявшим работу. Когда сотрудники клали свой рубль, у них возникало ощущение, что они вместе помогают другим, и это работало на развитие неравнодушного отношения.

*Ольга Крушельницкая, заведующая
кафедрой теоретических основ
социальной психологии Московского
государственного психолого-
педагогического университета*





СЕРДЦЕ НА СЦЕНЕ: «ОДАРЁННЫЕ СЕРДЦА» В ЧЕРЛАКЕ

4 сентября в рабочем посёлке Черлак прошёл выездной этап творческого фестиваля работников здравоохранения Омской области «Одарённые сердца». Для участников из центральных районных больниц южных районов области он проводится на Черлакской земле уже во второй раз.

«Спасибо всем, кто сегодня был с нами!» — обратилась к участникам председатель первичной профсоюзной организации БУЗОО «Черлакская ЦРБ» Оксана Грязнова.

Мало кто знает, что автором эмблемы фестиваля — огромного сердца в окружении нотных знаков — является именно Оксана Грязнова. Теперь каждый входящий в Дом культуры, на сцене которого проходил концерт,

сразу видел баннер с эмблемой и словами приветствия участникам.

Все отмечают: фестиваль уже давно перешагнул планку только профсоюзного мероприятия. Это культурное явление стало заметным в общественной жизни не только медицинского сообщества области.

В этот раз, чтобы увидеть творчество медицинских работников, концерт посетили





почётные зрители — глава администрации муниципального района Алексей Меркушов и заместитель председателя Законодательного собрания Омской области Павел Коренной, который вручил благодарственные письма каждому творческому коллективу-участнику. С приветственным словом к самодеятельным артистам обратились заместитель председателя областной организации Профсоюза Сергей Руденко и главный врач ЦРБ Наталья Волкова.

Концертная программа состояла из вокальных и танцевальных номеров в исполнении артистов-медиков из Нововаршавского, Называевского, Оконешниковского и, конечно же, Черлакского районов.

В Черлаке в этот раз прозвучали такие музыкальные произведения, что заставили зрителей остро сопереживать вместе с артистами. Одна из таких песен — «О войне» в исполнении Ирины Тунды из Черлакской ЦРБ — была написана на слова фельдшера Краснооктябрьской врачебной амбулатории Азамата Жумагулова.

Ещё один музыкальный номер посвятили тренеру Черлакской районной хоккейной команды «Юность» Валерию Подводе. Валерий Иванович сейчас находится в зоне СВО, и мальчишки из его команды посвятили ему специальный номер, который никого не оставил равнодушным. А слова песни «Мы те, кто любит хоккей» написала акушерка поликлиники Черлакской ЦРБ Лариса Куратова.

В этот день поразил всех зрителей и членов оргкомитета фестиваля, среди которых были председатель Совета ветеранов работников здравоохранения области Виктор Харитонов и солист Омского музыкального театра, заслуженный артист РФ Владимир Миллер, председатель профсоюзной организации БУЗОО «Нововаршавская ЦРБ» Вадим Панков. Он исполнил две песни, но одна из них — на французском языке, из репертуара Джо Дассена, — особо пришлась по душе каждому, кто сидел в зале.

Как всегда, когда выступает вокальный ансамбль «Девчата» из Называевска, у зрителей сразу же повышается настроение. Так было и в этот раз: весь зал подпевал вместе с «Девчатами» всем известные и любимые песни.

Ещё не закончились вокальные номера, а на сцену с зажигательной «Лезгинкой» ворвался танцевальный коллектив «Чер_НИКА» Черлакской ЦРБ. Девушки настолько темпераментно исполняли народный грузинский танец, что ноги порой сами шли в пляс.

Можно и далее с интересом рассказать о каждом участнике концерта — например, о дуэте из Оконешниковской ЦРБ Наталье Михайловой и Варваре Поляковой или чтеце Любове Ковалюк. Ни один из номеров не остался незамеченным зрителями. Надо сказать, что медиков в зале активно





поддерживали работники образования, за что от организаторов им отдельное спасибо.

По завершении концерта главе администрации муниципального района, главному врачу БУЗОО «Черлакская ЦРБ», и. о. директора Черлакского ДК и коллективам-участникам из ЦРБ заместитель председателя областной организации Профсоюза Сергей Руденко вручил благодарственные письма. За успешную подготовку и проведение фестиваля «Одарённые сердца» Почётной грамотой областной организации Профсоюза была награждена председатель первичной профсоюзной организации БУЗОО «Черлакская ЦРБ» Оксана Грязнова.

На этом все три этапа творческого фестиваля сезона 2026 года успешно завершены. В дальнейших планах — традиционный гала-концерт участников, который будет посвящён Дню профсоюзов в Омской области 1 ноября.

*Леонид Шулькин,
главный редактор э/газеты
«Профсоюзный листок»*



СПОРТ ОБЪЕДИНЯЕТ: в Омской области прошла Профсоюзная спартакиада медицинских работников

4 сентября на территории спортивной школы в рабочем посёлке Крутая Горка состоялся большой спортивный праздник — заключительный этап отраслевой спартакиады, организованной Омской областной организацией Профсоюза работников здравоохранения РФ. Он стал красивым завершением летнего спортивного сезона 2026 года.



На старты вышли 7 команд из 19 организаций — представители Ленинского, Советского, Кировского и Октябрьского городских округов, Южного и Северного сельских муниципальных районов области. А также команда непосредственного подчинения организаций здравоохранения Омской области, в которую вошли спортивные профи из Западно-Сибирского медицинского центра ФМБА России, Омского государственного медицинского университета, Управления Роспотребнадзора по Омской области, НИИ природно-очаговых инфекций Роспотребнадзора и станции скорой медицинской помощи.

С приветственным словом к участникам обратились председатель Омской областной организации Профсоюза работников здравоохранения РФ Сергей Быструшкин и главный судья соревнований Надежда Гевленко. Они поблагодарили коллег за активный интерес и участие в традиционном спортивном празднике и пожелали ярких побед.

Сергей Васильевич отметил, что совместные тренировки и выступления помогают выстроить крепкие связи между сотрудниками разных отделений и даже организаций, что даёт чувство принадлежности к единой профессиональной команде.



«Главная цель нашего спортивного праздника — сделать спорт частью повседневной жизни медицинских работников, популяризация активного образа жизни, укрепление здоровья. Я очень хочу, чтобы этот праздник развивался, появлялись новые соревновательные дисциплины. Спасибо всем председателям первичных профсоюзных организаций, которые откликнулись, нашли время, собрали команды. Желаю всем хороших соревнований и достойных результатов», — сказал Сергей Быструшкин.



Начало спартакиады получилось весёлым и музыкальным: каждая команда представила свой девиз и визитную карточку. Затем начались сами соревнования. Участники пробовали свои силы сразу по нескольким направлениям: волейболу, мини-футболу, дартсу, стрельбе из пневматической винтовки, в семейной и спортивно-туристической эстафете. На стадионе царила праздничная атмосфера: в командах чувствовалось единство, азарт состязаний и огромная поддержка друг друга.

Самые жаркие спортивные баталии развернулись на волейбольной и футбольной площадках, а самыми зрелищными видами, по традиции, стали соревнования спортивных семей и туристическая эстафета. В итоге команды показали отличные результаты. Места на пьедестале в этом году распределились следующим образом:

1 место — команда «СЕВЕР», представленная работниками Большереченской ЦРБ.
2 место — команда Октябрьского административного округа г. Омска, представленная работниками автобазы здравоохранения, городской больницы № 7, КМСЧ № 9, наркологического диспансера и БСМП № 2.
3 место — команда Ленинского административного округа г. Омска, представленная работниками городской поликлиники № 3 и МСЧ № 4.

«Для нас эти соревнования — не просто про медали и места. Это про то, как спорт объединяет коллектив, помогает отвлечься от рабочих забот и увидеть друг друга в новом свете. Рада, что у наших сотрудников есть такая возможность — проявить себя, зарядиться энергией и укрепить командный дух. Особенно важно, чтобы в таких мероприятиях активно участвовали команды из ЦРБ — в том числе из самых отдалённых уголков области. Для небольших коллективов это не просто соревнования, а возможность заявить о себе, почувствовать себя частью большого медицинского сообщества региона», — рассказала председатель первичной профсоюзной организации БУЗОО «Большереченская ЦРБ» Екатерина Ильницкая.





«Спасибо организаторам за отличный праздник, за чёткую работу и тёплую атмосферу. Такие события по-настоящему укрепляют командный дух. Пусть спорт и дальше нас объединяет, заряжает энергией и помогает оставаться в отличной форме, ведь здоровый образ жизни начинается с личного примера», — рассказала председатель первичной профсоюзной организации БУЗОО «Городская клиническая больница № 1 имени А. Н. Кабанова» Лариса Зрюнина.

«Незабываемый спортивный праздник, эмоции! Атмосфера — огонь! Поддержка Профсоюза для всех работников медицинских организаций — это драйв, поднятие боевого духа и сплочение! Спасибо большое всем организаторам этого замечательного спортивного праздника!» — поделилась Марина Свинтицкая, старшая медицинская сестра КДО ФМБА России.

Наши медики ежедневно сталкиваются с высокими эмоциональными и физическими нагрузками, а участие в спартакиаде даёт им возможность переключиться, сбросить напряжение и восстановить внутренний ресурс. Такие мероприятия укрепляют корпоративный дух и сплочённость коллективов. Наконец, спартакиада — это ещё и элемент пропаганды здорового образа жизни. Для медицинских работников особенно важно личным примером демонстрировать ценности, о которых они говорят пациентам: регулярную физическую активность, дисциплину, баланс труда и отдыха. Таким образом, профсоюзная спартакиада — не просто праздник спорта, а важная составляющая профессиональной культуры.

Поздравляем всех участников с отличными спортивными результатами! Желаем нашим коллегам всегда и во всём сохранять боевой настрой и командный дух. За каждой наградой стоит большая работа, поддержка единомышленников и желание быть первыми не только в профессии, но и в спорте.

*Екатерина Лушникова,
член редколлегии журнала
«ПРОФСОЮЗ и МЕДИЦИНА»*



**ПРОЧТИТЕ, ПРИГОДИТСЯ!****В ТРУДОВОЙ КОДЕКС РФ ВНЕСЛИ НОВУЮ СТАТЬЮ 351.9**

Она касается особенностей регулирования труда работников, проходящих стажировку.

Из основного:

- Стажёр (молодой специалист) — это лицо, получившее среднее или высшее профессиональное образование и принимаемое на работу для прохождения стажировки по полученной профессии, в целях приобретения первичного опыта и практических навыков;

- срок срочного трудового договора о стажировке не может превышать 6 месяцев;
- на период стажировки работодатель должен обеспечить для молодого специалиста наставничество с целью оказания помощи в овладении навыками работы на рабочем месте по полученной профессии.

Соответствующие поправки вступят в силу с 1 марта 2027 года.

**РАБОТОДАТЕЛЯМ ЗАПРЕТИЛИ УСТАНАВЛИВАТЬ
ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК МАМАМ С ДЕТЬМИ ДО ТРЁХ ЛЕТ**

С 1 сентября 2026 года расширился действующий запрет устанавливать испытательный срок для женщин с малолетними детьми, а именно с детьми в возрасте до трёх лет.

Нововведение позволит женщинам в сложный период воспитания ребёнка избежать чрезмерного стресса и поддержать материнство.

По материалам газеты ФОР «Позиция»

-14-



Будучи чрезвычайно одарённым человеком, Маяковский не ограничивается поэзией. Он и художник.

Урна с его прахом покойся на Новодевичьем кладбище в Москве.

-15-

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЧКА



Сегодняшний гость нашей литературной странички — практикующий психолог, специалист по психосоматике Ольга Харитонова.

Ольга Викторовна является консультантом Совета ветеранов здравоохранения Омской области.

Сегодня мы публикуем написанное ею эссе, основанное на ряде наблюдений из практики специалиста.



ЛУЧШЕ ХОРОМ...

Я люблю петь. По-настоящему люблю. С детства. Особенно тот момент, когда голос перестаёт быть только твоим: вступает ещё один, потом ещё, и звук вдруг становится объёмным, начинает отзываться и вибрировать где-то в груди и в воздухе. Это трудно объяснить тому, кто не пробовал, но тот, кто пробовал, знает точно, о чём я.

И когда я узнала об инициативе Совета ветеранов здравоохранения реализовать про-

ект «Поющее долголетие» и создать хор «Мы вместе — мы разам», увидела в этой идее не просто красивый замысел, а вполне конкретную пользу. Это довольно распространённая ситуация: человек, проработавший всю жизнь в медицине, выходит на пенсию и теряется, потому что вместе с профессиональной деятельностью пропадает то, что годами организовывало его день: расписание, коллеги рядом, ощущение, что ты кому-то крайне необходим сегодня. Поэтому такая инициатива — это не просто приятное занятие для досуга, а дело крайне полезное.

Начну с простого. Пение требует медленного, глубокого и ровного дыхания — того самого, которого людям часто не хватает. Медленный, ровный выдох напрямую влияет на нервную систему, помогая ей переходить из режима напряжения в более спокойное состояние. Именно на этом принципе строятся дыхательные техники, которые используют при работе с тревожностью, — удлинённый выдох буквально подаёт телу сиг-



нал, что сейчас можно расслабиться, опасности рядом нет. Хор даёт такую практику регулярно и совершенно естественно, просто в процессе репетиции, никто об этом даже не думает специально, а нервная система, тем не менее, получает свою пользу.

Дальше — то, что происходит уже не с одним человеком, а между людьми. Это меня трогает особенно. Чтобы хор звучал, голоса должны услышать друг друга и подстроиться друг под друга. Это довольно конкретная, осязаемая форма принадлежности к группе: без остальных голосов твой собственный не сложится в общее звучание. А для многих людей старшего возраста именно регулярный, предсказуемый контакт с другими — то, чего не хватает сильнее всего и что сложнее всего восполнить чем-то другим.

Есть ещё одна вещь, которая кажется мне особенно важной именно для этого состава. Участники хора — это люди, которые десятилетиями заботились о других: принимали решения за чужое здоровье, несли профессиональную ответственность, привыкли быть теми, кто отвечает. А здесь они делают что-то для себя. Для человека, всю жизнь привыкшего отвечать за других, регулярно оказываться в ситуации, где не нужно ни за кого отвечать, — само по себе непривычный и, как мне кажется, очень ценный опыт.

И ещё одно, что особенно дорого, — репертуар. Русские и белорусские песни, песни военных лет. Материал, знакомый многим с детства. Совместное исполнение такого репертуара связывает участников хора не только между собой, но и с чем-то более широким — семейной и культурной историей, которая оказывается общей, даже если раньше люди никогда не встречались.

Отдельно хочу сказать про выступления на сцене и про то, зачем вообще выходить к зрителю, а не ограничиваться репетициями. Для исполнителей публичное выступление даёт конкретную цель, к которой имеет смысл готовиться: репетиции перестают быть просто повторением ради повторения, у них появляется срок и результат. Кроме того, выйти на

сцену и получить отклик зала — это форма социальной видимости, которой людям старшего возраста часто не хватает: после выхода на пенсию человек нередко становится в каком-то смысле менее заметен для окружающих, и выступление возвращает опыт, когда на тебя смотрят и тебе аплодируют за то, что ты сделал именно сейчас. Для слушателей в зале это тоже не проходит бесследно. Живое выступление — это общий, разделённый со всеми момент, который происходит один раз, здесь и сейчас, и совместная реакция зала на него сама по себе объединяет людей, даже если они пришли поодиночке. А когда на сцене — ровесники, для части зрителей это ещё и наглядное напоминание, что этот возраст может быть временем высоких результатов и радости от побед и достижений.

У конкретной цели выступления есть и другой эффект, о котором говорят реже, хотя на практике он заметен не меньше. Назначенная дата концерта — это конкретный срок, под который выстраивается всё остальное: приходиться на репетиции регулярно, не пропускать их из-за плохого настроения, следить за голосом, а значит, и за сном, и за общим самочувствием. Цель организует поведение сильнее, чем любое общее решение «больше двигаться» само по себе. В этом смысле подготовка к выступлению поддерживает физическую форму как бы попутно, не как отдельную задачу, ради которой нужно заставлять себя, а как естественное следствие того, что впереди есть конкретный день, к которому хочется прийти в форме.

Хор «Мы вместе — мы разам» и весь проект «Поющее долголетие» кажутся мне очень точно названными. Активная жизнь в старшем возрасте складывается не из общих рекомендаций про образ жизни, а из вот таких, казалось бы, простых, конкретных, регулярных дел. Вроде репетиции, на которую есть смысл приходиться снова и снова.

*Ольга Харитонова,
практикующий психолог,
специалист по психосоматике*



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Прочитав все страницы очередного номера электронной газеты, вы наверняка смогли убедиться, что сентябрь был очень щедр на события, прошедшие в региональной организации Профсоюза.

Конечно, самое значимое из них — подписание Соглашения на 2026–2029 годы между региональным министерством здравоохранения и областной организацией Профсоюза работников здравоохранения РФ. Важно не только то, что Соглашение подписано, а то, что министерство согласилось внести очень важные для медицинских работников дополнения, которые предложил Профсоюз.

Полагаем, вы с интересом прочитали статью об итогах профсоюзного аудита, который в БУЗОО «Калачинская ЦРБ» провела правовой инспектор труда ЦК Профсоюза по Омской области Татьяна Тымченюк. Надеемся, что это даст повод руководителям и председателям первичек организаций здравоохранения обратить внимание на соблюдение норм трудового законодательства в своих коллективах.

Ярким фейерверком спортивного праздника в рабочем посёлке Крутая Горка закончилась спартакиада Профсоюза — 2026, вновь, уже в который раз, подтвердившая приверженность медицинских работников к занятиям спортом.

А для медицинских работников, отдающих всё свободное время творчеству, в рабочем посёлке Черлак с большим успехом прошёл очередной выездной этап Фестиваля «Одарённые сердца».

Надеемся, уважаемые читатели, что в каждом выпуске электронной газеты «Профсоюзный листок» вы находите для себя что-то новое, интересное и полезное.

Леонид Шулькин

Учредитель:

Омская областная
организация Профсоюза
работников
здравоохранения РФ
Председатель
С.В.Быструшкин,

Главный редактор:

Леонид Шулькин

Свои мысли и пожелания присылайте нам на электронную почту:



oporz@mail.ru

Еще больше новостей о деятельности областной
профсоюзной организации вы найдете на официальном сайте



omprof.ru

и группе ВКонтакте



[vk.com/przf55](https://vk.com/prz55)

