

ПОСЛЕ ШКОЛЫ

Куда отдать ребенка

Продолжаем нашу рубрику о том, где школьники могут с пользой провести свое свободное время

4

МОЛОДЕЖНАЯ ПОЛИТИКА

Пока качели взлетали выше елей...

Каникулы позади. Чиновники подводят итоги организации летнего детского оздоровительного отдыха

5

МЕДИЦИНА

«Кремлевская диета»: эффективно, но очень опасно

Об основных принципах и вреде здоровью модной диеты

6

Общественно-политический еженедельник Самотлор • Экспресс

Издается с 7 мая 1993 года

№ 36/913 от 22 сентября 2017 г.

НАША ГАЗЕТА
в социальных сетях



www.facebook.com/samotloexpress



www.vk.com/samotloexpress



Тебе здесь жить. Посади дерево!

Осенью в городе высадят не менее пяти тысяч деревьев и кустарников

АКЦИЯ

В Нижневартовске 22 сентября в 14 часов 30 минут на ул. Северной в створе улиц Интернациональной и Маршала Жукова стартует общегородская акция по озеленению. В мероприятии примут участие активные жители города, представители власти, трудовые коллективы организаций, общественники.

Этой осенью в Нижневартовске планируют высадить не менее 5 тысяч деревьев и кустарников. Из них 1 215 – на придомовых территориях, 1 241 – на территориях учреждений образования, культуры и спорта (150 деревьев и кустарников уже посажены в День знаний), 1 092 – на улично-дорожной сети.

Кроме того, предполагается, что пройдет озеленение участков общего пользования в рамках договорных отно-

шений с администрацией города: Рябиновый бульвар, пешеходная аллея между школами № 6 и № 7, монумент «Покорителям Самотлора». Всего там высадят 1 452 саженца.

На улично-дорожной сети саженцы появятся на ул. Северной (в створе улиц Интернациональной и Маршала Жукова), на ул. Маршала Жукова (в створе улиц Северной и Мира), а также на ул. Чапаева (от ул. Северной до улицы Г.И. Пикмана).

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

Жителей Нижневартовска приглашают присоединиться к акции «Всемирный день без автомобиля». Она проходит сегодня, 22 сентября. В этот день предлагают отказаться от автомобилей и пройти пешком или воспользоваться велосипедом. Основная цель – обратить внимание на проблемы загрязнения окружающей среды транспортными средствами.

С 1 января 2018 года пенсии проиндексируют на 3,7%. Правительство одобрило индексацию пенсий, сообщают «Ведомости», с 1 января следующего года, а не с 1 февраля, чтобы обеспечить более значимый рост реальных пенсий в 2018 году.

В Нижневартовске повысилась оплата за проезд на такси. Пока в часы пик. Некоторые службы подняли стоимость поездки по городу со 100 до 120 руб. с 6.30 до 9.00 и с 17.00 до 19.30.

В связи с началом ремонта дороги на ул. Пермской (в створе улиц Интернациональной и Северной) с 19 сентября и до окончания работ (ориентировочно до 1 октября 2017 года) движение транспорта здесь приостановлено. Изменена схема движения автобусов. Будьте в курсе.

Заместитель губернатора Югры Галина Максимова 28 сентября проведет рабочую встречу с жителями Нижневартовска. Горожан приглашают обсудить вопросы охраны окружающей среды и жилищно-коммунального хозяйства. Встреча состоится 28 сентября в 14 часов 15 минут в конференц-зале Центральной городской библиотеки имени М.К. Анисимковой по адресу: ул. Дружбы народов, 22.

Югра вошла в ТОП-5 регионов по трудоустройству инвалидов. На начало августа показатель трудоустройства граждан с инвалидностью составил около 31%. Этот показатель – самый лучший результат среди регионов УрФО.

В Нижневартовском районе запустили новую технологию утилизации отходов бурения. Производительная мощность комплекса – более 140 тысяч кубометров бурового шлама в год.

В Нижневартовске во время очередного рейда сотрудников региональной таможни и представителей Россельхознадзора в одной из торговых точек были выявлены пекинская капуста и грибы (шампиньоны) польского происхождения. «Несанкционку», попадающую под продуктовое эмбарго, уничтожили путем прессования.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ НА ВЫХОДНЫЕ



23 сентября, суббота

температура воздуха
ночью: -1°...0° днем: +2°...+3°
ветер: С 3-6 м/с
давление: 765 мм рт.ст.



24 сентября, воскресенье

температура воздуха
ночью: -2°...-1° днем: +3°...+4°
ветер: СЗ 2-4 м/с
давление: 768 мм рт.ст.

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

ГЛАС НАРОДА

ЧТЕНИЕ – ЛУЧШЕЕ УЧЕНИЕ

Специалисты утверждают, что ряды читающих людей в нашей стране заметно сокращаются. Причин несколько: отсутствие времени, бурное развитие телевидения и интернета да и просто банальная лень. Хотя, справедливости ради, стоит отметить, что в этом году Россия вошла в тройку самых читающих стран мира. Согласно исследованию, проведенному немецкой компанией GfK, 59% россиян заявили, что читают ежедневно или хотя бы раз в неделю. «СЭ» решил провести свое исследование и выяснить: какую последнюю книгу прочитали вартовчане?

Ренат Шаемов:

- Из последнего, что я прочитал, были книги: «Расчет материального баланса УПН», «Бурение наклонно-направленных и горизонтальных скважин», а также «Основы разработки нефтегазоконденсатных месторождений». Словом, все то, что мне необходимо подготовить для сдачи сессии. Я – будущий нефтяник.

Гюзель Хисаметдинова:

- «Обнимите своих клиентов» Джека Митчела – хорошее пособие для менеджеров и консультантов. Эта книга оказалась полезной для работы. Ведь моя профессия – кредитный специалист в банке – напрямую связана с работой с клиентами. К слову, наше начальство давно рекомендовало всем сотрудникам прочесть эту книгу.

Ксения Вялкова:

- Сара Уинман «Когда Бог был кроликом». Прекрасный роман. В этой книге автор искусно проанализировала семейные и дружеские отношения. Советую к прочтению!

Александр Макаров:

- Последнее, что я прочитал – это был опрос в одном из номеров газеты «Самотлор-Экспресс».

Рината Альмухаметова:

- Книга «Алхимик» писателя Пауло Коэльо заставляет о многом задуматься. Я люблю читать книги этого автора, несмотря на то, что произведения Коэльо считаются мейнстримом.

Максим Савченко:

- «Философия одиночества» Ларса Сведсена. Кто из нас не испытывал время от времени щемящего чувства одиночества? Эта книга помогает разобраться в том, как связаны одиночество и доверие, одиночество и дружба, одиночество и любовь.

Александра Позднякова:

- Мне захотелось чуда, поэтому я решила перечитать сказку. А именно «Лесную сказку» Д.Н. Мамина-Сибиряка.

Рина Халикова:

- Признаюсь: я интернет-зависимый человек. Постоянно «зависаю» в социальных сетях. И последнее, что я прочитала была новостная лента «ВКонтакте». А у вас разве не так?

Оксана Бабушкина:

- Признаться, на чтение время выкроить удается не всегда. Школа, дача, заготовки на зиму. Нужно успеть все. Летом с удовольствием перечитала «Анну Каренину».

Марина Пескова:

- Полчаса перед сном – и засыпаю с книгой на груди. Чтение – отличное снотворное!

Спрашивала Яна Ишбулдина

Общественники сомневаются

ОБРАЩЕНИЕ

Копия официального обращения в адрес руководителей Нижневартовска за подписью сразу семи председателей городских общественных объединений: МОО «Союз морских пехотинцев», МНГ 000ВБД «Красная звезда», РОО 000ИВА «Инвалиды войны», МНОО «Застава-86», МНОО «СВВВиСН», РОО ХМАО – Югры «Союз десантников Югры» и ОО АВПСН «Спецназовское братство» попала в распоряжение нашей редакции.

В своем обращении представители организаций просят не допустить в Нижневартовске деятельности филиала военно-морской школы выживания, базирующейся в соседнем городе Сургуте. Ее отделение в сентябре этого года открылось в нашем городе в одном из торговых центров.

Авторы письма приводят факты далеко не педагогических и нестандартных методов военно-патриотического вос-

питания руководителя этой школы по отношению к ученикам.

Сомнение уважаемых людей нашего города также вызывает биография инициатора и руководителя этой школы выживания. Представляясь отставным боевым офицером и ветераном афганской войны, имеющим награды, втираясь в доверие родителей и предпринимателей-спонсоров, на самом деле этот человек служил в инженерных войсках ВС Украины, а в силу возраста – 1971 г.р. – не мог служить в Афганистане. Также он не имеет боевых и ведомственных наград. Более того, по данным, приведенным в обращении к руководителям городской администрации, он был осужден по ст. 157 УК РФ, в разные годы в отношении него были возбуждены уголовные дела по ст. 116 и 130 УК РФ.

Свои обращения нижневартовские общественники адресовали главе города В. Тихонову, его заместителю Н. Волчиной и руководителю департамента образования О. Козловой.

Аллею назвали Школьной

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Члены городского Совета по топонимике утвердили название для новой прогулочной зоны в 1 микрорайоне, построенной между шестой и седьмой школами в этом году. Она будет Школьной. Именно такой вариант набрал наибольшее число голосов в ходе опроса жителей города на официальном сайте органов местного самоуправления Нижневартовска.

Учитывая пожелания горожан, члены городского Совета по топонимике единогласно приняли решение поддержать мнение нижневартовцев, набравшее наибольшее число голосов – 34%.

Напомним, на выбор было предложено семь возможных вариантов названий для аллеи: Солнечная, Школьная, Цветочная, аллея Детства, Молодежная, аллея Учителей и аллея Счастья.

Техника, на парад стройся!

КОММУНАЛКА

Нижневартовск присоединится к акции «Всероссийский парад коммунальной техники». Она пройдет 23 сентября на базе МУП «Теплоснабжение» (ул. Зимняя, напротив магазина «Фарш»). В 10 часов жителям города продемонстрируют транспорт, в том числе новый, который находится на вооружении у коммунальных служб. Во время выставки представители организаций будут рассказывать интересующимся обо всех характеристиках техники и ее особенностях.

Организатором акции выступает Минстрой России. В ведомстве отмечают, что парад коммунальной техники проводится с целью информирования населения о работе служб ЖКХ, формирования положительного образа сферы жилищно-коммунального хозяйства, а также подтверждения готовности коммунальных служб к прохождению осенне-зимнего периода.

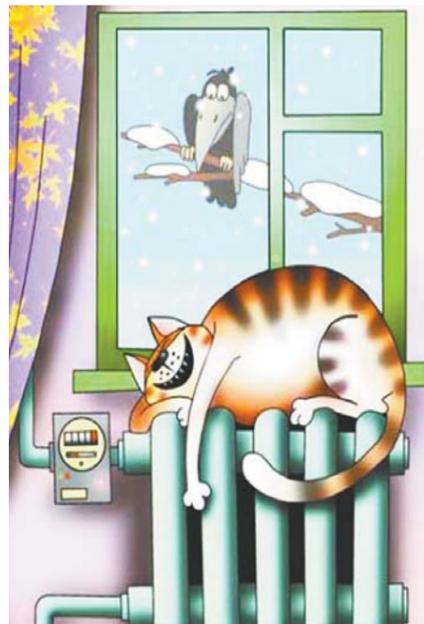
Что делать, если в доме нет тепла?

СЕЗОН

В Нижневартовске с 11 сентября начался отопительный сезон. В большинстве домов города батареи уже горячие. Сейчас специалисты ЖКХ устраняют так называемую завоздушность, а также проводят наладку и регулировку внутренних домовых систем отопления.

Департамент ЖКХ администрации города напоминает, если в квартиру тепло еще не поступило, то необходимо оставить заявку сантехнической службе управляющей компании:

- ОАО «Управляющая компания № 1», телефон 24-69-50;
- ОАО «Управляющая компания № 2», телефон 24-75-54;
- МУП «ПРЭТ-3», телефон 27-25-71;
- ООО «Управляющая компания», телефон 41-02-44;
- ООО «Управляющая компания «МЖК-Ладья», телефон 61-60-41;
- ООО «Управляющая компания «Квартал», телефон 48-05-90;
- ООО «Управляющая компания «Жилище-Сервис», телефон 52-23-43.
- ООО «Управляющая компания «Пирс», телефон 65-06-41.



Номера телефонов сантехнических служб также указаны на информационных стендах в подъездах жилых домов на территории города.

Будет удобнее

БИЗНЕС

2 октября в Нижневартовском Многофункциональном центре откроется «МФЦ для бизнеса». Бизнес-зона располагается на третьем этаже, имеет отдельный вход, систему электронной очереди, оборудована в соответствии с требованиями фирменного стиля «Мои документы». Обслуживание будет осуществляться в восьми окнах. Для субъектов бизнеса оборудована комната для ведения деловых переговоров, обеспечен бесплатный доступ к Единому порталу государственных и муниципальных услуг (функций) и portalу АО «Корпорация «МСП» Бизнес-навигатор.

Субъектам предпринимательства предлагается возможность получения спектра государственных, муниципальных и сопутствующих услуг по принципу «одного окна». Услуги юридическим лицам и индивидуальным предпринимателям будут предоставляться в том числе по бизнес-ситуациям.

Прием в «МФЦ для бизнеса» будет осуществляться по системе электронной очереди, для удобства заявители смогут воспользоваться сервисом предварительной записи через интернет, выбрать удобные дату и время на три недели вперед.

За рулем – ас!

КОНКУРС

3 завершился городской конкурс «Лучший водитель Нижневартовска-2017» и стали известны имена победителей в каждой из заявленных номинаций из 26 допущенных участников.

В номинации «Водитель автобуса большой вместимостью»: I место – Вениамин Звездин (ООО «ПАТП-1»); II место – Эдуард Дьяков (ОАО «ПАТП-2»); III место – Максим Саблин (ОАО «ПАТП-2»).

В номинации «Инструктор автошколы»: I место – Павел Григорьев (ПОУ «НУЦ» РО «ДОСААФ России» ХМАО – Югры); II место – Максим Долгих (ННТ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»); III место – Степан Лопатин (ННТ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»); III место не присуждено.

В номинации «Выпускник автошколы»: I место – Николай Щербаков (ННТ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»); II место – Мария Швец (АНО ДПО «Автошкола «За рулем»); III место – Денис Курок (АНО ДПО «Автошкола «За рулем»).

В номинации «Водитель личного транспорта»: I место – Александр Слободин; II место – Ринат Латыпов; III место – Виктор Алачев.

В номинации «Автоледи»: I место – Галина Иванова; II место – Альбина Мурзина; III место – Наталья Акбатырова.

Подсчитали

КАЛЕНДАРЬ

Десять дней подряд будут отдыхать россияне. Правительство РФ утвердило график выходных и праздничных дней на 2018 год.

Новогодние и рождественские каникулы станут самыми длинными. Жители страны будут отдыхать с 1 по 8 января включительно, но из-за того, что 30 и 31 декабря выпадают на выходные дни, отдых продлится целых 10 дней.

Также россияне будут отдыхать по три-четыре дня в феврале, марте, мае, июне и ноябре. А именно, можно рассчитывать на отдых с 23 по 25 февраля, с 8 по 11 марта, с 29 апреля по 2 мая, один день 9 мая, с 10 по 12 июня и с 3 по 5 ноября.

Как подсчитали в ТАСС, россияне получат 28 дней отдыха за счет праздников. Это на один день больше, чем в прошлом году.

На дорогах усилены патрули

БЕЗОПАСНОСТЬ

Татьяна Шлыкова

- Прошу все заинтересованные стороны быть активными и подойти к вопросу обеспечения безопасности каждого жителя Нижневартовска комплексно и неформально, – так обратился глава Нижневартовска Василий Тихонов к участникам межведомственной комиссии по безопасности дорожного движения. Поводом для внеочередного заседания стали участвовавшие случаи ДТП с трагическим исходом. Сразу два подряд дорожно-транспортных происшествия на дорогах города повлекли за собой гибель пешеходов. По словам сотрудников ГАИ, причина в обоих случаях – превышение скоростного режима.

Одно из последних ДТП случилось на ул. Дружбы народов. В районе этого пешеходного перехода установлены искусственные неровности. Их задача – остановить водителя. По словам заместителя главы города, директора департамента ЖКХ Максима Коротаева, будет решаться вопрос об установке на этом участке дороги светофора с кнопкой вызова переключения сигнала.

Всего на территории города насчитывается более 80 пешеходных переходов, вблизи которых установлены искусственные неровности. Их задача – заставить водителя снизить скорость движения автомобиля. Именно нарушение скоростного режима – одна из основных причин ДТП. Согласно данным ГИБДД, с начала года к административной ответственности за превышение скоростного режима привлечены 2 897 водителей. Только за сутки автоматизированная система фото- и видеофиксации «Одиссей» зафиксировала 37 таких нарушений.

В целом обстановку на дорогах обрисовал начальник отделения дорожного надзора ОГИБДД УМВД России по г. Нижневартовску Сергей Гмызин. По его словам, за восемь месяцев 2017 года на территории муниципалитета произошло



В этом году в Нижневартовске в качестве эксперимента на нескольких пешеходных переходах нанесли разметку из «холодного пластика». Этот материал обладает износостойкостью и отражающими свойствами. В темное время суток разметка хорошо видна водителям и прослужит долгое время.

197 аварий, в которых 277 человек получили травмы, 15 погибли. По сравнению с аналогичным периодом прошлого года, количество жертв ДТП выросло. Основные виды ДТП – столкновение, наезды на пешеходов и велосипедистов, опрокидывание. Причинами чаще всего служат непредоставление преимущества движения, нарушение ПДД, неправильный выбор дистанции, выезд на полосу встречного движения. При этом сотрудники ГИБДД отмечают снижение ДТП с участием несовершеннолетних пассажиров и по вине водителей со стажем менее двух лет.

По анализу аварийности за 2017 год сразу по три ДТП произошли на ул. Мира, 80, на ул. Ленина (район рынка «Центральный») и в районе 215 км автодороги Сургут – Нижневартовск.

Как заявил начальник ОГИБДД УМВД России по г. Нижневартовску Иван Вовк, учитывая рост числа аварий, на этой неделе инспекторы отдела перешли на усиленный вариант несения служ-

бы. Плотность нарядов увеличена в два раза. Патрули будут дежурить на наиболее аварийных участках и вблизи мест массового скопления людей. Одна из основных задач – профилактика правонарушений, связанных с превышением скоростного режима, а также не предоставления преимущества пешеходам, переходящим дорогу по пешеходным переходам. Запланированы профилактические беседы в образовательных учреждениях с детьми и их родителями.

Кроме того, на заседании межведомственной комиссии шла речь о том, что до конца года в Нижневартовске должна появиться комплексная схема организации дорожного движения. В настоящее время идет прием заявок от разработчиков. Такая общая схема позволит системно и эффективно подойти к вопросам обеспечения безопасности на дорогах города, а также использовать все методы для организации дорожного движения.

БУДЬТЕ В КУРСЕ

ИЗМЕНИЛОСЬ РАСПИСАНИЕ ПЕШЕХОДОВ

Расписание пассажирских поездов № 87/88 Самара – Нижневартовск и № 101/102 Пенза – Нижневартовск изменили.

Ранее пассажирские поезда из столицы Самотлора выезжали ночью. Теперь они отправляются в более удобное для пассажиров время в 8.31 (МСК).

«Для пассажиров поездов дальнего следования № 87/88 Самара – Нижневартовск и № 101/102 Пенза – Нижневартовск в настоящее время действует специальная акция на плацкартные вагоны, скидка может составить до 40%. Акция действует в поездах отправлением с 25 сентября по 16 декабря 2017 года», – говорится в официальном сообщении.

Дополнительную информацию о расписании пассажирских поездов можно узнать в едином информационно-сервисном центре ОАО «РЖД» по телефону: 8-800-775-00-00 (звонок бесплатный из всех регионов России), а также на официальном сайте ОАО «РЖД».

ВСПОМНИ ПРО НАЛОГИ

В сентябре началась рассылка налоговых уведомлений об уплате имущественных налогов.

С 2016 года на всей территории Российской Федерации действует единый срок уплаты гражданами имущественных налогов: транспортного, земельного и налога на имущество физических лиц. Это нужно сделать не позднее 1 декабря.

Массовая печать и рассылка налоговых уведомлений на уплату имущественных налогов в 2017 году по всем регионам РФ осуществляется через ФКУ «Налог-Сервис» Федеральной Налоговой службы России. Его адрес в качестве отправителя будет указан на конвертах с налоговым уведомлением.

Граждане получают одно налоговое уведомление с указанием срока уплаты и суммы налогов, исчисленных налоговыми органами с принадлежащего физическим лицам имущества независимо от того, в каком регионе Российской Федерации оно находится. В одном конверте с уведомлением поступят квитанции на уплату налогов.

Пользователи Сервиса «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» получают налоговое уведомление в электронной форме. На бумажном носителе по почте пользователям электронного сервиса налоговое уведомление направляться не будет. В случае неполучения уведомления нужно обратиться в налоговый орган по вопросу получения уведомления и соответствующих платежных документов.

Заплатить налоги не позднее 1 декабря 2017 года можно любым удобным для налогоплательщика способом: через отделение банка, через банковский платежный терминал, с помощью электронного сервиса на сайте Федеральной Налоговой службы (www.nalog.ru): «Заплати налоги» или «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц».

В нижневартовской налоговой инспекции ФНС России № 6 по ХМАО – Югре вас ждут:

- в понедельник и среду с 9.00 до 18.00 часов;

- во вторник и четверг с 9.00 до 20.00 часов;

- в пятницу с 9.00 до 17.00 часов,

а также во вторую и четвертую субботы месяца с 10.00 до 15.00 часов.

В ЦДТ свой ритм жизни

С воспитанниками и педагогами МАУДО «Центр детского творчества» в Нижневартовске во время своего визита встретилась губернатор Югры Наталья Комарова



ОБЩЕСТВО

Яна Ишбулдина. Фото автора

В Нижневартовском Центре детского творчества занимаются около 5 тысяч детей. Направления дополнительных занятий здесь разные: естественнонаучное, художественное, туристско-краеведческое, спортивное и социально-педагогическое. В общей сложности в учреждении реализуются 75 образовательных программ. С 1 сентября этого года Центр детского творчества перешел на персонализированное финансирование. Это значит, что на каждого ребенка, посещающего ЦДТ, выделяются бюджетные денежные средства в объеме, необходимом для реализации выбранной им дополнительной программы обучения. Эти средства перечисляются организации дополнительного образования.

Губернатор округа познакомилась с тем, как живет ЦДТ. Она пообщалась с юными актерами из театральной студии «Приз», модельерами из театра мод «Милан», а также посетила практические занятия по настольному теннису и рисованию на песке.

- В театральной студии я занимаюсь уже более 10 лет. За это время перепробовал себя во многих ролях. Был и Кощеем, и деревом. В последней постановке, в пьесе «Игра в красавицу», я исполнял роль молодого несурьезного парня, в которого влюбилась девушка. Пожалуй, это моя любимая роль, – поделился с «СЭ» участник театральной студии «Приз» Даниил.

Свою программу Наталья Комаровой показали воспитанники школьного лесничества «Бурундучок». К слову, юные лесники уже на протяжении двух лет занимают первые места на российских конкурсах. В экологической лаборатории дети проводят камеральную обработку полевых материалов.

Также на базе Центра детского творчества функционирует медиашкола. Ее члены – начинающие фотографы, журналисты, операторы и блогеры – учатся писать, запечатлеть кадры и снимать видео.

Здесь же, в Центре детского творчества, глава региона пообщалась с членами Школьного Актива города. Инициативные ребята представили Наталье Комаровой проект, суть которого заключается в обмене школьниками между образовательными организациями.

КУДА ОТДАТЬ РЕБЕНКА

Хотите, чтобы ваш ребенок умел танцевать, петь, рисовать или, быть может, стал юным натуралистом? Добро пожаловать в Центр детского творчества.

Хореография

Образцовый хореографический коллектив шоу-балет «Ice-cream» – набор от 7 до 18 лет.
Образцовый хореографический ансамбль эстрадного танца «Стиль Данс» – набор от 7 до 17 лет.

Вокал

Вокальная студия «Мэри Поппинс» – набор детей 7 лет.
Вокальный ансамбль «Апельсин» – набор от 5 до 18 лет.
Вокальный ансамбль «Фантазия» – набор в группы 5-7 лет, 8-12 лет, 13-18 лет.

Экология

Школьное лесничество «Бурундучок» – набор в группы от 10 до 18 лет.

Туризм

Туристско-спортивный клуб «Каскад» – набор в группы от 3 до 18 лет.

Куда отдать ребенка

Танцы? Пение? Балет? Сегодня про спорт! Представляем данные из реестра физкультурно-спортивных организаций Нижневартовска о спортивных секциях для детей, где есть бюджетные группы, то есть посещать занятия можно бесплатно.

МАУДО «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва»

Спортивный комплекс «Нефтяник», ул. Кузоваткина, 14а

- адаптивная физическая культура – с 7 лет,
- борьба вольная – с 7 лет,
- гребной слалом – с 8 лет,
- плавание – с 7 лет,
- художественная гимнастика – с 5 лет,
- бодибилдинг – с 12 лет.



Физкультурно-спортивный комплекс «Арена», ул. Ханты-Мансийская, 15а

- дзюдо – с 7 лет,
- кикбоксинг – с 8 лет,
- группы раннего развития – 5 лет,
- стрельба из лука – с 10 лет,
- тхэквондо – с 7 лет,
- художественная гимнастика – с 5 лет,
- вольная борьба – с 7 лет.



Спортивный комплекс «Магистраль», п. Магистральный, 47

- борьба греко-римская – с 7 лет,
- дзюдо – с 7 лет,
- бокс – с 8 лет,
- художественная гимнастика – с 5 лет.



Зал бокса «Ринг Югры», ул. Интернациональная, 19в

- бокс – с 7 лет

МАУ «Спортивная школа»

Спортивно-оздоровительный комплекс «Олимпия», ул. Чапаева, 22

- плавание – с 7-9 лет,
- скалолазание – с 10 лет,
- спортивная аэробика – с 6 лет,
- адаптивная физическая культура – с 7 лет,
- танцевальный спорт – с 7 лет,
- тайский бокс – с 10 лет.



Спортивный комплекс «Спартак», ул. М. Жукова, 40б

- самбо – с 10 лет,
- кикбоксинг – с 10 лет.

Спортивный комплекс «Юность», ул. Ханты-Мансийская, 21

- айкидо – с 10 лет.

Спортивный комплекс «Атлант», ул. Мира, 76б

- пауэрлифтинг – с 10 лет.



Физкультурно-спортивный комплекс «Юбилейный», ул. Мира, 29а

- спортивная акробатика – с 7 лет.

Спортивный комплекс «Магистраль», п. Магистральный, 47

- кикбоксинг – с 10 лет.

Зал бокса «Ринг Югры», ул. Интернациональная, 19в

- тайский бокс – с 10 лет.

ФГУ «5 ОФПС», ул. Интернациональная, 61а

- спорт глухих – с 9 лет.



МАУ «Центр олимпийской подготовки по волейболу «Самотлор»

Спортивный комплекс «Зал международных встреч», ул. Омская, 1а

- ОФП – с 7 лет,
- волейбол – с 9 лет.



МАУДО «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва по игровым видам спорта имени А.М. Беляева»

Стадион «Центральный», ул. 60 лет Октября, 20/1

- легкая атлетика – с 8 лет,
- футбол – с 7 лет.

Физкультурно-спортивный комплекс «Триумф», ул. Ханты-Мансийская, 41б

- баскетбол – с 7 лет,
- футбол – с 7 лет,
- настольный теннис – с 7 лет.



Спортивный комплекс «Факел», ул. Мира, 28

- баскетбол – с 7 лет,
- футбол – с 7 лет.

Спортивное сооружение «Теннисный корт», ул. Ханты-Мансийская, 41

- теннис – с 7 лет.

Городской шахматный клуб, ул. Менделеева, 4б

- шахматы – с 7 лет.



МАУДО «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва по зимним видам спорта»

Крытый хоккейный корт, ул. 60 лет Октября, 12б

- хоккей с шайбой – с 5 лет.

Физкультурно-спортивный комплекс «Юбилейный», ул. Мира, 29а

- биатлон – с 9 лет,
- лыжные гонки – с 9 лет,
- спортивный туризм – с 10 лет,
- адаптивный спорт,
- (лыжные гонки) – с 9 лет.



МБУ «Центр технических и прикладных видов спорта «Юность Самотлора»

«Учебно-тренировочный корпус», ул. Дзержинского, 6

- автотехнический спорт – с 10 лет,
- каратэ – с 8 лет,
- восточное боевое единоборство «кудо» – с 10 лет,
- спортивная акробатика – с 7 лет,
- рукопашный бой.



«Авиационно-спортивный корпус», ул. Кузоваткина, 49

- парашютный спорт – с 14 лет,
- мотоциклетный спорт (картинг, квадроциклы) – с 10 лет,
- пейнтбол – 12 лет.

Спортивный комплекс «5 ОФПС», ул. Интернациональная, 63, стр.2

- восточное боевое единоборство «кудо» – с 10 лет,
- рукопашный бой.



МАУДО «Детско-юношеская спортивная школа «Феникс»

Спортивный комплекс «ДЮСШ «Феникс», ул. Пермская, 23а

- пауэрлифтинг – с 14 лет.

Спортивный комплекс «ДЮСШ «Феникс», ул. Индустриальная, 85б

- баскетбол – с 7 лет,
- пауэрлифтинг – с 14 лет.

СК «Факел», ул. Мира, 28а

- греко-римская борьба – с 7 лет.



Пока качели взлетали выше елей...

40 тысяч юных нижевартовцев точно знают, что напишут в сочинении «Как я провел это лето». Продолжительные каникулы для местной детворы стали не только интересными, но и познавательными. Пока «крылатые качели взлетали выше елей», как поется в песенке, к тому, чтобы отдых проходил без сучка без задоринки и запомнился на все сто, приложили усилия сотни взрослых, ответственных за это направление. Пришкольный, палаточный или трудовой лагерь в городе или далеко за его пределами – вариантов было немало. А кто-то из подростков впервые временно трудоустроился и самостоятельно заработал на карманные расходы. Итоги летней кампании-2017 в Нижневартовске на этой неделе подвели во время заседания Межведомственной комиссии по организации отдыха, оздоровления, занятости детей, подростков и молодежи в каникулярный период.

Татьяна Шлыкова

Оглядываясь назад

Мы проделали большую работу. И все, что планировали, выполнили в полном объеме, – отметила, открывая заседание комиссии, начальник управления по социальной и молодежной политике администрации Нижневартовска Оксана Вовк.

В том, что летние смены прошли без эксцессов – заслуга каждого специалиста всей цепочки оздоровительной кампании: представителей образования, культуры, спорта, медработников, экспертов Роспотребнадзора, сотрудников полиции и пожарной охраны. 96 образовательных, культурных и спортивных учреждений Нижневартовска приняли участие в организации детского отдыха нынешним летом.

По словам начальника службы по организации отдыха, оздоровления и занятости детей, подростков и молодежи в каникулярный период управления по социальной и молодежной политике Виктории Алексюк, в минувшем сезоне в общей сложности на территории Нижневартовска была организована работа 69 летних лагерей, которые за три сезона посетили почти 6 тысяч ребят. Огромное число детей – более 17 тысяч – побывали в подростковых клубах. 825 подросткам повезло с трудоустройством.

Лагерь дневного пребывания были востребованы на 100%. Как сообщил ио начальника управления образования Е. Князев, на базе городских школ работали 40 лагерей, три – на базе учреждений дополнительного образования, пять – на базе центра детского и юношеского технического творчества «Патриот». Все лагеря основывались на методических программах. За лето на их территориях проведено более 1 200 мероприятий для



детей. Особой популярностью в этом сезоне пользовались уже излюбленный детворой лагерь «Панама» на базе Центра детского творчества, куда запись начинается еще 1 марта, а заканчивается уже 2 марта, а также палаточный лагерь на базе центра «Патриот», куда стремятся попасть мальчишки и девчонки.

По словам заместителя начальника управления по физической культуре и спорту А. Федоруса, в спортивных лагерях (по 18 видам спорта) в этом году побывали 675 детей. 445 спортсменов провели лето в выездных лагерях Краснодарского края, Крыма и Кавказа. Также были охвачены дети

из многодетных и малоимущих семей, нуждающиеся в оздоровлении. В общем, не забыли ни о ком.

Что показали проверки?

Выехать по путевкам в лагерь за пределы Нижневартовска смогли 2 589 школьников, это больше, чем в прошлом году. Причем, 125 детей отдохнули за границей – в лагерях солнечной Болгарии. Остальные – на территории России: в Новосибирской, Тюменской, Свердловской областях, в Татарстане, Крыму и Краснодарском крае.

Путевки стоили от 24 тысяч до 38 тысяч рублей. Родительская плата за путевки в лаге-

В Югре, и в Нижневартовске в том числе, никогда не экономили на летнем отдыхе детей. В этом году на организацию оздоровительной кампании юных нижевартовцев было выделено более 138 млн рублей. Консолидированный бюджет вырос на 13%. Финансирование из округа составило 38%, 23% – средства из бюджета города, остальные – средства предприятий города и родительская плата.

- В следующем году мы планируем сохранить расходы на организацию летнего детского оздоровительного отдыха на том же уровне, – сказала заместитель главы города Нижневартовска Надежда Волчанина.



рия Нижневартовска, Ханты-Мансийска и Тюменской области составила от 2 600 до 9 800 рублей.

Всего в этом году администрацией города было заключено 15 муниципальных контрактов с оздоровительными лагерями и санаториями.

Их работу специалисты контролировали во время выездных проверок. В отношении четырех лагерей, нарушивших условия муниципальных контрактов по организации летнего детского отдыха, были вынесены штрафные санкции. Нарекания вызвала деятельность



лагерей «Юность» (Краснодарский край): например, здесь не было закрытого спортзала; «Морской» (Крым), где не хватало вожатых; а также санаториев «Васильевский» (Татарстан) и «Соколиный камень» (Свердловская область).

Итоги проверок будут учтены при планировании организации отдыха детей в 2018 году.

Как сообщила руководитель нижевартовского отдела Роспотребнадзора Ольга Герасимова, во время проверок на территории города были выявлены нарушения в 17 пришкольных лагерях. При этом она



отметила, что нарушения не связаны с важными вопросами организации питания, обмена питьевой воды, оснащением или материально-технической базой. Причина проста – пресловутый человеческий фактор.

Что особенного?

Особенностью минувшей оздоровительной кампании, по словам Виктории Алексюк, стало расширение географии детского отдыха – впервые путевки были приобретены в лагерь Татарстана, под Казанью; впервые была организована работа лагеря на базе отдыха «Черная горка» и двух лагерей с этнокультурным компонентом.

Высокий уровень организации детского отдыха в Нижневартовске отметили и на окружном уровне. По словам заместителя главы города Надежды Волчаниной, 14 сентября итоги летней кампании по организации оздоровительного отдыха детей подводились в столице Югры и название нашего города там прозвучало не раз. Причем, с хорошей стороны. Было отмечено увеличение охвата детей, появление нового трудового лагеря на базе ЦДТ, а также слаженная работа и не-

допущение массовой заболеваемости энтеровирусом в оздоровительных лагерях во время эпидемиологической ситуации.

Сами же нижевартовские специалисты себя немного критикуют, и говорят, что есть над чем поработать. Строя планы на следующий год, они хотят немного изменить подходы к организации детского отдыха. Так, при сохранении объема финансирования не ниже уровня 2017 года, планируется увеличить количество лагерей дневного пребывания на территории города. А еще планируют постараться, чтобы на 100% обеспечить занятость детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и состоящих на профилактическом учете.

Намереваются также усилить акценты на работе по информированию родителей о вопросах организации летнего отдыха детей. Потому что из поступивших 1 407 звонков на окружной телефон доверия, 77 были из Нижневартовска. Ольга Герасимова во время заседания комиссии напомнила, что в 2018 году вступят в силу законодательные изменения, согласно которым санитарно-эпидемиологические заключения установленного образца на открытие лагерей будут вноситься в единый реестр. Поэтому документы впредь нужно будет подавать в сжатые установленные сроки.

- При организации летнего отдыха 2018 года будем учитывать и мнение представителей родительского сообщества, – отметила заместитель главы города по социальной и молодежной политике Надежда Волчанина.

Планы на осень

В октябре Нижневартовск ждет большая проверка из округа. Будут досконально рассматривать все вопросы и направления, связанные с организацией летнего отдыха детей. А пока специалисты города планируют осенние каникулы. Как было отмечено во время межведомственной комиссии, сэкономленные средства, образовавшиеся в ходе реализации летних путевок, будут направлены на организацию осенних каникул – нижевартовские подростки отдохнут в профильных лагерях Татарстана, юные спортсмены города пройдут подготовку в Ханты-Мансийске. 35 лагерей будут организованы на базе образовательных учреждений.



БУДЬТЕ В КУРСЕ

ЛЕКЦИИ О ДОЛГОЛЕТИИ
ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

С 12 сентября начались занятия в Университете старшего возраста «Новый старт», где на протяжении всего «учебного года» слушателям будут прочитаны лекции на различные темы врачами БУ «Нижневарттовская городская поликлиника». Занятия проводятся в целях информирования граждан старшего возраста по охране здоровья и сохранению активного долголетия.

Также в течение месяца сотрудники отделения медицинской профилактики проведут на предприятиях Нижневарттовска мероприятия, приуроченные к Всемирному дню сердца, направленные на обучение работающего населения здоровьесберегающим технологиям.

По вопросам профилактики сердечно-сосудистых заболеваний не только в сентябре, но и на протяжении всего года, можно обратиться за консультацией к врачам БУ «Нижневарттовская городская поликлиника».

Верная дорога к инсульту: вредные советы

Медстатистика утверждает, что в Югре смертность от сердечно-сосудистых заболеваний (инфаркт миокарда, инсульт и т.д.) с каждым годом снижается. Однако, по итогам диспансеризации, чаще всего выявляются именно болезни системы кровообращения. Что нужно делать и как нужно жить, чтобы заболеть опасным и во многих случаях неизлечимым заболеванием? Способы, при помощи которых можно гарантированно обеспечить себе инсульт, хорошо известны врачам. Вредные советы от МедНовостей, которым лучше не следовать.

Ни в коем случае не нужно следить за своим артериальным давлением! В 50% случаев высокое давление – это фактор риска для развития ишемических инсультов, в 60% – внутримозговых кровоизлияний, в 30% – субарахноидальных кровоизлияний. Если у вас склонность к гипертензии, не ходите к врачу и не пытайтесь принимать лекарства, которые давление нормализуют.

Нужно пить и курить как можно больше. Курение повышает риск инсульта у мужчин на 40%, у женщин – на 60%. Злоупотребление алкоголем увеличивает вероятность инсульта в четыре раза.

Неправильно питаетесь, чтобы побыстрее заработать атеросклероз, он с высокой долей вероятности приведет вас к инсульту! Ведь 90-95% случаев ишемического инсульта однозначно связаны с атеросклерозом церебральных и прецеребральных сосудов. Ведите малоподвижный образ жизни. Чем меньше вы двигаетесь, тем вероятнее инсульт.



Стоимость лечения одного больного с инсультом в России, включая стационарное лечение, реабилитацию и вторичную профилактику, составляет 127 000 руб. в год.

Известно, что в России ежегодно от инсульта страдают почти полмиллиона человек, причем из тех, у кого случился инсульт, полностью восстанавливаются лишь 13-15%, а 84-87% больных умирают или становятся инвалидами. По данным Национальной Ассоциации по борьбе с инсультом (НАБИ), 31% пациентов, перенесших инсульт, нуждаются в специальном уходе, 20% не могут самостоятельно ходить и лишь 8% могут вернуться к прежней полноценной жизни.

Лишний вес – тоже прекрасный способ заработать инсульт, поэтому набирайте его как можно скорее. Если у вас из-за неправильного режима питания развивается диабет, еще лучше! С ним вероятность инсульта повысится. Не избегайте стрессов в своей жизни, а лучше, наоборот, всячески их ищите и создавайте сами! Ведь постоянные стрессы рано или поздно приведут к инсульту.

Если вы не будете следовать нашим вредным советам, а начнете следить за своим артериальным давлением, правильно питаться, заниматься физическими упражнениями и вообще вести подвижный и здоровый образ жизни, вы значительно снизите свои шансы умереть от инсульта.

«Кремлевская диета»: эффективно, но очень опасно

Юлия Бондарь

«Кремлевская диета» долгое время считалась одной из самых эффективных: утверждается, что с ее помощью всего за три месяца можно достичь значительных результатов, не испытывая никакого дискомфорта. Однако стоит учитывать и то, что она может нанести серьезный вред здоровью.

Откуда взялась
«Кремлевская диета»

Она появилась в 2004 году исключительно благодаря журналистам: диета была опубликована в газете, и всего за пару месяцев вызвала массу восторженных отзывов, а номера с таблицей продуктов с присвоенными им баллами расхищались моментально. Таблицы переписывали от руки и печатали на компьютерах, передавая друг другу волшебный рецепт быстрого и «вкусного» избавления от лишнего веса.

Название «Кремлевская диета» придумал журналист Евгений Черных: по легенде, этой диеты придерживалось исключительно высшее руководство страны. Однако доподлинно известно лишь о Юрии Лужкове, который стал активным приверженцем этой диеты, возможно, уже после того, как она приобрела популярность.

Основой для этой диеты стали методические указания для разработки рационов военных и астронавтов США, известные под названием «диета американских астронавтов». Ее принцип очень прост, в двух словах его можно сформулировать как «мало углеводов, много белков».

Основной принцип
«Кремлевской диеты»

В «Кремлевской диете» считают не калории, а баллы (очки) в зависимости от количества углеводов в продукте: 1 грамм углеводов равен 1 баллу. Чтобы похудеть, рекомендуется набирать не более 40 очков в день, а для поддержания веса – не более 60.

Больше всего «вешают» мучное и сладкое, поэтому их необходимо полностью исключить из рациона. Без всяких ограничений можно употреблять любые белковые продукты – мясо, рыбу, яйца, творог, сметану, – не зависимо от их жирности, этим продуктам присвоено



ТИПИЧНОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ «КРЕМЛЕВСКОЙ ДИЕТЫ»

Завтрак: 100 граммов сыра, кофе, яйцо.

Обед: овощной салат с шампиньонами, бифштекс.

Ужин: помидор и отварная курица.

В промежутках можно в любых количествах пить чай и кофе без сахара, а также минеральную воду.

0 баллов. Поскольку «нулевые» продукты можно есть всегда и в любом количестве, диета не вызывает чувства голода и вообще довольно комфортна по ощущениям. А вес при этом неуклонно убывает: для компенсации углеводного голодания происходит запуск расщепления аминокислот, и жирные кислоты преобразуются в кетоновые тела. Собственные жировые запасы начинают стремительно таять, а проблемы со здоровьем – не менее стремительно расти.

Чем опасна «Кремлевская диета»

«Кремлевская диета» опасна даже для абсолютно здоровых людей, так как большое количество белка и жиров способны спровоцировать болезни печени, почек, желудка, кишечника. Может развиваться так называемое «белковое отравление» – пищевая интоксикация, которая наступает из-за употребления большого количества белка без углеводов.

Возможно развитие диетарного кетоза – отравления, возникающего из-за переработки жиров, в результате которой образуются кетоновые тела. Диетарный кетоз протекает без явных симптомов, но страдают все органы, а больше других – почки, печень, головной мозг.

Проблемы с почками. Почки отвечают за выведение продуктов распада белка из организма. Большое количество протеинов приводит к закислению мочи и повышенному выведению солей оксалатов. При таком режиме работы появляются камни в почках. Оксалатные камни имеют острые вершины. Двигаясь по мочеточнику, камни ранят его стенки, вызывая нестерпимую боль. Если чрезмерное количество протеинов поступает в организм длительное время, может развиваться тубулопатия – состояние, при котором патологически изменяется процесс транспортировки всех питательных веществ, необходимых для работы почек. В результате камни начинают образовываться даже при сбалансированном питании. Кроме того, повышенное содержание солей в моче провоцирует воспалительные заболевания мочевыводящих путей.

Атеросклероз. Жирное мясо богато насыщенными жирными кислотами и холестерином, избыток которых приводит к поражению сосудов, то есть атеросклерозу. Жирное мясо, которое не запрещает «Кремлевская диета» может привести к поражению печени (жировой гепатоз).

Возникает дефицит витаминов и минералов из-за небольшого количества в меню фруктов и овощей.

Сладкоежки, лишенные углеводов во всех видах, и особенно сладостей, испытывают настоящую ломку. Иногда они пытаются заменить сладости химическими заменителями, которые очень вредны для здоровья.

Из-за недостаточного количества клетчатки, которая содержится в запрещаемых диетой кашах, овощах и фруктах, нарушается работа ЖКТ – возможно возникновение запоров, и, как следствие, развитие геморроя.

Для кого «Кремлевская диета»
особенно опасна?

- Для людей, страдающих заболеваниями печени, гипертонией, стенокардией.
- Для перенесших инфаркт или инсульт.
- Для больных сахарным диабетом.
- Для женщин в период менопаузы – у них повышается риск развития остеопороза.
- Для беременных, кормящих и детей.

В каких случаях
ее можно применять?

Принцип, похожий на принципы «Кремлевской диеты», используется спортсменами и бодибилдерами в процессе, который называется «сушка». Резкое сокращение количества углеводов истощает запасы гликогена, и человек начинает худеть за счет сжигания жира, получая очень быстрый результат – до 5 килограммов веса в неделю. Однако даже в таком случае применять ее стоит очень осторожно, очень недолго и не в том виде, в котором она была опубликована изначально.

Выводы

«Кремлевская диета» быстро сжигает жировые запасы организма, одновременно выводя из строя практически все внутренние органы: печень, почки, мозг, сосуды, ЖКТ. Впрочем, практически сразу после отмены диетических ограничений, большая часть веса возвращается: организм всеми силами пытается возместить потерянное. Специалисты считают эту диету чрезвычайно вредной для организма, особенно в том виде, в котором она была опубликована в 2004 году.

РАЗЫСКИВАЕТСЯ МАСТЕР ПРОДАЖ И ФАНАТ ПЕРЕГОВОРОВ!

Вы обожаете заводить новые знакомства, вести переговоры, помогать людям развивать бизнес, продвигать их товары и услуги? Вы хотите понятную и приятную систему мотивации, чтобы заниматься всем этим с огромным удовольствием? Для вас важен доброжелательный коллектив коллег и вы планируете адекватный вашему вкладу карьерный рост? Вы уже работали в СМИ, типографии, дизайн-студии или рекламном агентстве не менее года и у вас есть успешный опыт продаж в данной отрасли? Или вы пока не имеете опыта, но уверены, что продажи и переговоры – ваше призвание и готовы учиться у опытных наставников? Если вы ответили положительно хотя бы на два из пяти вопросов, и если вы аккуратный, активный и позитивный человек, присылайте скорее свое резюме на почту: prhmaso2011@gmail.com!

ЗАО «Медиа-Экспресс» приглашает в свою команду менеджера по продаже рекламных площадей и информационных услуг в деловом независимом еженедельнике «Самотлор-Экспресс».

Реальная перспектива карьерного роста до коммерческого директора общества в течение года.

Зарплата: оклад fix (от 20 000 руб.) + % с продаж или %%% – в зависимости от ваших предпочтений. Полный соцпакет: отпуск, оплата мобильной связи и т.д.



ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

• ПРОДАЕТСЯ 2-комн. кв. в 5-этажном панельном доме в г. Мегионе по улице Свободы, 8 (2 эт., 55 кв. м). Телефон 8-950-528-12-02.

• ПРОДАЕТСЯ 2-комн. кв. МСК (большая, 7 эт.) в районе перекрестка улиц Чапаева и Интернациональной. Телефон 8-922-447-06-25.

• ПРОДАЕТСЯ 2-комн. кв. МСК в 10 мкр. (малая, 5 эт., меблирована). Телефон 8-912-935-81-60.

• ПРОДАЕТСЯ 2-комн. кв. МСК (большая, 7 эт.) в районе перекрестка улиц Чапаева и Интернациональной. Телефон 8-922-447-06-25.

• ПРОДАЕТСЯ или МЕНЯЕТСЯ 3-комн. кв. ДСК (8 эт., 10 мкр.) на равноценную в городах Московской обл., Самаре или Кемерово. Тел.: 8-992-350-35-96, 8-922-772-86-49.

• ПРОДАЕТСЯ комната в общежитии по ул. Мира, 18а (14 кв. м, отсек на четыре хозяина, 2 эт.). Цена 800 тыс. руб. Тел. 8-982-549-64-71.

• РАЗМЕНИВАЕТСЯ 3-комн. кв. ДСК в 10Г мкр. на две 1-комн. кв. Рассмотрю варианты. Тел. 8-982-572-98-68.

• СДАЕТСЯ квартира в «малосемейке» на проспекте Победы, 2 мкр. Тел. 8-982-538-03-69.

• СДАЕТСЯ койкоместо в 1-комн. кв. женщине без вредных привычек. Оплата 5 тыс. руб. + коммунальные услуги. Тел. 8-982-534-03-42.

• СДАЕТСЯ койкоместо мужчине на длительный срок (15 мкр.) или посуточно (500 руб.) приезжающим для устройства на работу. Тел. 8-982-530-76-34.

• ПРОДАЕТСЯ дом в Нижневартовске по ул. Первомайской (40 кв. м, отопление, вода, кухня, 3 комнаты, погреб, баня, теплица, 9 соток земли). В собственности. Цена 3 млн 900 тыс. руб. Тел. 8-922-418-92-51.

• ПРОДАЕТСЯ дом на двух хозяев в Мегионе, деревянный фонд (70 кв. м, центральное отопление, вода, санузел в доме, веранда, кухня, 5 комнат, 6 соток земли, гараж, теплица), в собственности. Возможен снос. Цена 1 млн 650 тыс. руб. Тел. 8-904-489-44-99.

• ПРОДАЕТСЯ дом на четырех хозяев (57 кв. м, санузел в доме, центральное отопление, веранда, 3 комнаты, кладовка, земля в собственности, детская площадка, автостоянка). Возможен снос. Цена 1 млн 350 тыс. руб. Телефон 8-904-489-44-99.

• ПРОДАЕТСЯ дом-дача (200 кв. м) для круглогодичного проживания в черте Мегиона. Тел. 8-904-883-75-33.

• ПРОДАЕТСЯ земельный участок под ИЖС в 1 км от города по Излучинской дороге (10,3 сотки, отсыпан), удобный подъезд на любом транспорте, не затопливается. Цена 320 тыс. руб. Телефон 8-982-549-64-71.

• ПРОДАЕТСЯ дачный участок на базе «Кедровая» (10 соток, незатопливается, подъезд круглый год), 10 км. Срочно. Тел. 8-982-536-52-16.

• ПРОДАЕТСЯ большой гараж на две машины, с комнатой отдыха, в р-не ресторана «Лимон». Тел. 8-932-437-09-90.

• ПРОДАЕТСЯ местный картофель. Цена одного ведра (10 л) – 250 руб. Тел. 8-982-588-21-60.

• ПРОДАЕТСЯ алтайский мед (разнотравье). Цена 450 руб./кг. Телефон 8-923-715-05-41.

• ПРОДАЕТСЯ широкий медицинский корсет, новый. Тел. 8-904-483-48-52.

• Пенсионерка на группе инвалидности купит недорого в рассрочку или примет в дар автомобиль. Телефон 8-904-483-48-52.

• КУПЛЮ радиодетали новые и б/у: транзисторы, микросхемы, реле, разъемы, контакты, радиооборудование и др. Тел. 8-908-897-22-36.



ПРОДАЕТСЯ КОШЕЧКА ПОРОДЫ МЕЙН-КУН

Ждет переезда в свою новую любящую и заботливую семью девочка мейн-кун Балтика (д.р. 13.02.2016). Окрас черная тигровая черепаха (f23), очень крупная (7,7 кг). Не кусается, не царапается, не метит, песен по ночам не поет. Очень игривая, ласковая, деликатная, стеснительная и застенчивая кошка, поэтому желательна в семью без маленьких детей (от 7 лет). Стерилизована, имеет титул чемпиона по международной системе WCF. Упитана, воспитана, социализирована, здорова, привита. Цена для данной породы – символическая (в связи с сокращением питомника). Тел.: 8 922 432 7133, 8 982 186 6242, 8 922 447 0035.



Спиннер с Bluetooth и LED-подсветкой

Отличительные особенности:

- Встроенный динамик
- Bluetooth для передачи аудио-файлов
- LED-подсветка в такт музыке
- Материал: пластик
- Три лепестка
- Закругленные края



ТК Полигон бутик №36 ТВ ШОП т.40 62 62

ИЗГОТОВЛЕНИЕ И МОНТАЖ

РЕКЛАМЫ НА АВТОБУСАХ,

ВИТРИНАХ И АВТО

в том числе и перфопленкой

тел.408-202



РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО

РАЦИО
полного цикла

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 21 сентября 2017 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
Электронная почта: 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 (3466) 69-00-68
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 17.00 и по телефону 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