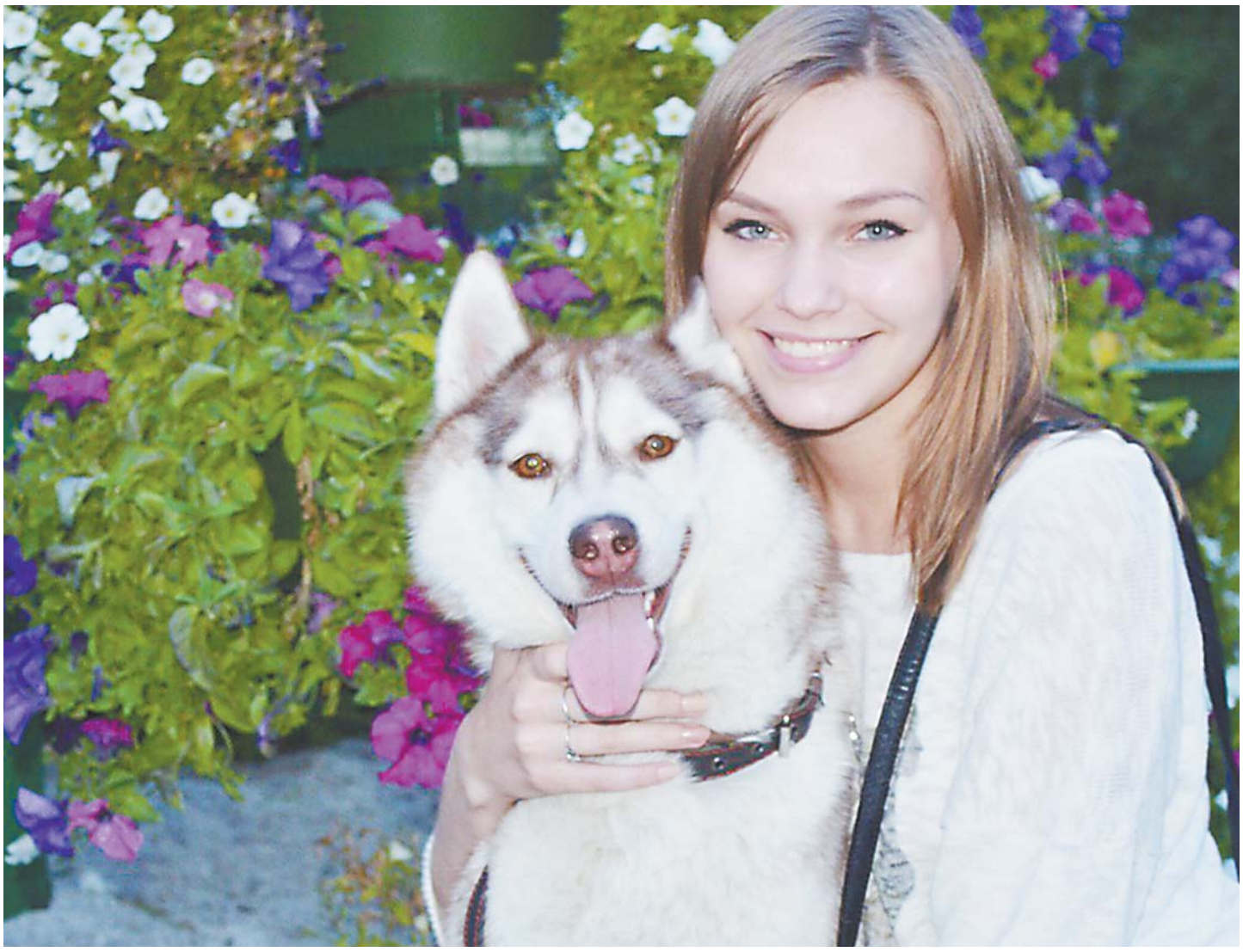
ГОРОД
Пешком по пятому микрорайону
Этим летом Нижневартовск стал еще краше. На благоустройство городской среды потрачено более 500 млн руб. 4

ТЕРРИТОРИЯ РАЗВИТИЯ
В «ипотечной долине» появится первая школа
Включение объекта в федеральный реестр делает его уникальным 5

ИДИТЕ В БАНЮ!
Секреты легкого пара
Отом, как париться в бане без ущерба для здоровья, рассказывает банщик-профессионал 7

Общественно-политический еженедельник
Самотлор • экспресс
Издается с 7 мая 1993 года
№ 31/859 от 25 – 31 августа 2016 г.

НАША ГАЗЕТА в социальных сетях www.facebook.com/samotlorexpress | www.vk.com/samotlorexpress



Хаски словно из сказки

Когда собака – друг, компаньон и член семьи

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Голубоглазому хаски по кличке Скай пять лет. Кареглазой пушистой Ванде – четыре с половиной. Вместе они – семья и стая. О своих питомцах жительница Нижневартовска Наташа Баннова может говорить бесконечно. Для нее хаски не просто «модная» порода собак, что стало особенно заметно в Нижневартовске за последние несколько лет. Скай и Ванда стали для молодой девушки почти членами семьи. И кстати, именно они познакомили Наташу с ее будущим мужем. У Наташи была Ванда, а у Максима – Скай. Благодаря собакам молодые люди встретились, а потом поженились, что называется, «объединив свои активы». Теперь ребята все свободное время уделяют своим питомцам, не расстаются даже в отпуске. Мы решили подробнее разузнать о характере красавцев – сибирских хаски, чтобы развеять некоторые мифы, сложившиеся вокруг этой породы собак. Наталья Баннова согласилась нам помочь.

- Наташа, как вы стали хозяйкой хаски: собака «нашла» вас или вы ее? Почему ваш выбор пал именно на эту породу?

- Пять лет назад, когда окончила школу и стала жить самостоятельно, я решила завести себе домашнего питомца – собаку. Долго определялась с породой, мне нужна была активная собака-компаньон, с которым я могла бы долго гулять, выезжать за город на отдых. И сначала я думала, что это будет лайка, мне нравились собаки такого типа. С помощью интернета стала подыскивать собаку такой породы из питомников, которым доверяю.

Обратила внимание на то, что вместе с лайками многие продают хаски и маламутов. Почитала о них и все переиграла – сделала выбор именно на хаски, потому что это очень дружелюбная, активная и красивая собака одновременно. Тогда это была еще очень редкая порода. В Нижневартовске на тот момент их разведением никто не занимался, и за щенком мне пришлось поехать в самарский питомник. Я заранее выбрала щенка из помета – это была Ванда. А чуть позже познакомилась с молодым человеком, у которого тоже был щенок хаски (это был Скай). Теперь мы – муж и жена, и у нас две замечательные собаки, которые свели нас вместе *(улыбается)*...

Продолжение на стр. 6

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

На этой неделе Нижневартовск посетила губернатор Югры Наталья Комарова, она проверила готовность школ города к началу нового учебного года, встретилась со спортсменами и общественностью.

В этом году в школы города пойдут около 31 000 учащихся. Из них более 3 200 – первоклассники.

С 29 августа на дорогах Нижневартовска начнется традиционная акция «Внимание, дети!». По всему городу ГИБДД выставит дополнительные наряды сотрудников.

За семь месяцев на дорогах Нижневартовска произошло 25 ДТП, в которых пострадали 26 детей. Лишь в двух случаях виновниками аварий стали юные пешеходы. Это в два раза меньше, чем за аналогичный период прошлого года.

В Югре завершился капитальный ремонт 100 многоквартирных домов: сотый дом был принят на минувшей неделе. Им стала сургутская пятиэтажка, где обновили крышу. Всего до конца этого года в округе планируется закончить капремонт в 669 домах. Сейчас работы идут в 451 доме.

С 1 сентября из Нижневартовска в Омск и обратно можно будет добраться на двухмоторном универсальном самолете L-410 по вторникам и четвергам, сообщает пресс-центр авиакомпании «Оренбуржье». Время полета составит 2 часа 30 минут, а стоимость билета – 12 685 рублей.

В Нижневартовске продолжается профилактика энтеровирусной инфекции, бассейны в городе будут закрыты до 1 сентября. Заболеваемость энтеровирусной инфекцией пошла на спад. Специалисты советуют не пренебрегать правилами личной гигиены.

Югра присоединилась к всероссийской акции «Живи, лес!», которая начнется в сентябре и продлится до конца октября. Планируется высадить 1 550 деревьев различных пород на площади более 30 га, провести более 20 занятий и более 20 лекций в школах округа и детсадах. В акции примут участие более 1 300 человек.

В 2016 году в России ожидают рекордный урожай зерна со времен СССР. Наша страна может стать крупнейшим экспортером пшеницы, впервые опередив весь Евросоюз. Такой прогноз сделали аналитики Минсельхоза. Они повысили прогноз урожая пшеницы до 72 млн тонн.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ НА ВЫХОДНЫЕ

27 августа, суббота
температура воздуха
ночью: +11°...+16° днем: +8°...+14°
ветер: ССЗ 1 м/с
давление: 749 мм рт.ст.

28 августа, воскресенье
температура воздуха
ночью: +7°...+16° днем:+ 8°...+17°
ветер: ЮЮЗ 3 м/с
давление: 747 мм рт.ст.

«Самотлор-экспресс» принимает
ОБЪЯВЛЕНИЯ
по тел. 8 (3466) 49-13-17

БУДЬТЕ В КУРСЕ

ПРО ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

В Нижневартовске по плану диспансеризации взрослого населения в течение 2016 года пройти обследование должны 40 100 человек. За семь месяцев первый этап диспансеризации прошли больше половины запланированного количества пациентов. На второй этап направлены свыше 15 тысяч человек, что составляет 71% от количества всех обследованных. Среди тех, кто прошел второй этап диспансеризации, выявлено 3,5 тысячи заболеваний.

Диспансеризация взрослого населения в России проводится четвертый год. В этом году пройти комплексное обследование должны те, кому в этом году исполняется 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99 лет.

По словам заведующей четвертым терапевтическим отделением бюджетного учреждения ХМАО – Югры «Нижневартовская городская поликлиника № 2» Динары Бамматовой, в нынешней кампании по диспансеризации населения решено сконцентрироваться на четырех группах заболеваний, которые обуславливают 75% смертей россиян прежде всего трудоспособного возраста: сердечно-сосудистые патологии, хронические бронхолегочные патологии, сахарный диабет, онкология.

Диспансеризация в отличие от ежегодных профилактических осмотров проводится для определенных возрастов раз в три года. При этом объем обследований – больше, чем при профосмотрах. Пройти диспансеризацию могут все граждане России один раз в три года и в определенном возрасте. Для инвалидов войны и некоторых других категорий граждан диспансеризация проводится ежегодно. Если вы хотите пройти диспансеризацию, обратитесь в регистратуру вашей поликлиники, вам обязаны все разъяснить. Есть даже отдельные кабинеты диспансеризации, к примеру, в Нижневартовской городской поликлинике № 2 это кабинет № 422, работает с 8 до 17 часов.

Для работающих россиян, желающих пройти полное обследование, предоставляется право на диспансеризацию в дневное рабочее время по статье 24 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан России» от 21 ноября 2011 года.

Для справки. *Диспансеризация – это комплекс обследований организма, направленный на раннее выявление развития неинфекционных хронических заболеваний, факторов риска. Проведение диспансеризации для разных категорий граждан отличается. В том случае, если человек не имеет серьезных хронических неинфекционных заболеваний, ему достаточно посетить доктора всего-навсего один раз в год и пройти стандартные исследования. Это называется первый этап диспансеризации. Проводится опрос-анкетирование, измерение антропометрических данных, артериального давления, уровня общего холестерина и глюкозы в крови, клинический анализ крови, флюорография, осмотр акушерки для женщин (с цитологическим исследованием), общий анализ мочи. Эти виды обследования – для всех возрастных групп. Чем старше человек, тем шире спектр предлагаемых видов обследования, например, с 36 лет полагается проведение ЭКГ, с 51 года – консультация невролога.*

Те, кто по результатам первого этапа нуждается в дополнительном обследовании, индивидуальном углубленном или групповом профилактическом консультировании, направляются на второй этап диспансеризации, где проводятся уже другие медицинские мероприятия.

Ольга Болотова,
специалист по связям
с общественностью БУ ХМАО-Югры
«Нижневартовская
городская поликлиника»

Не в первом месте счастье

УРОВЕНЬ ЖИЗНИ

Нижневартовск вошел в десятку «самых счастливых российских городов» и расположился на седьмом месте. Исследование «Индекс счастья российских городов» провело мониторинговое агентство NewsEffector. Опередили столицу Самотлора города Грозный, Казань, Краснодар, Сочи, а также Тюмень (второе место) и Сургут (четвертое место). Последние строчки десятки принадлежат Братску, Южно-Сахалинску и Чите.

Опрос проводился, чтобы узнать, где в России проживают самые счастливые люди. В нем приняли участие 26 900 человек. Участники отвечали на вопросы о довольстве материальным положением, экологией, уровнем безопасности, благоустройством и развитием города. А самый главный вопрос – счастливы ли вы в своем населенном пункте?

Как выяснилось, больше всего нижневартовцы недовольны динамикой развития города, устраивает она лишь 32% респондентов. 42% опрошенных чувствуют себя в безопасности, 49% устраивает экология, 66% удовлетворены своим заработком и 67% благоустройством.

Счастливых людей в нашем городе тоже 67%.

Спустились с Олимпа

СПОРТ

В Нижневартовске во время визита губернатора Югры Натальи Комаровой чествовали участников Олимпийский игр в Рио-де-Жанейро. На приеме, который состоялся в СДЮСШОР «Самотлор», были олимпийцы, их родители, болельщики, тренеры и воспитанники детских спортивных школ.

Был подключен и телемост с воспитанниками Югорского колледжа-интерната Олимпийского резерва. Глава региона вручила бронзовым ватерполистам сертификаты на 1,7 млн рублей, их тренерам – по 850 тысяч рублей, волейболистам – по 200 тысяч рублей за участие в играх.

Напомним, на Олимпиаде-2016 в Рио-де-Жанейро выступали шесть представителей из Югры: ватерполистки Анна Тимофеева и Екатерина Лисунова, волейболисты Артем Вольвич, Артем Ермаков, Игорь Кобзарь и Константин Бакун.

И в космосе свои люди

ЗНАЙ НАШИХ!

Один из космонавтов, который полетит на Международную космическую станцию (МКС) в составе экипажа в сентябре этого года – Сергей Рыжиков – имеет отношение к Нижневартовску. Он родился в Бугульме (Татарская АССР), но значится в его биографии и Нижневартовск: в нашем городе он учился в школе и занимался в авиацентре «Крылья Самотлора». Информация об этом прозвучала на одной из встреч с губернатором округа с нижневартовцами во время последнего визита главы региона.

Сообщение об утвержденных новых экипажах МКС на три предстоящих полета на станцию в 2016 году появилось на сайте NASA еще в феврале. Один отправился в мае, другой должен улететь в ноябре. А на сентябрь 2016 года запланирован старт экипажа экспедиции МКС-49/50 на корабле «Союз МС-02», на МКС полетят российские космонавты Андрей Борисенко и Сергей Рыжиков, а также астронавт США Шейн Кимброу *(от ред.: в свете последних событий может и не полететь).*

Сергей Николаевич Рыжиков был военным летчиком второго класса. Освоил самолеты Л-39 (налет 287 часов) и

МиГ-29 (налет более 150 часов). Гвардии майор ВВС. Инструктор-парашютист, выполнил 110 прыжков с парашютом. Космонавтом-испытателем отряда космонавтов Роскосмоса стал с 2009 года, набор 2006 г. Прошел общекосмическую подготовку. Опыта космических полетов пока не имеет.

До января

ПЕНСИЯ

В январе 2017 года пенсионеры получат выплату 5 тысяч рублей. Первая индексация пенсий в полном объеме может пройти с 1 февраля 2017 года. Об этом сообщил премьер-министр России Дмитрий Медведев, отметив, что доиндексация пенсий в 2016 году будет заменена на единовременную выплату в январе будущего года. По словам премьер-министра, это решение потребует дополнительно более 200 млрд рублей. Средства на единовременную выплату пенсий будут заложены в бюджет ПФР на 2017 год трансфертом из федерального бюджета. Кроме того, Медведев заявил, что индексация пенсий в 2017 году будет проведена в обычном порядке, первая состоится в феврале.

Велик напрокат

ЛЕТНИЙ СЕЗОН

От 10 до 50 клиентов в день обращаются все лето в пункты проката, расположенные в общественных местах Нижневартовска. Взять «погонять» можно от велосипеда до электро- и веломобиля. В начале лета сдавались в прокат и сегвеи, однако к концу сезона встретить их уже можно не везде. Прокат – бюджетный вариант активного отдыха. Если купить велосипед можно, начиная от 10 тысяч рублей, то взять его в прокат на 1 час стоит 150 рублей. Дороже всего, например, в прокате центра активного отдыха «Адреналин» на Комсомольском озере обойдется веломобиль (четырехместный) – от 500 рублей за час. Прокат – бизнес сезонный, обычно летние центры проката велосипедов, электромобилей и батутов работают с мая по сентябрь. Как только выпадет снег, откроются прокаты зимнего спортивного инвентаря: лыж и коньков.

«…Утки осенью в большой цене»

ОХОТА

В Югре открыт сезон охоты на пернатую и боровую дичь. С 20 августа и по 31 декабря этого года в округе разрешено добывать водоплавающих птиц – уток, гусей и болотных куликов. Стрелять глухарей, тетерев, рябчиков и белых куропаток разрешается до 28 февраля 2017 года. Об этом сообщают региональные издания. Стоит отметить, что в Югре охотничьими билетами обладают около 70 тысяч жителей. Каждому из них при получении разрешения можно добыть, к примеру, три утки и одного гуся ежедневно. Два глухаря за сезон и пять тетеревов.

Вместе с охотниками в лес выйдут и сотрудники Природнадзора Югры. С открытием сезона в регионе стартует операция «Пернатая дичь», направленная против браконьерства. Инспекторы будут следить за соблюдением правил охоты на угодьях. Вместе с сотрудниками правоохранительных органов и представителями казачьих общин инспекторам предстоит стоять на контроле до 23 октября. Длительный срок проведения операции связан с периодом подготовки птиц к зимовке – в это время дичь наиболее уязвима.

- Боровая дичь начинает искать мелкие камушки для того, чтобы наполнить желудок. Так как естественных галечников очень мало на территории округа, она, как правило, вылетает на обочины дорог. Там она становится легкой добычей для браконьеров, которые начинают ее отстреливать прямо машин, – отмечают представители окружного Природнадзора.

Эх, ярмарка!

РЫНОК

На территории Югры – ярмарочный бум: жители региона предпочитают покупать продукты у местных производителей. В прошлом году в округе действовали 26 постоянных продуктовых ярмарок, теперь число увеличилось до 62. Лишь в июне этого года в окружной столице открылись сразу пять торговых точек местных сельхозпроизводителей. В Нижневартовске выставки-ярмарки тоже не редкость. Две последние ярмарки «выходного дня» состоялись 20-21 августа. Следующие пройдут в сентябре – 3 и 4, 24 и 25 числа.

Отблагодарили за работу и любовь

ЕСТЬ ПОВОД

Окружными и городскими наградами за вклад в развитие города отмечены 37 нижневартовцев. Торжественная церемония вручения состоялась на этой неделе, в день Государственного флага России.

В числе награжденных представители различных сфер деятельности: члены молодежных общественных организаций города, предприниматели, многодетные семьи и семьи, воспитывающие приемных детей, руководители и работники образовательных организаций и других учреждений города. А также супружеские пары, прожившие в браке 25 лет и более, они удостоены общественной награды-медали «За любовь и верность». С 2008 года этот знак, украшенный символом любви и семьи – ромашкой – получили более 20 нижневартовских семей.

Кроме того, горожане отмечены Благодарственными письмами председателя Думы ХМАО – Югры, дипломами и благодарностями Ассоциации «Совет муниципальных образований ХМАО – Югры», Почетными грамотами и Благодарственными письмами администрации Нижневартовска и другими наградами.

Лекарством станут радость и творчество

СОЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Татьяна Шлыкова
Оксана Новикова

В Нижневартовске стартовала социальная программа «Открытые ладошки» для детей с ревматическими заболеваниями. В кардиоревматологическом отделении БУ «Окружная клиническая детская больница» по случаю запуска проекта прошел детский праздник. Ребятишек веселили клоуны. Вместе с ними они угадывали мелодии из мультфильмов, топали, пускали мыльные пузыри, бегали за клоуном по имени Улыбака и веселились со сказочными героями. Маленьких пациентов увлекли играми, конкурсами. Не обошлось по такому случаю и без сладкого угощения. А в завершение праздника, по уже сложившейся традиции, ребята с помощью ярких красок оставили следы своих ладошек на ватмане.

Ревматические заболевания у детей сегодня не менее актуальная проблема, чем другие, о которых сегодня много говорят и пишут. Кардиоревматологическое отделение окружной детской больницы рассчитано на 17 ревматологических коек, а на лечении в настоящее время находится 21 ребенок. По словам врачей, в связи с ростом заболеваемости увеличился и объем неотложной медицинской помощи детям с таким диагнозом. Возраст пациентов – от двух лет и старше. Самым маленьким пациентом в этом отделении был малыш восьми месяцев от роду.

- В нашей больнице медицинскую помощь получают дети с ревматическими заболеваниями со всего округа. Технические возможности отделения и профессионализм врачей позволяют добиваться высоких результатов в лечении и реабилитации пациентов разного возраста и степени тяжести заболевания, – сказала заведующая кардиоревматологического отделения БУ «Окружная клиническая детская больница» Ольга Кучма.

Ревматические заболевания, как правило, мультифакторного типа. Причины тому – и внешняя среда, и психоэмоциональное состояние. Заболевание носит хронический, прогрессирующий характер, с поражением внутренних органов и опорно-двигательного аппарата. Если не проходить своевременного лечения, то есть риск оказаться в инвалидном кресле. Совсем юные пациенты с таким заболеванием часто оторваны от обычной окружающей среды и вынуждены находиться в больнице длительное время – два-три месяца в год или каждый месяц по неделе минимум. Поэтому для ребят важно поддержание положительного эмоционального фона и настроя на ремиссию. Этим и объясняется актуальность социального проекта «Открытые ладошки».

- Это первая акция, – сказала Ольга Кучма, – но не последняя. Планируются и другие развлекательные мероприятия, дающие возможность позитивного общения, проведение мастер-классов «Творчество как лекарство» для тренировки мелкой моторики с участием представителей детской школы искусств № 2, а также другие виды активной деятельности.

Нижневартовск стал девятым регионом, где проводится программа, целью которой является социализация детей с ревматическими заболеваниями, привлечение внимания к решению важных задач детской ревматологии по внедрению практики ранней диагностики, начала лечения, создания программ реабилитации и социализации.

Инициатор социальной программы «Открытые ладошки» – биофармацевтическая компания AbbVie. Ее представители надеются, что программа окажет положительное влияние на жизнь маленьких пациентов, которые проходят терапию, и поможет им лучше справляться со своим заболеванием. Программа стартовала в 2014 году в Москве, Челябинске и Владивостоке. За время ее работы в мероприятиях приняли участие более 600 детей. В 2015 и 2016 годах программа получила развитие в Москве, Челябинске, Владивостоке, Барнауле, Красноярске, Екатеринбурге, Нижневартовске и в других российских городах.

Skype и Viber не тронут

СВЯЗЬ

Минкомсвязи отказывается от намерения регулировать деятельность операторов VoIP (Voice over IP), наиболее популярными представителями которых являются сервисы Skype, WhatsApp и Viber. Об этом пишет «КоммерсантЪ».

По данным газеты, из законопроекта ведомства, призванного урегулировать правоотношения операторов связи, исчез запрет на звонки абонентов сервисов VoIP в сетях стандартных операторов мобильных и фиксированных сетей. Проект документа размещен на портале опубликования нормативных актов. Эти положения законопроекта лишали абонентов операторов VoIP права звонить абонентам фиксированной или мобильной телефонии и наоборот.

Как сообщается, в предыдущей версии законопроекта данный запрет распространялся на работу только российских сервисов VoIP, среди которых «ВКонтакте», «Mail.ru Агент», «Одноклассники» и ICQ. Такие положения законопроекта ставили российские сервисы в неравное положение с зарубежными конкурентами. Требования законопроекта могли привести к возникновению неоправданных издержек операторов, использованию неоптимальных маршрутов трафика сетей и увеличению финансовой нагрузки на абонентов, указывается в пояснительной записке.

Также ведомство в новой версии законопроекта не стало вводить понятие услуги «международное завершение вызова на сеть российского оператора», поскольку эта услуга могла монополизировать рынок международной связи.

Однако у представителей сотовых операторов остаются существенные претензии к документу, отмечает издание.

ПОРОК – ЗА ПОРОГ!

В КРУПНОМ ОБЪЕМЕ

В Нижневартовске на несовершеннолетнего жителя завели уголовное дело за незаконное приобретение и хранение наркотических средств в крупном объеме. Об этом сообщает СУ СК по Югре. По версии следствия, в ночь с 16 на 17 августа текущего года, 16-летний вартовчанин посредством тайника приобрел для личного потребления наркотики. Спустя некоторое время юноша был задержан сотрудниками полиции. При проведении личного досмотра у молодого человека были обнаружены наркотики в его правом кроссовке.

В настоящее время в Следственном комитете проводятся следственные и иные процессуальные действия, направленные на установление всех обстоятельств преступления.

«ПЛОХО ЛЕЖАЛО» В ДОМОДЕДОВО

Жительница Нижневартовска совершила кражу в московском аэропорту Домодедово. «Добычей» стал планшет. Преступление было совершено в зале ожидания.

«В дежурную часть линейного управления МВД России обратился гражданин с просьбой принять меры к розыску планшетного компьютера, пропавшего в зале ожидания аэровокзального комплекса Домодедово», сообщает УМВД России на транспорте по ЦФО.

55-летнюю жительницу Нижневартовска стражи порядка задержали. У женщины был изъят пропавший компьютер. Возбуждено уголовное дело.

НАСИЛИЕ НАД ДЕТЬМИ

По статистике городского УМВД, только за текущий год в Нижневартовске зарегистрировано 38 преступлений, совершенных взрослыми в отношении несовершеннолетних. Основную долю составляют причинение телесных повреждений (побои). Три уголовных дела возбуждены за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего. В настоящее время виновные ждут решения судов.

На учете в отделе по работе с несовершеннолетними состоят 177 родителей и лиц их заменяющих (опекунов), отрицательно влияющих на детей, т.е. не занимающихся надлежащим образом воспитанием, содержанием, оздоровлением и, конечно же, обучением своих детей. За ненадлежащее воспитание детей, за нарушение прав и законных интересов подростков к административной ответственности привлечено 304 законных представителя.

В целях профилактики преступлений, связанных с насилием над детьми, полицейские советуют родителям и законным представителям помнить о последствиях и соблюдать действующее законодательство. Стражи порядка также обращаются к гостям и жителям города с просьбой не оставаться равнодушными к судьбе детей и информировать соответствующие службы о фактах жестокого обращения с детьми.

Телефоны УМВД России по г. Нижневартовску:

- 02;
- 41-62-26 – телефон доверия;
- 49-31-11, 49-31-12, 49-31-13 – дежурная часть УМВД России по г. Нижневартовску;
- 49-32-12 – дежурная часть ОП № 1;
- 49-31-71 – дежурная часть ОП № 2;
- 49-33-11 – дежурная часть ОП № 3.

Пресс-служба УМВД России по г. Нижневартовску

Пешком по пятому микрорайону

Глава администрации проверила ход работ по благоустройству

Эту часть пятого микрорайона Нижневартовска коммунальщики называют «западной». На прошлой неделе здесь побывала глава городской администрации Алла Бадина. Практически за час она выполнила несколько важных дел, убив сразу четырех зайцев: проинспектировала ход строительства спортивной площадки во дворе по адресу: ул. Маршала Жукова,3; заглянула в корпуса домов по ул. Ленина,11, чтобы оценить текущий ремонт в подъездах; пообщалась с горожанами и владельцами собак, поинтересовавшись необходимостью оборудования в городе дополнительных мест для выгула их питомцев; оценила готовность Комсомольского бульвара после первого этапа реконструкции.

В этом году на благоустройство в Нижневартовске из бюджета города было выделено более 500 млн рублей.

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Татьяна Шлыкова. Фото автора

Все должно быть синхронно

Двор ул. Маршала Жукова, 3. Здесь будет еще одна современная спортивная площадка размером 20 м на 40 м с искусственным покрытием. Работы ведет ООО МОК «Тандем». Заказчик – СДЮШОР по ЗВС. А когда-то тут был каток, сотни мальчишек буквально выросли на нем, гоняя зимой на коньках, а летом в футбол. И конечно, жители ближайших домов разволновались, когда проснувшись однажды утром, обнаружили, что каток сносят. Подняли шум, посыпались жалобы…

- Почему возникла такая проблема? В чем причина? Как были согласованы работы и действия спорткомитета, представителей ЖЭУ и строителей? – поинтересовалась Алла Бадина. Это был один из первых вопросов после приветствия. Похоже, отсутствие синхронности и чья-то недоработка ей были не по нраву. Выяснилось, что информация о демонтаже старого катка и установке новой спортплощадки меньшей площадью была доведена до жителей своевременно. Но вопросы у людей все равно возникли, когда начался процесс сноса. Возможно, недопонимание возникло по той причине, что паспорт объекта на месте строительства появился с опозданием.

А вот по срокам – площадка должна быть готова к 1 сентября – строители заверили, что уложатся вовремя. Они уже приступили к укладке покрытия. Все необходимое для работы закуплено и завезено. Площадка будет чуть меньше размером, чем прежняя. Зато здесь появится и прокат спортинвентаря, и будет, где переодеться.

- Не подведите. Постарайтесь. Порадуйте и меня, и жителей, которые вернутся из отпусков и увидят новенькую площадку, – обратилась глава городской администрации к строителям. – Если нужна будет помощь при согласовании и подключении, обращайтесь…

Про ванны для мусора, собак и их хозяев

Направившись пешком через микрорайон к Комсомольскому бульвару, Алла Бадина поинтересовалась ходом текущего ремонта в подъездах корпусов дома № 11 по ул. Ленина. Ремонт ей пришелся по душе, а вот пошарпанные доски объявлений на подъездах – не очень. Обратила внимание глава и на оборудованные под наклоном заезды на тротуар для инвалидных колясок.

А еще выяснилось, что особенно не жалует глава городской администрации мусорные ванны, которые привыкли видеть у своих подъездов жители города. Нынешним летом она категорично требует от коммунальщиков избавляться от старого способа уборки мусора и переходить к более цивилизованному – установке пластиковых контейнеров по принципу разделения отходов. Такие площадки в западной части пятого микрорайона оборудованы. Так что теперь и нижневартовцы, у чьих подъездов еще есть мусорные ванны, вправе обращать на это внимание своих ЖЭУ, ТСЖ и управляющих компаний.

Одна из проблематичных тем благоустройства – нехватка в городе площадок для выгула собак. И заметив на газоне у третьего корпуса дома № 11 по ул. Ленина табличку со словами «Выгул собак запрещен», глава городской администрации поинтересовалась:

- Запретить – запретили. А где разрешено? Где можно выгуливать животных? Появились у нас в городе новые площадки? – обратилась она к представителю Управляющей компании № 2.

- Есть оборудованная площадка в районе дома № 27 по ул. Мира, еще хотим обустроить в 11 микрорайоне, – ответил тот.

- Ладно, – согласилась уже на ходу Бадина, – давайте только так, чтобы случаи были не единичными. А как владельцы животных относятся? Вот давайте у них и спросим, – заметила она сидящего на скамейке у двери подъезда дома № 1 по Комсомольскому бульвару молодого парня с бультерьером.

Бультерьер входит в список агрессивных собак. И, видимо, поэтому в руках молодой человек держал не поводок, а цепь, но намордника у пса не было.

Вот с вопроса об отсутствии намордника и начался разговор главы городской администрации с нижневартовцем. Однако парень оказался не менее агрессивным, чем его питомец.

- Я только что из вольера приехал. Ну давайте, подайте на меня в суд, за то, что мой пес без намордника, – парень, что называется, встал в позу и разговаривал грубо, даже похамски.

- Мы просто хотели с вами поговорить, в том числе и о площадке для выгула собак, – попыталась направить разговор в полезное русло Алла Анатольевна, но диалога не вышло.

Зато получился разговор с пожилой парой, приятная беседа с дедушкой и внучкой на детской площадке.

- Нас что по телевизору покажут? – закричали две девчушки из песочницы, увидев телевизионные камеры, и быстро ринулись к качелям, чтобы попасть в кадр.

Пройдя через микрорайон, глава администрации вышла на Комсомольский бульвар. Здесь она снова решила вернуться к теме выгула собак, теперь ее стал волновать вопрос: а как там по правилам – в намордниках или без – должны собаководы выгуливать своих питомцев?

И завидев красивую даму, проходящую с колли с другой стороны бульвара, направилась прямиком к ней. За ней потянулась и вся длинная процессия.

Дама и колли оказались дружелюбными. В руках собаковладелицы был не только тонкий поводок, но и почти тряпочный намордник. Она постаралась объяснить Алле Анатольевне правила выгула собак. Поводок обязателен для всех.

Намордник тоже, кроме мелких пород и щенков до трех месяцев. Позитивный диалог имел продолжение. Алла Бадина спросила и про площадки для выгула: нужны-не нужны, и кто должен там убирать.

- Думаю, все владельцы собак с легкостью бы согласились убирать на таких площадках за своими животными самостоятельно, – сказала дама с собакой. Ответом Алла Анатольевна осталась удовлетворена.

Бульвар похорошел. Но пока частично

На Комсомольском бульваре главу городской администрации уже ждали. Представитель САТУ вышел навстречу. Вместо приветствия Бадина обратила его внимание на кучу строительного мусора прямо посередине бульвара, недалеко от бывшего фонтана.

- Хорошее все увидят. А плохое – только я, – сделала замечание глава администрации. – Убирайте своевременно кучи мусора. Это не должно тут мозолить глаза…

Ее заверили, что уберут завтра же.

На обновленной части Комсомольского бульвара, который уже смогли увидеть все, кто хотел, кажется, даже дышалось иначе. Этот отрезок теперь здорово отличается от неухоженной старой части, закованной в обветрившуюся со временем серую бетонную плитку. Новая тротуарная плитка, клумбы, бордюры, скамейки – на одной трети бульвара после реконструкции все радует глаз. Работы начались еще в мае.

- На сегодняшний день работы выполнены на 95%, – доложил представитель строительной фирмы. – Работы ведутся с опережением на полтора месяца. Закончить планируем к 5 сентября.

Такой «подарок» главе городской администрации понравился.

- В конкурсе на выполнение работ следующего этапа по обустройству бульвара будете участвовать? – спросила она.

- Планируем, – ответили ей.

Второй этап реконструкции бульвара, скорее всего, продолжится в следующем году.

- В итоге мы хотим сделать то, что понравится жителям нашего города, – сказала Бадина.

По проекту фонтан на бульваре не предусмотрен, на его месте будет разбита большая клумба, зимой здесь будут ставить новогоднюю елку. Комсомольский бульвар вообще должен стать еще одним местом не только для прогулок, но и для проведения городских общественных мероприятий. То, каким должен быть бульвар, активно обсуждалось на предварительных общественных слушаниях. Сбор предложений горожан по благоустройству различных уголков города с недавних пор в Нижневартовске явление не сезонное, а постоянное. И принять участие в нем может каждый.

Знания на пользу Югры

Каких-нибудь 25 лет назад в Югре не было ни одного собственного вуза. В советское время получить образование можно было не ближе, чем в Тюмени. Это стало следствием дискуссии: должен ли автономный округ развиваться как вахтовый регион, или же как полноценный дом для своих жителей.

АКТУАЛЬНО

Андрей Меньшенин

Когда Югра обрела самостоятельный статус, стало понятно, что новому российскому региону остро нужны качественные учебные заведения, – они помогли бы решить проблему дефицита профессиональных кадров для экономики округа и оттока молодежи. Уже в 1992 году в столице Самотлора открывается первый вуз Югры – Нижневартовский педагогический институт. А год спустя в Сургуте появляется и первый в регионе университет. Еще через десять лет университет открылся и в Ханты-Мансийске.

Сегодня в Югре работают пять государственных вузов, не считая филиалов учебных заведений из других регионов, а также множество коммерческих учебных заведений. В общей сложности в них учатся около 10 тысяч студентов.

Само по себе наличие вузов не решает проблему подготовки квалифицированных кадров. Для этого необходимо постоянно держать связь с крупнейшими работодателями округа. Специалисты Югорского государственного университета при поддержке правительства разработали методику прогнозирования кадровых потребностей Югры: на основании математических моделей она предсказывает, какие специальности будут востребованы через пять лет. В соответствии с этим меняются и учебные планы. Сегодня большинство студентов региона получает профессии, связанные с нефтедобычей, строительством, электроэнергетикой и транспортом, развитием сельского хозяйства и лесного комплекса, и без проблем трудоустраивается сразу после выпуска из учебного заведения.

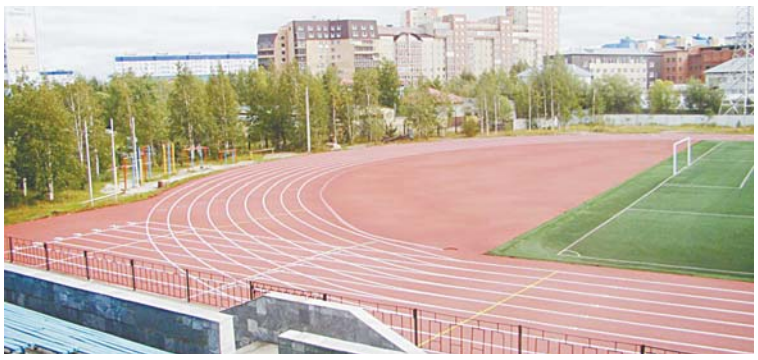
Отдельное внимание уделяется подготовке медицинских кадров – в Югре исторически сложился дефицит врачей. Медиков с высшим образованием готовят в Ханты-Мансийской государственной медицинской академии и Медицинском институте СурГУ. Среднее профессиональное образование дают три медучилища. Приходится привлекать кадры и из других регионов, поэтому правительство Югры работает с профильными вузами в Тюмени и Омска. Там по специальным квотам готовят специалистов именно для нашего округа. В первую очередь стоматологов и педиатров для наших детей.

Сейчас в Югре продолжается работа по расширению образовательной инфраструктуры. По прогнозам региональных властей, к 2030 году число студентов вырастет вдвое, причем около 14% из них будут приезжать в округ из других регионов за получением качественного и востребованного образования. Формируется крупный научный центр в Сургуте: здесь будет создан инновационно-образовательный кампус, под крышей которого будут объединены сразу пять учебных заведений. Инфраструктура нового кампуса будет включать все необходимое для реализации передовых программ инженерного образования, новых моделей аспирантуры и магистратуры. Кампус заработает уже к концу 2017 года и станет настоящим домом науки для детей всех возрастов – с детского сада до университета.

В 2015 году Югра вошла в первую тройку пилотных регионов по реализации инициативы Агентства стратегических инициатив «Новая модель системы дополнительного образования детей». В округе открылись сразу два детских технопарка «Кванториума» *(на фото)* в Ханты-Мансийске и Нефтеюганске. В них будут обучать современным инженерным технологиям: школьники смогут узнать азы профессии авиаконструктора, нефтяника или биотехнолога. В условиях большого дефицита инженеров «Кванториумы» могут дать ребятам отличный технический опыт, который затем можно будет использовать при выборе профессиональной ориентации. По планам правительства Югры, к 2020 году 70% детей от 5 до 18 лет получат дополнительное образование.

Все эти усилия сводятся к одному простому рецепту: сделать так, чтобы югорские таланты гарантированно раскрывались. У каждого юного жителя округа должна быть возможность найти себя в научных изысканиях, прикладных технологиях, причем для этого необязательно будет уезжать за пределы региона. Совсем скоро эти дети вырастут и построят новую, высокотехнологичную Югру, сделав ее по-настоящему сильной. А уж в том, что наша земля может рождать «собственных Платонов и быстрых разумом Невтонов», никто и не сомневается.

Нижневартовску обещают еще один стадион



БЕЗ БАРЬЕРА

В Нижневартовске появится отдельный стадион для спортсменов с ограниченными возможностями. Планируется, что он будет смонтирован рядом с основной спортплощадкой Нижневартовска – стадионом «Центральный». Об этом во время рабочей встречи с главой администрации города Аллой Бадиной рассказали директор департамента физической культуры и спорта Игорь Губкин и руководитель Центра адаптивного спорта Югры Михаил Вторушин.

Аналоги подобных быстровозводимых конструкций в округе уже есть – в Нягани и поселке Пионерский. Оборудование для обустройства секторов по метанию копья, толкания ядра и других готовы завезти до конца этого года, а уже весной 2017-го начать монтаж. После запуска стадиона, на базе Нижневартовска, возможно, откроют отделение адаптивной легкой атлетики, где, в том числе, можно будет развивать уличную легкую атлетику. Это пилотный проект, который, уверены руководители, будет востребован. Наш город один из немногих, где в последние пять лет активно начали развивать массовый спорт. По словам Игоря Губкина, Нижневартовск может стать примером для других муниципалитетов по количеству установленных спортплощадок в микрорайонах, в том числе за счет внебюджетных средств компании «Сибур» и ПАО «Роснефть», и по востребованности населением таких сооружений.

В «ипотечной долине» появится первая школа

ПЕРСПЕКТИВА

За два года в 18 микрорайоне Нижневартовска за ул. Ханты-Мансийской планируют построить школу, рассчитанную на 1 750 учеников. Об этом сообщает управление по информационной политике городской администрации.

Строительство школы – одна из приоритетных задач, так как в новых микрорайонах проживают уже более пяти тысяч вартовчан, в основном молодые семьи с детьми. Появление этого образовательного центра закроет потребности в образовательных услугах жителей сразу двух микрорайонов – № 18 и № 19. Сейчас дети, проживающие здесь, учатся в семи ближайших школах. После открытия нового учреждения они смогут перейти по желанию в новую школу рядом с домом.

Построить новую школу рассчитывают в два этапа. В первую очередь – ученический корпус на 825 мест, а также административное здание, спортзалы. Перед зданием построят спортивные площадки и небольшую парковую зону.

В январе текущего года проект школы одобрен Правительством России, из федерального бюджета выделен первый транш – 150 млн рублей. Еще 15 млн рублей предусмотрено в бюджете Нижневартовска.

«Включение нижневартовской школы в федеральный реестр типовых школ делает ее по-своему уникальной. В дальнейшем проект может быть рекомендован для использования другим городам России», сказано в сообщении.

В настоящий момент уже начались работы по подготовке фундамента. К первому сентября появятся первые сваи.

Хаски словно из сказки

Когда собака - друг, компаньон и член семьи

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Беседовала Татьяна Шлыкова
Фото из личного архива Натальи Банновой

Вместе Ванда (слева) и Скай (справа) – семья и стая.

- Люди часто сравнивают хаски с волком, путают с лайкой. А чем они отличаются?

- Да, мы часто слышим в адрес своих собак: «лайка» или «волк»! Во-первых, хаски к лайкам не имеют никакого отношения, это совершенно разные и даже не родственные породы, хотя очень похожи. Во-вторых, предназначения у этих собак тоже разные. Хаски – ездовая порода, которая рождена для того, чтобы бежать и тащить за собой нарты. Есть у хаски одна особенность – они почти не имеют запаха псины. Все дело в структуре шерсти. Да и внешних отличий от лайки тоже немало. Например, у хаски не закручивается хвост в баранку, они коренастей, чем лайки…

- Что вы знали о хаски до того, как завели собаку? И что узнали уже в процессе дружбы?

- Еще после чтения интернет-публикаций и общения с заводчиком, поняла, что эти собаки нуждаются в постоянных физических нагрузках, сезонном вычесывании, еще они не выносят одиночества. Также они не подходят на роль сторожевого пса (у собаки со здоровой психикой отсутствует агрессия к человеку) и охотничьей собаки (так как они не приносят пойманную добычу). Эта порода очень ласковая и умная, подходит для активных семей с детьми, не сидящих дома. В процессе взросления щенков, мне пришлось искать подход к их воспитанию. Важно сразу показать собаке, кто в семье хозяин и вожак…

Максима и Наташу познакомили их питомцы.

- Тяжела доля хасковладельца? Какими фактами о хаски можно удивить и поделиться с нашими читателями?

- Могу уверить: для активного и неленивого человека хаски будет отличным компаньоном и другом! А любители полежать на диване будут только мучать себя и бедное животное. Еще, иногда для людей это важный фактор, хаски почти не пахнут псиной и очень любят детей. Зимой они с радостью готовы возить санки-упряжку, могут катать малышню, и это очень подкупает…

- Как хаски выражают свои эмоции: преданность, гнев, раздражение?

- Хаски очень эмоциональные и ласковые собаки. У каждой – свой характер. На примере своих могу сказать, что хаски очень преданные. За пять лет я ни разу не видела, чтобы собаки проявляли гнев или агрессию в адрес человека. Разве что могут немного поворчать, когда долго не отдаешь их лакомство или игрушку. Но все равно будут терпеливо ждать, облизывать руки и просить вернуть без рычания или оскала! Так же могут сцепиться с другой собакой, если что-то не поделили, но это естественно для любой породы.

Раздражения с их стороны я тоже не замечала. Если, к примеру, приходят гости с детьми и шумят, то хаски просто уходят в другую комнату…

- Бывает ли так, что собаки не слушаются? Говорят, хаски – очень независимые и свободолюбивые по своей натуре…

- Мои собаки очень послушные. Все зависит от воспитания. Если вы уделяете животному много внимания, дрессируете, занимаетесь, развиваете ее, то собака будет вас слушаться. Есть правда, один нюанс: у хаски «отключаются» уши и мозг, когда они видят добычу, например, птицу, любое другое животное или других собак. Вот тогда хаски может сделать вид, что не услышала хозяина. Но такое бывает редко.

- Правда ли, что хаски практически никогда не лают? И плохо поддаются дрессировке?

- Нет, не правда. Они издают намного больше интересных звуков, чем другие собаки. Они воют, «разговаривают», бубнят, и конечно же лают. Просто многие делают это чуть по-другому, чем обычно. Лай звучит более ломано что ли… Хаски очень умные и контактные собаки. При должном внимании и дрессировке эту собаку можно научить очень многому. Просто нужно найти правильный подход и запастись терпением. Очень помогают в дрессировке походы к кинологу.

- Наташа, говорят, что хаски не любят оставаться дома в одиночестве?

- Да, это правда. Хаски – собаки стайные, которые ненавидят замкнутое пространство и одиночество. Тем, кто заводит хаски, нужно стараться реже оставлять собаку дома одну, что бы животное не испытывало стресс. Главное для хаски, повторюсь, – очень много активных прогулок!..

- Сегодня многие заводят собак… А потом из маленького миленького комочка вырастает большой пес, которого непросто содержать в городской квартире. Его нужно кормить. С ним нужно гулять. Он все грызет, вырывает, обдирает, прыгает, лает. В общем, справиться непросто. Удается ли вам справляться с хаски? Расскажите, как ваши собаки ведут себя дома.

- Да, согласна, что многие сейчас берут хаски из-за голубых глаз и не справляются с ней. Многие покупают собак из-за красоты, не задумываясь о том, что они не предназначены для дивана и скучной квартирной жизни, а потом жалуются, мол, пес сгрыз не только обувь, но и пол в квартире… Тут совет один: выбирайте себе собаку по характеру, а не по внешности и моде. Конечно, все щенки в детстве грызут, шалят. Это происходит потому, что у собаки много энергии, она ведет себя, как ребенок: хочет играть, грызть, пробовать все на вкус. Тут главное сразу же показать, что можно делать в квартире, а что – нет, и как нужно себя вести. Терпения понадобится много. Но опять же, не стоит забывать, собаку какой породы вы взяли. Хаски – это активная собака, не переносящая одиночества. Щенок, оставшись дома один, не будет знать, чем себя занять, куда деть свою энергию, и конечно же, начнет разрушать дом… Решается проблема просто – длительными активными прогулками, после которых собака дома спокойно отдыхает и спит. Наши Ванда и Скай уже взрослые, дома они ведут себя идеально. Мы много гуляем, постоянно выезжаем за город. А зимой надеваем на собак ездовые шлейки, и они катают на санках наших маленьких племяшек. Собаки довольны, дети счастливы. Еще мы часто катаемся с ними на лыжах. Но чтобы было именно так, нам примерно до шести месяцев пришлось здорово попотеть, воспитывая их.

- Чего греха таить: бывают собаководы, которым лишь бы повыпендриваться, другие заводят собак в надежде, что те будут приносить им деньги… А зачем вы завели хаски?

- Бывает и такое. Мне печально и больно смотреть, как подобные владельцы собак в большинстве случаев просто мучают животных. Лично я брала собаку в качестве друга и компаньона, который будет составлять мне компанию в долгих прогулках. И только позже, влившись в мир собачников, мне стали интересны выставки и разведение. Настоящее разведение – ответственный и сложный процесс. Нужно адекватно оценивать свою собаку. Уметь объективно ответить на вопрос: сможет ли моя собака принести достойный помет, передать свои лучшие качества, чтобы последующее поколение щенков смогло побеждать на выставках или в спорте. А не вязать собаку, только ради того, чтобы продать щенков или, как сейчас модно говорить, «для здоровья». Так же нужно тщательно подбирать жениха или невесту для своего питомца, который также должен быть достойным представителем породы, о чем должны свидетельствовать победы на выставках, отличная родословная и отсутствие каких-либо заболеваний.

Чтобы из пушистого щенка выросла умная собака, нужно постараться.

- Наташа, как изменило вашу жизнь знакомство с хаски? Стала ли собака для вас настоящим другом?

- Наши собаки для нас не просто друзья, они стали практически членами семьи. Мы вместе ездим даже в отпуск. С их появлением я стала вести более активный образ жизни, больше проводить времени на свежем воздухе. Познакомилась со многими замечательными, интересными людьми-собачниками. Еще я стала разбираться в породе, в выставках и ездовом спорте. К сожалению, в Нижневартовске не проводят соревнования по ездовому спорту, зато подобные мероприятия уже не первый год проходят в соседнем Сургуте.

У нас в планах предстоящей зимой поучаствовать в таких соревнованиях. И откровенно говоря, я очень рада, что в моей жизни когда-то появились Скай и Ванда. Мне сегодня даже сложно представить, как бы без них сложилась моя жизнь.

Секреты легкого пара

Баню приготовить, что музыкальный инструмент настроить

«Поддай-ка, чтоб пар из ушей пошел!» Многие считают, чем жарче баня, тем лучше эффект. Ведь сильные мужики обязаны выдерживать в парилке температуру под сотню градусов. И веник для них – орудие возмездия, а не релакса – так усердно они хлещут бока. Девушки же придумали капать на каменку аромамасла и усиленно вдыхать пары эфира. Между тем, банное искусство предполагает совсем другие правила. Чтобы не навредить организму, а получить максимальную пользу. О секретах легкого пара и оздоровления в русской бане «НКК» рассказал дипломированный парильщик, чемпион Сибири по парению, основатель Красноярской школы банного искусства Евгений Щербо.

ЗОЖ

«НКК»

Градус комфорта

Евгению 29 лет, и четыре года назад он пришел к увлечению, которое стало любимым делом. Сначала, как и все, помогал париться друзьям, потом попробовал себя в роли исполнителя услуг по парению в одном банном комплексе. Говорит, чувствовал себя в бане некомфортно. Парил человека, а сам задыхался. Стал изучать тему и однажды поехал на соревнования банщиков. Выиграл там приз – сертификат на обучение настоящему банному искусству.

После курсов, в 2015 году в Москве на чемпионате Сандуновских бань Евгений занял шестое место по России и стал чемпионом Сибири по парению. Мастер с удовольствием делится с друзьями азами оздоровительного парения. Ведь на Руси баня быстро завоевала славу здравницы, а не просто помывочной. Лечебные свойства пара доказывает и народный фольклор:

– В бане парок и ладит, и гладит;

– Душистый пар не только тело, но и душу лечит;

– Жаркий пар любой недуг исцелит;

– Баня парит и правит.

Нужно отметить, что главным банным принципом Евгений считает «легкий пар», что сразу намекает на температуру в бане:

– Есть мнение, что там должно быть жарко. Я в детстве с отцом часто ходил в баню, шлепался там по-взрослому веником. Но мне там было плохо. Почему: неужели я слабый, больной? В душе понимал, что в бане должно быть по-другому.

Действительно, баня – не адская сковородка, а спа-салон, место расслабления и оздоровления.

Правильная температура – 60 градусов. При ней создается мягкий жар и легкий пар. Человек в такой температуре близок к естественным условиям. Ведь в пустыне или, например, в тропиках бывает под 60. А плюс 80-90 градусов – вымышленная температура, ее на земле нет. Так зачем ее создавать в бане?

Связь бани и природы очевидна: она объединяет четыре стихии – огонь, воду, землю и воздух. Огонь и вода – понятно. Земля – это камни, воздух – пар.

На каменку положено лить только чистый кипяток. Аромамасла сразу испаряются, эффект минимальный. Кроме того, масло осядет на камнях. От постоянного взаимодействия с маслом и другими настойками камни портятся. Через месяц в парилке будет пахнуть неизвестно чем. И камни придется выкидывать. Если хотите приятных ароматов, профи советуют совершенно другой подход: нужно развешивать в бане букеты трав, веники, а масла чуть капать на стены. Благоухать парилка будет гораздо лучше.

Далее важно уметь держать веник и работать с ним. Это не просто инструмент, которым машешь что есть силы. Веник – не розги. Он несет другую функцию: напитывает тело паром, передает энергию. Парильщику нужно знать эргономику парения, чтобы во время процедуры не уставать, не падать в обморок. Евгений за день может провести пять процедур, в каждой – по два захода на парение по 15 минут каждый. На прошедшем фестивале «МИР Сибири» банщики на площадке «Здравница» работали три дня по 12 часов. Поток людей не иссякал. Стало интересно, как такая работа действует на организм банщика. Евгений не стал скрывать правду:

– Любая качественно сделанная работа – это тяжелый труд, возможно, в ущерб здоровью. Но я почувствовал, моя выносливость повысилась. Я как спортсмен всегда бегал на короткие дистанции. Здесь мой спринтерский характер изменился. Развил и укрепил дыхательную систему, стал дольше держать темпоритм. С точки зрения кардиореспираторной системы, баня – прекрасный тренажер. Но есть и эффект вымывания солей из организма. За смену у меня идет потеря жидкости, электролитов. Поэтому я после процедур пью минеральную воду, ем орехи, фрукты, восполняю калий, фосфор в организме. Усталость физическая в ногах и спине сильно ощущается.

Лечебный веник

Итак, мы погрелись в баньке, потом добавляем кипяток на камни, пошел пар, и начинаем работать веником с пяток, потом переходим на спину, переворачиваемся. Завершаем парение шейно-воротниковой зоной. Схема стандартная. Важно уделить внимание именно ногам. Стопы всегда холоднее, они по земле ходят. Их греем хорошо. После парения можно пойти пить чай, а ноги поставить в таз с горячей водой. Для здоровья парильщик советует ходить в баню раз в неделю. Можно и каждый день там мыться-греться. Но именно парение полезно раз в неделю. Кожа обновляется за это время, поэтому эффективен пилинг. Раньше на Руси мылись по субботам. Это сейчас в душ ходят по два раза в день. Не забывайте, что баня дает пассивную нагрузку на организм. Мы усиленно дышим, сердце активно разгоняет кровь из-за температуры. Мышцы не работают, не помогают сосудам двигать кровь вперед. Поэтому не надо париться часто, вымывать соли. Да и в чем потребность? Надо соскучиться, затосковать по пару. Поход в баню – это праздник.

Евгений Щербо уверен, что баня лечит. Особо отмечает поразительный эффект для дам. Утверждает: банные процедуры улучшают репродуктивную функцию, если бесплодие имеет психологические корни. Благотворно на тело воздействуют травы, пар, вода. Также полезен пар опорно-двигательному аппарату, при травмах, ушибах, растяжениях. Он улучшает кровоток, стабилизирует дыхательную систему. Березовые, эвкалиптовые венички – оружие против бронхитов. После бани хорошо проводить массаж: усилился кровоток, расслабились мышцы, и массажист может глубже их проработать. Евгений рекомендует в бане снимать стресс:

– Мы мягко выглаживаем вениками тело, и зажимы уходят, человек расслабляется. Зашел холерик, вышел флегматик. Вообще, баня – это основа оздоровления. На нее, как на нить, нанизывать можно любые процедуры, как бусинки здоровья.

Доступная парилка

Баня необязательно должна выглядеть как дворец, можно получить максимум эффекта и в походных условиях. Есть мобильные бани-палатки. Вместе с печью цена в среднем – 50 тысяч рублей. Допустим ли такой вариант, по мнению профессиональных банщиков? Вполне. Натуральное оздоровление не может быть дорогим удовольствием. Исторически баня совсем не изменилась. Три отделения, мягкий пар, отдых.

Есть и такой элемент в банной процедуре – чан банника. Банник – дух бани. Чтобы после пара сосуды плавно расправились, нагревается чан с водой, в которой лежат травы, веники, и человек погружается в чан по шею. Тело отдыхает при температуре 35 градусов. Это не фитобочка, не фитосауна. В чане нет ингаляции. Травы просто насыщают кожу.

Евгений Щербо мечтает построить правильный банный комплекс, где человек получит весь спектр услуг. От парения ароматными вениками до пилинга скрабом из кедровых шишек. Гостя готовы даже накормить-напоить (фиточаем), правИло применить. ПравИло – спутник бани, древнерусский тренажер для растяжки. Евгений говорит, что коммерческих бань в крае много, но многие повторяют путь сауны:

– Там невозможно получить услуги, процедуры. Сидишь и греешься. Сам себе лекарь. Мало кто понимает, зачем нужен профессионал в бане, что он может предложить. Мне интересно развивать этот бизнес. На соревнования я уже ездить не хочу. Хотя есть возможность показать себя на мировом первенстве. Там каждая страна показывает свою культуру бани, но в рамках общего задания. Тайцы мешочками травяными работают, турки – мыльными «пузырями», а русские – вениками.

ПЯТЬ ПРИЧИН

Тел. 8 (3466) 49-13-17

разместить рекламу в газете «Самотлор-Экспресс»:

Уникальный авторский контент: рядом с вашей рекламой – профессиональные журналистские тексты на самые актуальные темы.

Стабильность контакта с читателем: прочитав новости в интернете, люди ищут нашу газету, чтобы узнать в подробностях, как все было на самом деле.

Постоянно меняющаяся аудитория: в отличие от подписных изданий, аудитория каждого номера не повторяется. Суммарный охват – до 100 000 человек в месяц.

Еженедельное распространение: 70 фирменных стоек в Нижневартовске и Мегионе.Читатель сам берет газету, что обеспечивает лояльность и активный интерес аудитории к рекламным материалам.

Хронология всех выпусков газеты в сети интернет: каждый номер публикуется на сайте samotlorexpress.ru и в социальных сетях. Это увеличивает посещаемость ваших интернет-ресурсов.

С еженедельником «Самотлор-Экспресс»
Ваш бизнес ждет неминуемый УСПЕХ!

В гармонии с природой, семьей и самим собой

С 19 по 21 августа в этнопарке «Славянское подворье» проходил окружной фестиваль семьи и здорового поколения «NVfest'16». Программа фестиваля включала психологические тренинги, спортивные состязания, мастер-классы, танцы, праздник красок, ярмарку изделий ручной работы и многое другое. Любой гость «NVfest'16» имел возможность находиться на территории подворья круглосуточно в своей палатке, прямо посреди живописного леса.

Участниками фестиваля стали полтысячи человек, несколько сотен семей, среди которых были представители Нижневартовска и Нижневартовского района, Тобольска, Мегиона, Сургута и других городов России. В числе приглашенных гостей были кандидаты в Думу города Нижневартовска и действующие депутаты Думы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

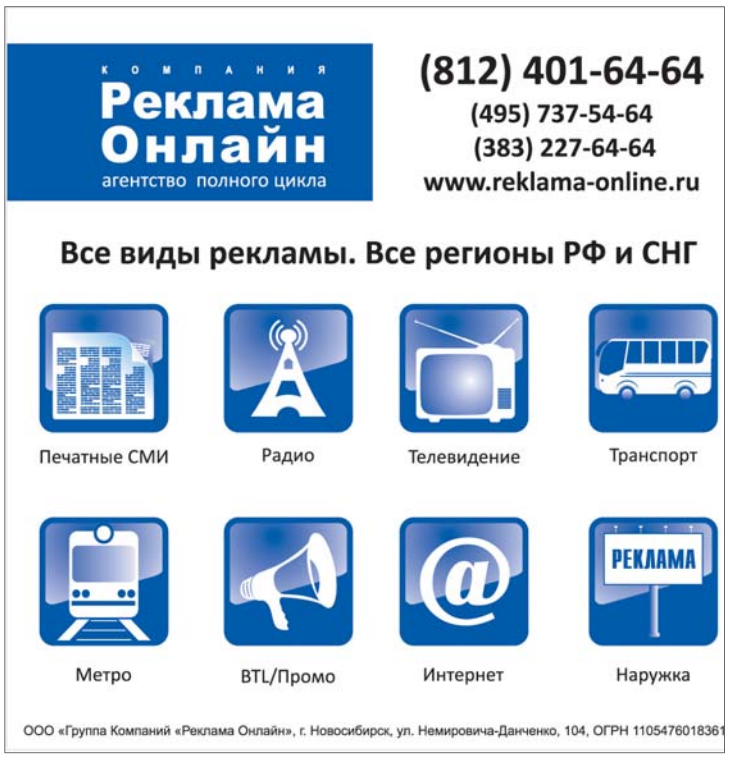
Официальным партнером мероприятия выступила компания «Данцер», предоставляющая услуги доступа к интернету и кабельному телевидению. Компания осуществила информационную поддержку фестиваля, вручила более 250 подарков его гостям, а также организовала для них несколько развлекательных площадок. Одной из них был фотоквест. На территории «Славянского подворья» были спрятаны огромные буквы слова «ДАНЦЕР». Задачей участников было сделать сэлфи с каждой из них и выложить на своей странице в социальной сети «ВКонтакте». Каждому, кто выполнил все условия квеста, компания «Данцер» вручила подарочный набор.

Для всех гостей фестиваля компания «Данцер» подготовила сладкие презенты, а для самых маленьких – большой яркий конструктор и более двухсот красочных воздушных шаров.

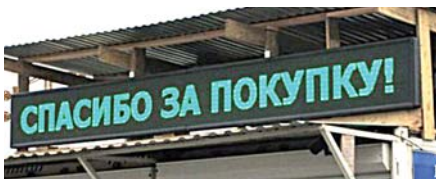
ПРОДАЮТСЯ КОТЯТА ПОРОДЫ МЕЙН-КУН
С ДОКУМЕНТАМИ (ВЕТПАСПОРТ, МЕТРИКА)
ТЕЛ.: 8 922 432 7133, 8 922 447 0035, 8 982 186 6242.

ПРОЖЕКТОРЫ LED IP65: от **10 W** до **200 W**
по ценам завода уже в Нижневартовске
8 (9048) 70-71-02
WWW.LTLIGHT.RU

ТОВАРЫ ПО ТЕЛЕРЕКЛАМЕ
доставка по Нижневартовску
8 (3466) 408-202 www.zakaznv.ru



СВЕТОДИОДНЫЕ БЕГУЩИЕ СТРОКИ, ВИДЕОВЫВЕСКИ
Изготовление, продажа.
Гарантия 3 года



www.ledtehnology.ru
выставочный зал
ТК «Полигон», 1 этаж
бутик № 37
8 (3466) 408-202

Газета зарегистрирована Западно-Сибирским управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия

Регистрационный номер ПИ № ФС17-0107

от 28 февраля 2005 г.

Объем – 2 печатных листа
Тираж 25 000 экз.

Перепечатка и использование материалов в любой форме (в т.ч. в электронных СМИ) без письменного разрешения редакции не допускается.
*
Подписано в печать 25 августа 2016 г.
Время подписания номера в печать:
по графику – 14.00
фактически – 11.00
Заказ №
*
Номер набран и сверстан в издательском центре редакции.
Отпечатано в ООО Новости Югры – Производство, 628400, ХМАО–Югра, г. Сургут, ул. Маяковского, 14, тел.: 8 (3462) 22-04-42

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ: ЗАО «МЕДИА-ЭКСПРЕСС»
Адрес: 628615, г. Нижневартовск, ул. Северная, 54А, строение 1, оф. 260
E-mail: samotlor2@gesnv.ru, gazeta.samotlor-express@yandex.ru

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС 29379

Мнение авторов публикаций не всегда совпадает с точкой зрения редакции.

Ответственность за достоверность рекламных материалов и объявлений несут рекламодатели.

Все рекламируемые товары и услуги имеют сертификат качества и лицензию.

РЕДАКЦИЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИКА «САМОТЛОР-ЭКСПРЕСС» ©

Директор
Бондарев Андрей Викторович

Главный редактор
Андреева Анна Евгеньевна

Выпускающий редактор
Шлыкова Татьяна Валерьевна

Технический редактор
Тырина Елена Николаевна

Приемная – 8 (3466) 49-13-17
Рекламный отдел – 8 (982) 564-08-90
Информационный отдел – 8 (922) 447-00-18

Адрес редакции: 628615, г. Нижневартовск, ул. Северная, 54А, строение 1, оф. 260

Реклама и объявления принимаются в редакции еженедельника с 9.00 до 18.00 и по тел. 8 (3466) 49-13-17

Еженедельник распространяется на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры по подписке и в розницу. Цена свободная.
Для жителей г. Нижневартовска, пгт. Излучинска, г. Мегиона – бесплатно по фирменным стойкам.

Электронная версия на сайте www.samotlorexpress.ru