***Льготы и запреты для беременных сотрудниц***

Работающие женщины, находящиеся в состоянии беременности, имеют право на особые меры безопасности и защиты своего здоровья. Согласно действующему законодательству, им предоставляются определенные льготы и запреты.

**Льготы**

* **Уменьшение рабочего времени**: беременная сотрудница имеет право сократить рабочий день на 1 час без уменьшения заработной платы. Также ей предоставляется право на дополнительный перерыв в продолжительности 30 минут.
* **Перенаправление на более легкую работу**: если существует угроза для здоровья беременной женщины или развития плода, работодатель должен перевести ее на другую, менее травмоопасную работу, при сохранении прежнего уровня заработной платы.
* **Отпуск по беременности и родам**: сотруднице предоставляется оплачиваемый отпуск по беременности и родам, который может начать использоваться за 30-56 дней до предполагаемой даты родов и продолжаться до 140 дней после родов.

**Запреты**

* **Запрет на тяжелую физическую работу**: женщине в первом триместре беременности и во время всей беременности запрещается выполнять тяжелые физические нагрузки, которые могут негативно сказаться на здоровье матери или ребенка.
* **Запрет на работу в опасных условиях**: беременной сотруднице запрещается заниматься работой, связанной с воздействием на организм вредных и опасных факторов (ядовитые вещества, ионизирующее излучение, химические и биологические агенты и др.).
* **Запрет на работу в ночную смену**: женщинам, состоящим в беременности или находящимся на грудном вскармливании, запрещается работа в ночную смену, которая продолжается с 22:00 до 6:00.

Беременные сотрудницы имеют права на надлежащую охрану своего здоровья и условий работы. Льготы включают уменьшение рабочего времени и перевод на более легкую работу, а также предоставление отпуска по беременности и родам. Запреты включают тяжелую физическую работу, работу в опасных условиях и работу в ночную смену. Работодатели обязаны выполнять эти требования и обеспечивать безопасные условия труда для беременных сотрудниц в соответствии с законодательством.

**Ограничения на применение труда женщин в сельской местности**

Охрана труда женщин в сельской местности играет важную роль в обеспечении их безопасности и предотвращении возможных вредных последствий. В связи с этим, существуют определенные ограничения на применение труда женщин в данной области.

**Физические ограничения**

* Согласно правилам, женщины не должны привлекаться к тяжелым физическим работам, требующим большого физического напряжения.
* Также, им следует избегать работы с вредными веществами, которые могут негативно сказаться на их здоровье.
* Ограничения также включают запрет на подъем и перемещение тяжестей сверх установленных норм.

**Ограничения на работу в определенных условиях**

* Труд женщин в сельской местности подлежит ограничениям в рабочих условиях, которые могут повлечь для них серьезные последствия.
* Например, запрещается привлекать женщин к работам, связанным со сильными вибрациями, высоким уровнем шума, низкими или высокими температурами и другими опасными условиями.

**Ограничение в период беременности и после родов**

Важно учесть, что женщины также имеют особые ограничения в период беременности и после родов, чтобы обеспечить их здоровье и благополучие.

**Особенности охраны труда беременных женщин**

**Описание**

Охрана труда беременных женщин направлена на предотвращение возможных рисков и создание безопасной и здоровой рабочей среды для них. Беременность может повлиять на состояние женщины, а также на ее способность выполнять определенные виды работы. Поэтому важно принять меры для предотвращения возможных опасностей и негативных последствий.

**Важные аспекты**

* **Оценка рисков:** Работодатель обязан провести оценку рисков для беременных женщин и установить соответствующие меры по их минимизации.
* **Информирование:** Работодатель должен информировать беременных женщин о возможных рисках и предоставить им необходимую инструкцию по безопасному выполнению работы.
* **Адаптация условий работы:** Если работа предполагает особые физические нагрузки или контакт с опасными веществами, необходимо адаптировать условия работы для беременных женщин.
* **Работное место:** Работодатель обязан предоставить беременной женщине комфортное и безопасное рабочее место, соответствующее ее состоянию.
* **Режим работы:** Работодатель должен обеспечить беременным женщинам возможность регулярного отдыха и использования установленных беременным женщинам норм времени на отдых и питание.

Охрана труда беременных женщин играет важную роль в поддержании их здоровья и благополучия. Соблюдение правил охраны труда позволяет минимизировать возможные риски и обеспечить безопасные условия работы для будущих мам. Работодатели и беременные женщины должны сотрудничать в этом процессе и следить за соблюдением всех необходимых мероприятий и рекомендаций.

**Где нельзя работать женщинам – список профессий**

Работу женщин в некоторых сферах деятельности нужно регулировать в соответствии с принципом охраны труда и обеспечения безопасности. Вот список профессий, где женщины не могут работать:

**1. Тяжелая физическая работа**

Женщинам не рекомендуется заниматься тяжелыми физическими работами, которые могут негативно повлиять на их здоровье. В таких профессиях часто предусмотрено поднимание и перемещение тяжестей, что может вызвать травмы опорно-двигательного аппарата и повредить женскую репродуктивную систему. Примером такой работы может быть работа на строительных площадках или в грузоперевозках.

**2. Вредные условия труда**

Женщины должны избегать работы в профессиях, связанных с вредными условиями труда. Вредные условия труда могут включать контакт с вредными химическими веществами, высокий уровень шума, вибрации и другие неблагоприятные факторы, которые могут оказывать негативное воздействие на здоровье женщин. Примерами таких профессий могут быть работа в химической промышленности или шумные производства.

**3. Повышенный риск для репродуктивной системы**

Женщинам не рекомендуется заниматься работой, которая связана с повышенным риском для их репродуктивной системы. Это может включать работу с радиоактивными или ионизирующими излучениями, высокими температурами или вибрацией. Такие факторы могут вызвать нарушения в развитии зародыша или повредить органы репродуктивной системы у женщин. Профессии, связанные с этим риском, включают работу в ядерных электростанциях или в близости к ним.

**4. Длительные периоды на ногах**

Женщинам следует избегать работы, требующей длительных периодов на ногах. Постоянная стоячая позиция может негативно сказаться на здоровье женщин, особенно на ногах, спине и суставах. Профессии, связанные с длительными периодами на ногах, могут включать работу в торговле, обслуживании или врачебной практике.

**5. Подверженность стрессу и эмоциональному перегрузу**

Женщины лучше избегать профессий, которые связаны с постоянным стрессом и эмоциональным перегрузом. Такие профессии могут негативно влиять на психическое здоровье женщин и приводить к нервным и эмоциональным расстройствам. Примерами таких профессий могут быть работа в стрессовых сферах, таких как медицина или служба спасения.

Конечно, этот список не является исчерпывающим, и каждая профессия требует индивидуального анализа с учетом факторов охраны труда и здоровья работниц. Однако, при выборе работы женщинам стоит учитывать потенциальные риски и следовать рекомендациям в области охраны труда.

**Охрана труда молодых мам**

Одной из ключевых проблем, с которой сталкиваются молодые мамы, является возможность совмещения материнства и профессии. Как правило, молодые мамы вынуждены быстро возвращаться на работу после родов, что может стать источником стресса и негативно сказаться на их здоровье. Поэтому необходимо предоставить таким работницам возможность гибкого графика работы, дополнительного время для кормления ребенка и возможность перерывов на отдых.

Другая важная аспект охраны труда молодых мам – обеспечение условий для сохранения грудного вскармливания. Работодатели должны предоставить место и время для выражения грудного молока, а также поддерживать индивидуальные потребности матери во время рабочего дня.

Также необходимо уделить внимание эргономике рабочего места для молодых мам. В связи с изменениями в организме после родов, женщины могут испытывать дискомфорт и боли в спине, шее и плечах. Правильная эргономика и соблюдение правил эргономической безопасности позволят уменьшить нагрузку на тело и предотвратить возникновение заболеваний опорно-двигательной системы.

**Администрация Нижневартовского района. Отдел труда. 2024 год.**