

## НАВСТРЕЧУ ПРАЗДНИКУ

### Чем нас удивят «Самотлорские ночи»

До главного городского праздника осталось меньше месяца. И он вновь преподнесет пару сюрпризов.

3

## КОМФОРТНАЯ ГОРОДСКАЯ СРЕДА

### Нижневартовск утонет в зелени. И в запахе сирени

Ждать этого осталось недолго. Буквально лет 5-10.

4

## ЗДОРОВЬЕ

### Не панацея, но реальный шанс

Что толкает к зависимости и как уйти с кривой дорожки, не доезжая до кладбищенского финиша?

6

# Общественно-политический еженедельник Самотлор • Экспресс

Издается с 7 мая 1993 года

№ 20/947 от 25 мая 2018 г.

НАША ГАЗЕТА  
в социальных сетях



[www.facebook.com/samotloexpress](http://www.facebook.com/samotloexpress)



[www.vk.com/samotloexpress](http://www.vk.com/samotloexpress)



## Бизнес – это, как море.

В него нужно броситься и плыть

### ЗНАЙ НАШИХ!

Алексей Лбов. Фото автора

В этом уверен герой нашей публикации Александр Виршке. Предприниматель, инженер, изобретатель, специалист по изготовлению полиграфии и один из немногих бизнесменов Югры (да и России, пожалуй), чья продукция продается на внешние рынки. Бизнесом он занимается с 2003 года и вначале владел успешной мини-типографией, которая называлась «Фабрика поздравлений», а потом его захватила иная идея. Он закрыл вполне успешный бизнес, чтобы не распылять собственных сил, и решил построить своими руками устройство под названием фольгиратор. Это узкоспециализированная разновидность принтера для печати с помощью фольги. Американские аналоги этой штуки стоят 700 тысяч рублей, а он придумал, как сделать ее в три раза дешевле и ничуть не хуже качеством.

Захотел и сделал собственными руками, потратив пару лет, освоив кучу нужных специальностей (от менеджера по рекламе до фрезеровщика и оператора станка с ЧПУ) и поставил производство на поток силами всего четырех специалистов. Сейчас его компания продает почти до сотни таких устройств в год и закрывает при этом 86% российского рынка, почти выдавив с него бывшего американского монополиста. Да еще и продает фольгираторы в другие страны, в основном, в ближнее зарубежье и Европу. Сейчас нижневартовский изобретатель работает над тем, чтобы запатентовать собственные разработки в этой сфере и начать выпуск потенциально новой линейки типографской аналогов. А самое главное – расходные материалы для нее будут втрое дешевле нынешних.

Мы встретились с Александром Евгеньевичем незадолго до Дня российского предпринимателя, чтобы поговорить о том, легко ли создать свой бизнес в Рос-

сии и что вообще нужно для того, чтобы достигнуть успеха.

– Это как ездить на велосипеде, – ответил он на последний вопрос. – Сначала все падают и набивают шишки, но абсолютно каждый может научиться этому. Конечно, не все будут гонять на велосипедах со скоростью чемпионов мира, но создать бизнес, способный прокормить семью, по силам абсолютно любому адекватному человеку. И для этого нужно только одно – брать и делать. Знаете, есть люди, которые годами чего-то ждут, вынашивают идеи, готовятся, оценивают риски и возможности. И это тоже, отчасти, правильный подход, но бизнес он, как море, в какой-то момент в него лучше просто броситься и поплыть.

О том, каковы сегодня реалии российского и нижневартовского бизнеса мы расскажем на примере Александра Виршке и ряда других предпринимателей Нижневартовска в следующем номере газеты. Он будет посвящен дням предпринимательства в Югре, которые уже стартовали и продлятся до конца месяца.

### КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

В Нижневартовске началась свободная продажа билетов на церемонию открытия XLIII фестиваля искусств, труда и спорта «Самотлорские ночи». Цена – 200 руб. Приобрести билеты можно в кассах Дворца искусств ежедневно с 11 до 19 ч. (перерыв с 14 до 15 ч.).

В городе продолжают общегородские субботники. 25 мая в 14 ч. горожан приглашают на Комсомольское озеро. 26 мая в 11 ч. в р-не СК «Юбилейный» в рамках XVI Международной экологической акции «Спаси и сохрани» пройдет еще один субботник, во время которого организаторы мешки с мусором обменяют на сувениры. Принять участие в мероприятии могут все желающие.

25 мая в 19 ч. Центр национальных культур приглашает вартовчан на День русской культуры. Гостей ждет театрализованная программа, во время которой организаторы расскажут о традициях и праздниках, гостеприимстве славянских народов. Вход свободный. Тел. 45-30-50.

Нижневартовск масштабно отмечает 100-летие со дня образования Пограничных войск России. На территории города запланирован ряд мероприятий. Старт дадут сегодня, 25 мая, во Дворце искусств с концерта «Солдаты России», во время которого выступит автор-исполнитель военно-патриотических песен Владимир Мазур. На площади у мемориала «Воинам-землякам» 27 мая с 14 до 16 ч. состоится концерт артистов и творческих коллективов ДК «Октябрь». А 28 мая здесь же пройдет городской митинг.

На площади Дворца искусств готовится к открытию светомузыкальный фонтан. Торжественная церемония и праздничная программа «Фонтан любви, фонтан надежды» состоится 27 мая в 16 ч.

Сотрудники коммунальных служб Нижневартовска готовят городской парк к началу летнего сезона. Сейчас проводится техосвидетельствование 11 аттракционов. Начать работу они должны, как только позволят погодные условия. Стоимость билетов составит от 30 до 50 руб.

Нижневартовск стал первым муниципалитетом в Югре, где внедрило движение добровольчества в дошкольных образовательных организациях. Сейчас в проекте – четыре детских сада. Их воспитанники участвуют в таких акциях как «Посади росток», «Помоги младшему», «Прояви заботу о ветеране», «Чистый детский сад – чистый город» и др.

### ПРОГНОЗ ПОГОДЫ НА ВЫХОДНЫЕ

26 мая, суббота

температура воздуха  
ночью: -2°... -1° днем: +3°... +4°  
ветер: СЗ 1,6-4,5 м/с  
давление: 759 мм рт.ст.



27 мая, воскресенье

температура воздуха  
ночью: -4°... -1° днем: +9°... +11°  
ветер: ЮЗ 2,5-5,4 м/с  
давление: 752 мм рт.ст.



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

## ГЛАС НАРОДА

ЛЕГКО ЛИ БЫТЬ  
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕМ  
В НАШИ ДНИ?

**Василий СОЧИЛИН,**  
генеральный директор  
туристического агентства  
«Спутник»:

- Нелегко. Причин тому много. Рынок ведет себя весьма хаотично, особенно туристический. Тут вам и курсы валют, и дорогое авиационное топливо, и многие другие аспекты. Быть предпринимателем непросто, в целом, еще и потому, что у нас постоянно в стране что-нибудь меняется: законы, концепции, подходы к одной и той же проблеме. Думаю, многие коллеги поймут, о чем я. Да и рентабельность многих видов бизнеса со временем падает из-за развития конкуренции и множества других причин, жизнь не стоит на месте. По ощущениям, золотые годы развития предпринимательства пришлись на 2000-2008 гг. и, пожалуй, еще 2012-й.

Хотя и сейчас вполне можно работать и достигать результата. Есть позитивные стороны. К примеру, много новых инструментов для бизнеса появилось, особенно в сфере цифровых технологий. А самое главное – очень сильно изменился менталитет предпринимателей. Все больше людей задумывается о социальной роли своего бизнеса, о том, чем он может быть полезен городу, где работает, краю, России в целом.

**Мария ГЕРАСИМЕНКО,**  
директор группы компаний  
«IN VIKTORY»:

- В разные времена случается многое в нашей жизни. Но всегда находят люди, которые, несмотря ни на что, все-таки предпочитают дальше катить этот мир, а не катиться вместе с ним. Таких людей на планете 5% по статистике, и я рада причислять себя именно к этой части людей.

Для них, чем больше препятствий на пути, тем интереснее. Сложности будут всегда. Я их воспринимаю, как очередные поставленные задачи, которые нужно решить быстро, интересно, максимально качественно, с пользой для каждой стороны.

Успешный предприниматель – человек, который занят любимым делом, реализацией идей, о которых мечтал когда-то.

Считаю, что сегодня предоставлена масса возможностей для этого. И только ленивый может жаловаться. В реальности предпринимательство – дело вовсе не легкое, требует занятости 24 часа в сутки, высокой ответственности. Но по окончании работы всегда ждут позитивные эмоции от реализации мечты и, конечно, прибыль.

**Илья АЛТАФЬЕВ,**  
специалист по ремонту  
бытовой техники:

- На мой взгляд, быть индивидуальным предпринимателем в России – занятие не самое простое. У нас структура взимания налогов, пенсионных отчислений и отчетности выстроена так, что в ней непросто разобраться даже искушенному уму, а тем более человеку, который желает лишь честно платить своему государству и работать самому на себя, в компании одного или двух сотрудников.

Честно скажу, для общения с государственными органами почти всегда необходима помощь бухгалтера. Почему бы не упростить систему до такой степени, когда десяткам тысяч индивидуальных предпринимателей не придется содержать армию финансистов или с ужасом гадать о том, когда ему «прилетит» штраф из налоговой инспекции?

## Для школьников настало нервное время...



## ОБРАЗОВАНИЕ

...Ведь учебный год уже на исходе и для выпускных классов пришла пора сдавать государственные экзамены. Первые из них стартуют уже сегодня, 25 мая, а общее число сдающих превысит в регионе 27 тысяч. В том числе сядут за парты около 4 100 юных вартовчан.

Основной государственный экзамен (ОГЭ) этим летом будут сдавать порядка 18 тысяч выпускников девятых классов Югры, единый государственный экзамен (ЕГЭ) – 9 тысяч одиннадцатиклассников.

Сдача ЕГЭ для выпускников 11 классов в этом году будет проходить с 28 мая по 2 июля, для тех, кто по каким-то причинам не смог сдать экзамен в заявленный период, будет второй шанс – с 4 по 15 сентября.

Для девятых классов сдача первого экзамена заявлена на 25 мая, последнего – на 29 июня. Дополнительные сроки сдачи установлены на период с 4 по 22 сентября.

Обязательными предметами по-прежнему остаются русский язык и математика. Одиннадцатиклассники по собственному усмотрению решают, сдавать или нет дополнительные предметы, а у выпускников девятых классов такой привилегии нет: помимо двух обязательных, на выбор нужно сдать еще два предмета дополнительно.

Известно, что большинство учащихся 11 классов выбрали дополнительным предметом обществознание. Это обусловлено тем, что многие вузы вносят его в категорию необходимых при поступлении, сообщает портал «Открытый регион – Югра». Нижневартовск не исключение и наши выпускники тоже предпочитают обществознание многим другим дисциплинам, однако в числе весьма популярных для сдачи также физика, биология, иностранный язык. За выпускниками во время сдачи экзамена, как обычно, будут наблюдать не только педагоги, но и куда более бдительные «очи» видеокамер. Для того, чтобы дети не могли воспользоваться любыми электронными гаджетами, пункты сдачи экзаменов оборудуют техникой для подавления GSM сигнала.

Кстати, ученые считают, что уровень стресса у детворы при подготовке к государственным экзаменам достигает очень высоких отметок, порой даже опасных для здоровья. Да и родители зачастую нервничают не меньше, ведь от набранных баллов может зависеть будущая жизнь их ребенка. В интернете полно рекомендаций на тему того, как справиться с этим давлением и минимизировать волнение, но самым простым и эффективным нам кажется следующий: за пару дней до грядущей сдачи устройте семейный праздник, чтобы отвлечься от тревожных мыслей, переключить мозг. Это может быть поход в ресторан на пару часов, домашние посиделки с настольными играми и многое другое. Но лучшим вариантом, по мнению специалистов, будет совместный выезд на природу на два-три часа, причем лучше в это время заниматься чем-то активным: быстрой прогулкой, катанием на роликах, игрой в волейбол, рыбалкой, даже вскапыванием грядки, если это необходимо. Это позволит вам и вашему ребенку получить хорошую порцию кислорода, слегка нагрузить мышцы и выйти из цикла неприятных раздумий.

## Марафон благоустройства обрел новую цель

## ПЕРСПЕКТИВА

Ею станет второй микрорайон Нижневартовска, один из старейших в городе. В общей сложности проект коснется трех десятков домов. На мероприятия по благоустройству мэрия планирует потратить в этом году 150 миллионов рублей. Об этом во время пресс-конференции сообщил директор департамента ЖКХ Максим Коротаев. Сейчас проект находится уже в предстартовой готовности – идет отбор компаний подрядчиков и другие положенные законом процедуры. Важнейший этап – согласование запланированных работ жильцами – уже позади.

- В данный момент жилищный трест № 1 продолжает работу по выбору подрядчика на различные виды работ. Две фирмы уже определены. Все жители, за исключением трех жилых домов, приняли положительное решение участвовать в марафоне. Всего в ведении обслуживающей организации 130 домов. Ставим задачу: за лето комплексно выполнить работы во втором микрорайоне, – отметил Максим Коротаев.

К слову, в прошлом году в пятом микрорайоне также были «отказники». Изначально жители не верили, что за столь короткое время (три месяца) можно кардинально поменять дворное пространство. Однако в сентябре 2017 года, после завершения всех работ, увидев результаты благоустройства, жители попросили управляющую компанию включить их дома в план работы на это лето. Сейчас завершаются встречи представителей управляющей компании с вартовчанами – обсуждают, что и в каком объеме необходимо выполнить.

Кроме того, в рамках программы «Формирование современной городской среды в муниципальном образовании город Нижневартовск на 2018-2022 гг.» во втором микрорайоне будут выполнены работы по освещению микрорайона и водоотведению (средства федерации, округа и города).

- Проект готов. Определяется подрядчик на выполнение работ. Они начнутся параллельно с марафоном, чтобы не бы-



ло нарушено благоустройство, сделанное ранее, – отметил заместитель главы города, директор департамента ЖКХ.

Добавим, проект «Марафон благоустройства» стартовал в нашем городе прошлым летом. Его предложила губернатор Югры Наталья Комарова и поддержал глава муниципалитета Василий Тихонов. Проследить историю масштабных прошлогодних изменений в пятом микрорайоне можно на сайте мэрии по хэштегу #МарафонБлагоустройства.

Программа благоустройства дворов – трехсторонняя, с обязательным участием жителей (собственников жилых помещений), управляющих организаций (нанятых собственниками для управления общедомовым имуществом) и властей муниципалитета, которые берут на себя большую часть финансовых затрат. Софинансирование работ – одно из условий включения двора в Марафон городского благоустройства. 95% всех необходимых расходов будет покрыто из городского бюджета. Собственники заплатят оставшиеся 5%.

Главное преимущество Марафона со-

стоит в том, что именно жители являются главными авторами благоустройства собственных дворов, они решают, где сделать асфальтирование или дополнительную парковку для автомашин. Все пожелания специалисты управляющей организации согласуют с жильцами и внесут идеи на своеобразные паспорта благоустройства. На повторном собрании схемы преобразования дворов предстоит одобрить собственникам.

Добавим, на днях глава Нижневартовска Василий Тихонов в рамках своей еженедельной поездки по городу посетил пятый микрорайон, где Марафон благоустройства проходил прошлым летом. Оценил, как территория пережила зиму. Как отметили в управляющей компании № 2, летом в пятом микрорайоне сделают работы у домов, которые отказались от участия в прошлом году. Останется лишь покрасить ограждения, перенести бордюры и установить спортивные площадки для подростков. Все это пожелали сами жители. В управляющей компании обещали просьбы собственников учесть.

## Чем нас удивят «Самотлорские ночи»?

### НАВСТРЕЧУ ПРАЗДНИКУ

В этом году фестиваль «Самотлорские ночи», ключевой темой которого станет этнография, пройдет с 15 по 17 июня. Церемонии открытия и закрытия пройдут на стадионе «Центральный». На мероприятии выступят не только местные творческие коллективы, но и приглашенные исполнители. Среди гостей фестиваля – театр современного танца «Смола» (г. Ханты-Мансийск), ансамбль духовых инструментов «Сибирь-Брасс» (г. Ханты-Мансийск) и театр обско-угорских народов «Солнце» (г. Ханты-Мансийск). На церемонии закрытия выступит народная артистка России Надежда Бабкина. Посетить мероприятие могут все желающие.

Впервые в этом году в программе фестиваля запланирован праздник плова. Мастера национальной кухни в Нижневартовске будут готовить блюда, которые в дальнейшем оценят члены жюри и жители города. Впрочем, это нововведение далеко не единственное в программе фестиваля и в следующем номере газеты мы расскажем обо всех новинках гораздо подробнее.



## Задай вопрос власти

### НА СВЯЗИ

Сделать это можно будет 30 мая 2018 года с 12 ч. 30 мин. до 13 ч. 30 мин., когда состоится прямой телефонный провод с руководителями администрации города Нижневартовска. Это ежеквартальное мероприятие за время которого вартвовчане успевают задать несколько десятков (или даже сотен) вопросов заместителям главы и прочим специалистам мэрии. Каждое из обращений фиксируется и берется на контроль, и если специалист не может дать немедленного ответа, то он обязательно поступит по почте.

Полный перечень тех, кому вы можете адресовать свои вопросы размещен на 8 стр. издания.

## Приходите в чум на огонек!

### ТРАДИЦИИ

В это воскресенье в Нижневартовске пройдет многонациональный праздник «Гостеприимный чум». Мероприятие начнется в 12.00 на берегу Комсомольского озера и его организаторами станут представители коренных народов Югры.

Представители нескольких этносов расскажут гостям о своей многовековой культуре, обрядах, традициях, а также проведут мастер-классы по декоративно-прикладному творчеству. Не обойдется и без угощения традиционными блюдами народов ханты и манси.

Творческие коллективы ЦНК готовят для зрителей концертную программу, а для детей организуют игровую площадку.

## Названо самое приятное для россиян занятие



### СТАТИСТИКА

Лenta.Ru

Самое большое удовольствие россиянам приносит просмотр телевизора. Об этом сообщается в результатах исследования «Левада-центра», опубликованных в четверг, 24 мая.

Такой вариант в списке занятий, доставляющих радость, выбрали 34 процента опрошенных. «В целом просмотр телевизора, денежная прибыль и досуг с детьми, как и восемь лет назад (в 2010 году), являются главными поводами для радости среди россиян», – поясняют в «Левада-центре».

Чем выше уровень образования респондента, тем менее привлекателен для него оказался телевизор, отмечается в исследовании. Больше всего любителей этого вида досуга нашлось среди людей старше 50 лет. На втором месте у

них работа в саду или огороде, отмечают социологи. Также они получают много радости от чтения книг или журналов и от прогулок в лесу, чем более молодые россияне.

Люди среднего возраста, в основном, радуются времени, проведенному с детьми, и «хорошим деньгам».

Молодежь в возрасте от 18 до 24 лет среди главных повседневных радостей назвала прослушивание музыки (39 процентов) и общение с любимым человеком (38 процентов). Также они чаще, чем старшее поколение, получают удовольствие от путешествий, секса и спорта. Практически каждый пятый молодой человек признался в увлечении компьютерными играми.

Опрос проводился с 20 по 24 апреля 2018 года в 136 населенных пунктах 52 субъектов России. Его участниками стали 1 600 респондентов в возрасте от 18 лет.

## В Нижневартовске провалился асфальт

### СИТУАЦИЯ



Это случилось примерно неделю назад практически на перекрестке улиц Чапаева и Северной, вблизи автобусной остановки. Размер провала составил примерно 1,5 на 1,5 метра, а вот глубина получилась вполне приличной – около

двух метров. К счастью, при этой просадке грунта никто не пострадал, но саму дорогу временно перекрыли для движения, а в социальных сетях вартвовчане начали массово зубоскалить на эту тему. Мол, «чем мы хуже Таганрога или сборной России по футболу, у нас тоже должны быть свои провалы».

Кто-то при этом ссылаясь на низкое качество ремонта дорог, кто-то обвинял чиновников в откатах и взятках. В общем, царил привычный скептический треп. На самом же деле причина была далеко не в асфальте и его укладке, а в проходящей поблизости канализационной линии. Коллектор вблизи места провала прохудился и грунт стало интенсивно размывать стоками, что и привело к закономерному результату. Согласно информации нашей газеты, этот участок линии был достаточно старым и этим летом намечался его капитальный ремонт. Что называется, чуть-чуть не дотянул.

На сегодняшний день провал в грунте уже устранен, а повреждения исправлены. Этот, кстати, был далеко не первым в городе случаем образования крупного провала в грунте, как сообщали некоторые СМИ. Нечто подобное и в значительно больших масштабах произошло на ул. Чапаева в 2013 году. Тогда причиной стал водосток советских времен (обычная металлическая труба), о существовании которого коммунальные службы узнали лишь после раскопок на месте ЧП. Еще один схожий эпизод случился прошлым летом на перекрестке улиц 60 лет Октября и Чапаева.

## ПОРОК – ЗА ПОРОГ!

### ОПЯТЬ ПОДЖОГ?

В Нижневартовске произошел самый массовый за последние годы пожар автомобилей. Он вспыхнул ночью 21 мая в одном из дворов по пр. Победы. Первым загорелся автомобиль Lexus. Затем огонь перекинулся на соседние иномарки. Всего пострадало пять машин.

В пресс-службе нижневартовского гарнизона пожарной охраны отметили, что в диспетчерскую вызов поступил в 1 ч. 12 мин. Пожар удалось быстро локализовать и ликвидировать. К тушению от МЧС России привлекались две единицы техники, восемь бойцов, сообщили в ведомстве.

Lexus сгорел дотла, а стоявшие рядом иномарки Chevrolet Captiva, Hyundai, Mazda и отечественная «Лада» были повреждены в большей или меньшей степени и не все подлежат восстановлению. Причину возгорания устанавливают дознаватели и одной из наиболее вероятных причин буйства пламени они считают поджог. Стоит заметить, что последний раз нечто похожее случилось в городе в 2016 г. и тогда тоже пострадали пять машин, припаркованных буквально борт о борт. Первым вспыхнул джип, стоящий по центру плотной группы, а от него занялись и другие авто. Тогда факт поджога был установлен со 100-процентной точностью, а документы для возбуждения уголовного дела переданы огнеборцами в полицию. Насколько известно «СЭ», виновник того пожара по сей день не установлен.

### ВЕЛОСИПЕДЫ С НОВА УГОНЯЮТ

Пару недель назад в Нижневартовске открылся летний велосезон и сразу вслед за этим в полицию начали поступать заявления о пропаже двухколесных транспортных средств. Сейчас таких случаев произошло уже три и жертвами преступлений, как показывает практика, могут стать как дети, так и взрослые.

Чаще всего воровство велосипедов происходит по одному и тому же сценарию, в основе которого небрежность самого владельца, забывшего пристегнуть противоугонный трос. Так, на минувшей неделе молодой югорчанин заскочил домой по делам и оставил велик буквально на пару минут у подъезда. Он быстро вернулся и, обнаружив пропажу, сразу стал звонить в полицию, чтоб сообщить об угоне.

В этом случае преступление удалось раскрыть меньше чем за сутки. Похитителем оказался сосед потерпевшего, который поехал прокатиться в промзону и был задержан патрулем. Однако не все кражи раскрываются так быстро и просто, порой «железные кони» перекрашивают, стирают фабричные номера с помощью фрезы или других техсредств, увозят в другие города или просто сдают в металлолом, чтобы получить буквально сотню-другую налички. Для того, чтобы избежать всего этого, нужно не так уж много: хороший противоугонный трос и бдительность.

## В ТЕМУ



# Нижневартовск утонет в зелени. И в запахе сирени

Алексей Лбов.  
Фото из архива редакции.

## Время сажать

Еще лет 5-10 назад в Нижневартовске за сезон появлялось по одной-две тысячи новых деревьев. Летом 2016 года этот показатель достиг 3,5 тысячи, а уже в 2017 он подпрыгнул до отметки в 10 тысяч. Этот рост связан не с изменением каких-либо градостроительных норм или правил, а исключительно с решением властей «подналечь» на процессы озеленения и благоустройства.

Этим летом темпы озеленения побьют прошлогодний рекорд. Примерно 11 тысяч новых деревьев и кустарников появятся во дворах и на улицах Нижневартовска. Из них 6 тысяч придется на весну-лето (в основном, деревья) и 5 тысяч – на сентябрь (в основном, кустарники). Стартует процесс массовых посадок в эту субботу и первая из его акций будет приурочена к 100-летию со дня рождения комсомола. Ее хотели провести 19 мая, но перенесли из-за шквального ветра и неожиданно появившихся сугробов.

Если говорить об адресном плане озеленения, то 5 172 саженца украсят улицы города, 3 354 – высадят на придомовых территориях, 2 059 – у социальных и образовательных учреждений, 615 – на территории предприятий. Самые большие «массивы» появятся в начале лета на улицах Мира, Спортивной, Нефтяников, Ленина, а осенью на улицах 60 лет Октября, Профсоюзной, Нововартовской и Восточном проезде.

## Кому достанется лопата?

Проще всего ответить на этот вопрос одним словом – всем. Перечень длинный: коммунальные предприятия, МУП «САТУ», предприниматели, представители крупнейших предприятий, общественники, студенты. Ну и, собственно, активные жители города. Если вам хочется приобщиться к процессу и тоже помахать лопатой, то следите за новостями и приходите на одну из массовых акций. Также можно узнать в своей управляющей компании, когда посадки доберутся непосредственно до вашего микрорайона или двора и попроситься в добровольные помощники.

Более того, даже не выходя из дома вы в силах повлиять на общегородской план озеленения (а он формируется ежегодно) с помощью интернета или телефона. Управление экологии администрации города ждет предложений вартовчан по электронному адресу: [ure@vartovsk.ru](mailto:ure@vartovsk.ru) или по телефону 41-20-26. Вот только делиться идеями лучше в зимний период, когда проекты летней кампании находятся в стадии разработки, а не реализации.

Никакого грифа «Секретно» на плане мероприятий по озеленению Нижневартовска в 2018 году, нет и не будет. Его можно посмотреть и почитать на сайте мэрии в разделе «природопользование и экология», подраздел «озеленение территории». Если вам лень заниматься поиском, то скачайте на телефон программу распознавания QR-кодов и просто наведите камеру на ссылку ниже. На это уйдет от силы минута.

## Об акцентах этого года

Как пояснил заместитель начальника управления природопользования и экологии Олег Попенко, прежде всего изменения коснутся подбора дере-

Еще каких-то четверть века назад Нижневартовск был слегка похож на Арабские Эмираты. Не только своей близостью к нефти, но и огромным количеством песка, который постоянно был под ногами в летние деньки. Особенно в только что выстроенных микрорайонах. И не только под ногами. Чуть поднимется ветер, и этот самый песок начинал скрипеть на зубах, набивался в уши и ложился на подоконники квартир.

А вы замечали, что сейчас подобные ситуации крайне редки? Добавим, что вскоре они станут почти невозможны. Причина в том, что город не только прирастает новыми домами, но и становится комфортней. Песок исчезает и на смену ему приходят плодородная почва, аккуратные газончики и тысячи новых саженцев. Процесс озеленения улиц и дворов идет в очень хорошем темпе, а в этом году достигнет своего пика.



вьев для посадки. В прошлом году это были, в основном, рябины, сосны и кедр, а в этой ситуации кардинально изменится.

– Мы планируем посадить значительно больше красиво цветущих деревьев и кустарников. Рябина и хвойные породы тоже будут, и в значительных количествах, но к ним прибавятся сотни саженцев сирени, яблонь и калины рябинолистной, – отметил он.

Идея с сиренью, кстати, да и вообще процесс озеленения нашего уютного городка, очень нравится и горожанам, и общественникам.

– Я выросла на юге тюменской области. У меня прямо в палисаднике под окном цвел куст сирени, а еще цветы, черемуха, яблоня. Прожив в Нижневартовске большую часть жизни, я очень довольна тем, что смогу вернуться в эти дни: будет пахнуть сиренью, зацветут белым «дымом» яблоня. Городу этого не хватает. Он современный, удобный, но какой-то уж очень каменный. В нем недостает природы, парков, – отметила пенсионерка Альфия Давлетбаева, приехавшая на Север в 1982 году.

Представители общественности тоже довольны ходом «посевной» кампании в городе, но многие считают, что в этой бочке меда есть и деготь.

– Надо не только сажать, но и следить за саженцами и взрослыми растениями. В микрорайонах нередко можно наблюдать сломанные ветви берез, пожухшие и отчасти вытопанные газоны, погибшие саженцы. Да и общий недостаток зелени ощутим. И не только в новых

микрорайонах, но и в достаточно старых, как наш 14-й. Хотя пустующая земля есть, простора вполне хватает. Мне кажется, основной акцент акции нужно сместить на придомовые территории, внутрь городских кварталов, – сказала участница городского общественного совета по вопросам ЖКХ Надежда Волохина.

## О газонах и цветах

В этом году площадь засева газонов в Нижневартовске увеличится, как и число цветов на улицах города. Но это не будет некий взрывной рост и тотальный засев каждого клочка земли. Все в пределах разумного.

Посевные материалы, в общем и целом, тоже останутся привычными нам. Как отметил главный инженер предприятия «САТУ» Владимир Хвостанцев, из цветов мы увидим тюльпаны и петунии, которые хорошо себя зарекомендовали в нашем климате, да и для газонов будет использована привычная смесь нескольких видов семян. Причина та же – наш климат не создан для выращивания роз, магнолий и прочей прекрасной экзотики.

В этом году, по его словам, даже сами посевные мероприятия и размещение вазонов с цветами начнутся позже обычного. Весна была затяжной и холодной. Земля еще не прогрелась толком и это обязательно скажется на графике проведения работ. Человек предполагает, а Север располагает.

## За чей счет озеленяют город?

Как выяснилось, расходы из бюджета на процесс озеленения города не так уж велики. Основные затраты приходится на предприятия, работающие на подрядной основе и спонсорскую помощь. Она бывает разной. Это может быть, например, высадка сотни саженцев, купленных на средства фирмы, на территории самой организации. Или же озеленение микрорайонов за счет управляющих компаний, которые обязаны благоустроить жилой фонд. Возможны волонтерские, общественные проекты. Так, городское сообщество предпринимателей собрало несколько сотен тысяч рублей, чтобы посадить у спортивного комплекса «Юбилейный» на Комсомольском озере более 100 кустов сирени и саженцев калины.

## А приживутся ли растения?

Этот вопрос задают себе многие горожане. Спешим успокоить: большая часть – да. По данным городских экологов, 82% саженцев идут в рост и сохраняют отменное здоровье. Из 18% погибших саженцев лишь 2-3% приходится на естественные причины, а все остальное – на внешние факторы. Саженцы хрупки и сочны, что делает их привлекательным объектом для собак – погрызть, поточить зубы. Есть множество других опасностей. Например, детвора на территориях школ или во дворах может заиграться и поломать, трактор при очистке снега сгрести и т.д.

По словам Олега Попенко, эту часть вопроса в управлении экологии и природопользования тоже отслеживают. Юридические лица штрафуют за порчу насаждений и заставляют все восстанавливать.

Что же до детворы и собак, то тут сложнее, к каждому зеленому уголку охранника не поставишь. Именно поэтому красивые и востребованные сорта растительности (сирень, например) стараются сажать в тех местах, которые хорошо просматриваются камерами уличного наблюдения. Чтобы ни у кого не возникло соблазна выкопать кустик или дерево для собственной дачи.

## Будет концепция, будет рост

В ближайшие годы в Нижневартовске не станут сажать меньше деревьев. Курс властей на озеленение города никуда не исчезнет. Но вот подход к нему станет еще более системным. Деревья и сейчас высаживают не как попало, а в рамках четкого сезонного плана. Вскоре в дополнение к нему появится и единая концепция. Ее создание уже началось, но предстоит еще много работы. Специалисты изучат состав нижневартовских почв и ветровую нагрузку в разных районах города, проанализируют опыт проделанной работы и множество других деталей, чтобы получить итоговый документ. Он станет хорошим подспорьем при озеленении города на десятки лет.

За этот срок, кстати, те саженцы, что сейчас выглядят как хрупкие тростинки, превратятся в настоящие деревья. Буквально пять-семь лет и никакие вандалы или собаки им будут уже не страшны. А еще через пять – Нижневартовск превратится в один из самых зеленых городов Югры, на улицах которого будут шуметь от ветра кроны, всем хватит тени в редкие жаркие дни, а в самых популярных прогулочных местах будет царить прекрасный запах сирени.

# Не панацея, но реальный шанс



Беседовал Андрей Бондарев

**Проблема наркомании и алкоголизма для современного общества – одна из самых острых. Фармацевтические компании соревнуются в изобретении все новых чудо-пилюль или уколов, которые якобы гарантированно приводят пациентов к длительной ремиссии и помогают справиться с проблемой. Но официальная статистика безрадостна: медикаментозное лечение избавляет от зависимости лишь 6-8 наркоманов и алкоголиков из 100. Да и эти результаты на поверку достигаются не благодаря уникальным препаратам, а путем одновременной с приемом лекарств работы больного над собой. Тем же самым, только без таблеток и инъекций, занимаются в современных реабилитационных центрах для алкоголиков и наркоманов. Отношение к ним в обществе неоднозначное. Большинство центров – частные, и вокруг них то и дело появляются волны негатива в СМИ по поводу негуманного отношения к тем, кого они берутся спасать, вытаскивая из трясины. Но, как ни крути, именно комплексная реабилитация в подобных учреждениях дает результат, который и не снился традиционным наркологическим клиникам. О том, как это происходит, мы спросили у руководителя реабилитационного наркологического центра (РНЦ) «Альтернатива» (г. Тюмень) Дмитрия РОМАНОВА.**

**- Дмитрий, зачем вообще нужны центры, подобные Вашему? Разве нельзя при большом желании бросить наркотики или алкоголь самостоятельно или обратившись к врачам-наркологам?**

- У человека всегда есть выбор. Даже среди наркоманов встречаются те, кому удастся самостоятельно научиться не употреблять наркотики. Есть алкоголики, которые могут сами, без посторонней помощи и особых условий, бросить пить. Есть те, кому помогают так называемые кодировки. Но таких всего около 1-6%. Начинают все этого: капельницы, больницы, психоневрологические диспансеры, иногда – шаманы, экстра-сенсы или священники. К нам приходят, как правило, когда человек уже все перепробовал. Но приходят, зачастую, не понимая сути реабилитации, воспринимая пребывание в центре как некую «передержку» в условиях, не позволяющих проявляться вредным привычкам. На самом деле все гораздо сложнее. Практически каждый химически зависимый человек не перестает быть таковым никогда. Но он может научиться жить в трезвости вопреки своей зависимости. Причем, жить полноценной, яркой и интересной жизнью. Помочь ему это сделать – задача процесса реабилитации, длительного и трудоемкого. Быстро преодолеть зависимость невозможно. Тут счет идет не на дни и недели, а на месяцы и годы.

**- Вот Вы говорите: «химическая зависимость». А что это такое?**

- Когда человек употребляет психоактивные вещества, в его организме происходят изменения. Организм сначала приспособливается, а потом привыкает к постоянному присутствию этих веществ, включает их в химические процессы, которые, помимо прочего, лежат в основе высшей нервной деятельности. Наши эмоции, страхи, переживания – в основе всего этого лежит химия. Поэтому алкоголь и наркотики изменяют сознание не только на определенный промежуток времени, но и «в долгую». Они меняют отношение к жизни, к ее содержанию. То, что раньше приносило удовольствие, становится неинтересным, меняется ценностная шкала и так далее.

Главная проблема алкоголика или наркомана не во внутренних органах, не в печени и селезенке, а в мозгах, точнее сказать – в душе. Беда зависимого человека в том, что он не может не употреблять, но в то же время не отдает себе отчета в том, почему это происходит. Эта болезнь действует очень хитро. Она повреждает не интеллект, не жизненный опыт и не силу воли. Она повреждает само мнение! То есть то, ради чего могли бы работать все эти три инструмента. А изменить оценку происходящего инъекцией или таблеткой можно лишь на короткое время. Потом все возвращается на круги своя. Наркомания и алкоголизм – это не само употребление как таковое. Это состояние, которое приводит к употреблению. И разбираться нужно не с последствиями срыва, а с тем, что происходит с человеком до того, как он в очередной раз понимает, что не может не употребить. Реабилитация – это возврат к состоянию, которое было потеряно, в котором тяги не возникает.

**- Как правильно квалифицировать то, чем Вы занимаетесь?**

- Это деятельность на стыке психологии и социальной работы, хотя лично я не люблю подобные определения. Жизнь богаче и интереснее, чем формальное описание с помощью научных терминов того, что происходит в центре. При желании у нас можно найти и элементы коучинга, например. Кстати, в центре нет людей, которые бы сами на себе не испытали химической зависимости. С зависимыми работают те, кто сам испытывал те же проблемы, но сумел пройти путь к трезвой жизни.

**- Вы имеете в виду штатных специалистов?**

- Да. Штат центра состоит из шести человек. В центре работают администраторы, специалисты по химической зависимости, психолог и повар. Два сотрудника имеют психологическое образование. Медицинских работников нет – мы не оказываем медицинские услуги, у нас безмедикаментозная реабилитация. Но если требуется помощь узких специалистов, то мы обращаемся в местную поликлинику либо в стационар. Штат у нас оптимальный для своих масштабов. Центр рассчитан на 20 койко-

мест и в год реабилитацию проходят 40-45 человек. Все это мужчины, по нашим правилам мы не принимаем на реабилитацию женщин.

**- Сколько должен находиться в центре человек, на что вы ориентируете людей?**

- Мы ориентируем не на время, а на работу над собой. Для более выраженной и устойчивой ремиссии рекомендуемый курс составляет 6-8 месяцев. До полугода – основной курс в реабилитационном центре, плюс курс социальной адаптации в городе, в естественной среде. В этот период реабилитанты учатся применять полученные знания и опыт в повседневной жизни под бесплатным патронажем наших специалистов. Мы продолжаем общаться. Пациент может в любое время приехать, это своего рода профилактика, которая всегда проще новой реабилитации. Качество выздоровления зависит от проделанной работы. Если человек прошел длительный курс реабилитации, прошел социальную адаптацию и выполняет в дальнейшем все наши рекомендации, он будет трезвым. Если прерывает курс, шансы на выздоровление, конечно, снижаются. Бывают такие, которые проходят курс, потом срываются. Но часть из них все-таки впоследствии выздоравливает.

**- А бывают случаи, когда реабилитанты досрочно покидают центр?**

- Конечно. Удерживать силой мы не можем, это незаконно. Да и методы принуждения не работают. Если человек захочет, он уйдет. Вместо физического воздействия идет психологическое убеждение со стороны коллектива. Иногда достаточно дать отсрочку на один день: «Уйти всегда успеешь». Он остается и на следующий день – совсем другой разговор. Или доносим простую мысль: «Всех, кто тут находится, также «ломало», они тоже боролись с искушением вернуться обратно, туда, где ничто и никто не будет препятствовать употреблению. Чем ты хуже? Почему они смогли, а ты не сможешь?». Если человек настроен на реальную реабилитацию, эти аргументы срабатывают.

**- Каким образом вся эта деятельность регулируется законодательно?**

- На сегодняшний день работа частных немедицинских ре-

абилитационных центров не лицензируется в обязательном порядке. Сертификация есть, но она добровольная. Работа по созданию нормативной базы со стороны государства ведется. Но, к сожалению, пока нет единых норм. Основная проблема – уже затронутый в нашей беседе принцип добровольности, который мы должны соблюдать. Мы не имеем права удерживать человека. Можем лишь разговаривать, убеждать. Государственные учреждения также соблюдают принцип добровольности. Правда, там, как правило, реагируют проще: хочешь идти – иди! Что касается контроля, мы открыты для любых заинтересованных органов. Нас курирует УМВД, обязательно с ними взаимодействуем, поскольку практически всегда на реабилитации есть люди с условным сроком наказания. Они должны отмечаться, а когда проходят реабилитацию, это невозможно. Объясняем, находим решения.

**- А кто заключает с центром договор на оказание услуг по реабилитации?**

- Договор, как правило, трехсторонний – вместе с реабилитантом заказчиком, который оплачивает услуги, выступает кто-то из родственников. Прописывается перечень всех услуг: реабилитация, проживание, питание. Большой прибыли нет, доходы позволяют центру нормально функционировать и поддерживать техническое состояние. Коллектив центра рассматривает свою работу не столько как бизнес, сколько как выполнение определенной миссии по оказанию помощи, в которой в свое время нуждались мы сами.

**- Что представляет собой сам курс, который проходят в «Альтернативе»?**

- Это авторская методика, разработанная центром, она основана на известной программе «12 шагов», но не сводится к ней, предполагает более широкий комплекс мероприятий. Распорядок дня в центре строго регламентирован. Подъем в 8.00, отбой в 24.00. Утро начинается с пробежки и зарядки с элементами закаливания. Затем – серия групповых занятий и самостоятельной работы: настрой на день, лекции о выздоровлении и о природе химической зависимости, индивидуальная работа по программе «12 ша-

гов», работа в терапевтической группе взаимопомощи по типу групп анонимных наркоманов и анонимных алкоголиков. В конце дня – планерка – итоговое вечернее собрание, которое призвано помочь подытожить свои результаты за прошедший день. Неотъемлемой частью жизни в центре является трудотерапия как средство выработки самодисциплины и ответственности. Мы не работаем на кого-то или для кого-то, а лишь используем труд в целях терапии: ежедневная работа по поддержанию чистоты и порядка в центре и на прилегающей к нему территории. У нас имеются сад и огород, участники программы обрабатывают почву, выращивают овощи, ягоды, собирают и перерабатывают урожай. Трудотерапия занимает не более трех часов в день.

**- Знаю, что к вам едут люди из Нижневартовска, Сургута, из других северных городов. Хотя у нас тоже есть подобные центры. Чем вы привлекаете клиентов?**

- Наверное, работает «сарфанное радио». Те, кто у нас побывал, рассказывают знакомым, делятся результатами. Почему покинуть свой город бывает полезно, думаю, объяснять не надо. Иногда расстояние тоже сдерживает. Некоторые ездят и на Камчатку, но это тоже крайность. Уехать на реабилитацию из Югры в Тюмень – очень удобный вариант.

**- Как выглядит статистика результативности реабилитационных мероприятий?**

- Мы с 2008 года работаем. Всего за 10 лет прошли реабилитацию около 400 человек. В год проходит примерно 40-45. С глубоким убеждением могу сказать: то, что мы предлагаем, – работает. Считается, если человек в течение трех лет находится в ремиссии, то, скорее всего, он останется здоровым. Если брать статистику трезвости наших ребят после реабилитации, то за год это будет процентов 70, если за три года – процентов 30-35. Это достойные результаты.

**- Что посоветуете тем, кто лично столкнулся с проблемой химической зависимости и ищет путей избавления?**

- Тем, кто пришел к осознанному желанию научиться не подчиняться своей зависимости, уметь жить с ней, но не под ее властью, предстоит большая и серьезная работа. Если вы приняли решение, мы всегда готовы помочь вам этому научиться. Расскажем, как достичь трезвости через цепочку последовательных шагов, которые помогут вам изменить свое мышление, представление о себе и своем месте в мире, который нас окружает, будем рядом и поддержим в трудную минуту. Реабилитация – это не панацея, но серьезный шанс. Главное, решиться.

**КОНТАКТНЫЙ НОМЕР  
РНЦ «АЛЬТЕРНАТИВА»  
(г. ТЮМЕНЬ):  
+7-912-393-79-47**

# Конкурсы этого лета

Лето – это не только период отпусков и мытья водой из тазиков. Ученые считают, что именно в это время года наши творческие силы и воображение работают эффективней всего. Мы придумываем нечто новое, фотографируем, хватаемся за новые идеи и стараемся забыть о рутине долгой зимы.

«Почему бы не направить этот творческий порыв в полезное русло?», – подумали мы и подготовили для вас небольшую подборку конкурсов (федеральных, международных, региональных), в которых сможет принять участие человек любого возраста: от ребенка до пенсионера. Причем, при выборе мы ориентировались на те акции, для участия в которых понадобится командная работа всей семьи, но не слишком сложные, чтобы у участников получилось управиться с заданием за день-два. Прием работ на эти конкурсы уже открыт или начнется в ближайшие месяцы. Дерзайте!

## Лес глазами детей



Это экологический конкурс в котором могут принять участие дети в возрасте от 6 до 18 лет, а также взрослые (в рамках номинации «Семейное творчество»). За призовые места участники конкурса могут побороться в пяти комбинированных номинациях, каждая из которых включает в себя литературное творчество.

Иными словами, нужно написать мини-рассказ, эссе, сказку, былинку, стихотворное произведение на тему защиты лесных богатств Югры и ее природных объектов, вод и земли. А в дополнение к этому придется проявить художественный талант, нарисовав рисунок, к примеру, или сделав хороший фотоснимок или поделку из природных материалов: камешков, листьев, веточек.

Более подробную информацию об условиях конкурса можно получить

на сайте природопользования природных ресурсов ХМАО – Югры: [ugrales.ru](http://ugrales.ru). Прием работ открыт до 10 июня включительно и направлять их нужно по адресу: 628007, г. Ханты-Мансийск, ул. Дунина-Горкавича, 1/2, каб. 6, отдел информационных систем лесного хозяйства департамента, с пометкой «Конкурс «Лес глазами детей-2018». Также их можно отнести в Нижневартовское лесничество по адресу: ул. Лопарева, 77. Последний вариант даже предпочтительней, ведь при подаче работ нужно будет заполнить заявку и заявление на обработку персональных данных.

Победители и призеры конкурса получат дипломы и ценные подарки от организаторов. Число призовых мест весьма велико, а также возможно введение дополнительных поощрений, на усмотрение жюри.

## Вместе против коррупции



Генеральная прокуратура РФ в 2018 году выступает организатором Международного молодежного конкурса социальной рекламы антикоррупционной направленности на

тему «Вместе против коррупции!». Конкурс проводится в рамках деятельности Межгосударственного совета по противодействию коррупции, соглашение об образовании которого подписали Армения, Беларусь, Казахстан, Кыргызстан и Таджикистан, выступающие соорганизаторами мероприятия.

Прием работ будет осуществляться со 2 июля по 19 октября 2018 года на официальном сайте конкурса: [anticorruption.life](http://anticorruption.life) по двум номинациям – «Социальный плакат» и «Социальный видеоролик». Информация о проведении конкурса также размещена на официальном сайте Генеральной прокуратуры Российской Федерации.

Торжественная церемония награждения победителей конкурса будет приурочена к Международному дню борьбы с коррупцией – 9 декабря. Они получат почетные дипломы и ценные подарки от организаторов.

## Творческий конкурс «Югре – 900»

Все мы помним викторину «Югре – 900», которая прошла одновременно с выборами. Ее победителям раздали десятки квартир и машин. Но этой акцией проект не ограничился и сейчас стартовал творческий конкурс с одноименным названием.

Его участник может подать не более одной творческой работы в каждой номинации конкурса. При этом работа обязательно должна быть авторской и посвящена историческим событиям, связи прошлого и настоящего, связана с просветительской программой «Многовековая Югра».

Номинации следующие: «Сочинение о своем городе, поселке, истории семьи» (включает две подноминации: «Проза» и «Поэзия»), «История для социальных сетей», «Видеоролик о своем городе, поселении, истории семьи», «Серия фотографий о своем городе (поселении, истории семьи)», «Детский рисунок» (авторы будут разделены на три возрастных группы), а также «Идея для цикла исторических мультипликационных фильмов».

Для участия в конкурсе во всех номинациях (кроме «Детского рисун-



ка») необходимо подать заявку через электронную форму, размещенную на портале «Открытый регион – Югра» ([myopenugra.ru](http://myopenugra.ru)) в период с 1 июня по 28 августа включительно.

В номинации «Детский рисунок» работы направляются почтой по адресу: 628011, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Ханты-Мансийск, ул. Комсомольская, д. 31, АУ ХМАО – Югры «Центр «Открытый регион». Полный список победителей будет опубликован на портале «Открытый регион – Югра» 11.09.2018 г. Авторы лучших работ будут ждать ценные подарки.

## Конкурс эссе «Тепло семьи»

Объявлен всероссийский конкурс эссе «Тепло семьи». Дедлайн 11 июня 2018 года. Его целью является популяризация традиционных семейных ценностей, а организатором – благотворительный фонд «Будь Человеком!». К участию приглашаются все желающие старше 18 лет.

На конкурс принимаются заявка участника и написанное конкурсанта эссе объемом до двух страниц по теме: «Традиции моей семьи». Оно должно быть оформлено в соответствии с требованиями конкурса, которые можно прочесть (а также скачать бланк заявки) по адресу: [vk.com/orenblago](http://vk.com/orenblago).

Готовые работы представляются в цифровом формате на электронную почту по адресу: [orenblago@yandex.ru](mailto:orenblago@yandex.ru). Все участники получают электронные благодарственные письма, а призеры – сувенирную продукцию.

Наградной комплект победителя состоит из участия в проекте «Тепло семьи» в Республике Крым с 11 по 24 августа 2018 года (проживание на базе «Ясно» (г. Севастополь, п. Андреевка, ул. Верхняя, 51), трехразовое питание, участие в мероприятиях проекта) и диплома победителя.



## В отпуск с Андреем Малаховым!

Объявлен всероссийский конкурс «В отпуск с Андреем Малаховым!» в 2018 году. Дедлайн 31 мая 2018 года. Организатор: журнал «СтарХит».

В этом году «СтарХит» просит участников рассказать о близких и знакомых, которых смело можно назвать настоящими героями, чьи дела и поступки служат примером для подражания. Это может быть спортсмен, добившийся победы; врач, спасающий жизни; женщина, ставшая мамой приемных детей, или почтальон, из года в год приносящий радостные новости в ваш дом. Те, для кого каждый прожитый день в силу обстоятельств – подвиг. И все эти герои рядом с вами!

Расскажите о прекрасных людях, что вас окружают, поделитесь историей о близких (или даже о себе самом). О тех, кто делает вашу жизнь добрее.

Для участия в конкурсе до 31 мая отправьте письмо на электронную почту: [otpuskmalahov@mail.ru](mailto:otpuskmalahov@mail.ru) или заполните форму обратной связи на сайте конкурса. Расскажите нам, почему именно вы или ваши родные достойны оказаться в числе победителей. К заявке необходимо приложить фото, а также указать контактные данные (фамилию, имя, телефон).

Авторы десяти самых ярких рассказов на тему «Кто такой национальный герой для вас и почему он должен стать попутчиком Андрея Малахова» получат в качестве приза туристическую путевку.

# Окрошка: главные секреты приготовления

Окрошка - одно из самых популярных блюд в России. Это холодный суп, в основе которого традиционно используют квас. Название блюда произошло от слова «крошить». В его составе присутствуют мелко нарезанные овощи, мясо или рыба. В старину на Руси окрошку готовили на капустном или огуречном рассоле. В современном варианте для окрошки используют кефир, йогурт, кислое молоко, минеральную воду или пиво.

ли полбу. А вот в обед, когда был самый пик судорог, бурлакам давали квас и сушеную воблу. Так как у них были проблемы с зубами, приходилось размачивать воблу в квасе.

Немного позже крестьяне стали собирать в прибрежных огородах картошку, огурцы, репу, редис. Они начали для сытости добавлять в квас с воблой эти ингредиенты. Так появилась окрошка.

## Что можно класть в окрошку

Традиционно в состав окрошки входят: картофель в мундире, огурцы, морковь, редис, зелень. Также можно добавлять разные нежирные сорта отварного мяса отварное мясо, рыбу или курицу. Чаще всего за основу берут говядину или куриную грудку. Мясо должно мягким и нежным.

Если выбираете рыбу, тогда желательно использовать виды со сладковатым вкусом – судак, треска, линь. Предварительно ее отваривают и нарезают на мелкие кубики. Перед самой подачей на стол можно ввести вареные яйца и сметану.

В современных вариантах окрошки используют копченую рыбу, колбасу,

майонез. А это, соответственно, делает блюдо менее полезным и слишком калорийным.

Овощей и мяса в окрошке должно быть в равных пропорциях.

## Домашний квас для окрошки

От того, насколько качественный квас будет использоваться для окрошки, будет зависеть вкус блюда. Желательно использовать кислый квас домашнего приготовления, лучше белый. А если вы выбрали вариант окрошки с рыбой, то ее можно подкислить лимонным соком.

Сладковатый квас подходит для овощной и мясной окрошки. Чтобы блюдо получилось более острым, можно сделать предварительно заправку из горчицы, перца, зеленого лука, желтков и небольшого количества кваса. Этим смесью следует залить нарезанные ингредиенты и дать немного настояться. Вместо горчицы можно использовать хрен.

## Окрошка с низким содержанием калорий

Окрошка может стать прекрасным блюдом для тех, кто пытается похудеть.

В этом случае важно из ее состава исключить высококалорийные продукты или добавлять их в небольших количествах. Например, используйте нежирное отварное мясо, рыбу или птицу вместо колбасы и копченостей. Готовьте окрошечную смесь не на квасе, а на обезжиренном йогурте или кефире.

Следует помнить, что диета на окрошке предполагает употребление свежих овощей, фруктов и соков. Необходимо ограничить употребление жирных сортов мяса, жареных продуктов. А также умеренно следует потреблять хлеб.

## Порядок закладки продуктов

Для любой окрошки существуют основные правила ее приготовления. Главное их придерживаться, тогда получите нужный результат. Итак, как же правильно готовить окрошку?

Вначале готовится овощная гуща из нейтральных овощей. Нарезать все следует небольшими кубиками.

Если вы будете использовать мясо или рыбу, тогда смешайте все вместе в равных пропорциях.

Введите пряную окрошечную смесь и дайте настояться не меньше 30 минут.

Добавьте зелень. Все смешайте с квасом, кефиром, йогуртом или пахтой.

Перед подачей на стол добавляйте сметану.



## Немного истории

Существует версия, что окрошка появилась благодаря бурлакам. По утрам крестьян кормили кашей, на ужин дава-

Инструмент маляра	Тонкая устрица	Очень много	Блюдо из сырой рыбы	Полоса дачного огорода	Каменный Пушкун	Годовичный прибор	Ценитель вкусного	Магистр в Сорбонне	Дверное отверстие	Русский помещик
Право на имущество соседа	Смерть для бомбы	Мера большого веса	Клич атаманский	Он шагнет за актёра	Столица Чад	Свадебный финал	И японец и нитянец	"Колода" причёска	Застывший десерт	Художник - Брюллов
Побережье Балтики	Самостоятельная флейта	Цветочная конфекта	Норвежская гончая	Естественная планка на ноге	Танси в Англии	Ранна на конке от стекла	Предельное совершенство	Топливо для лампы	Сотрудник по поручению	
Ломь в сказке	Сонное отверстие рта	Ненастный едок	Рожок молодого оленя	Метатель чёрной икры	Шоубалет Духовой	Килевая яхта	Вал с лопастями	Восточные высушенные	Часть стая	Парочка из мира обуви
Холм из снега	Старинная машина и станков	Закром для муки зерна	Западный ветер	Заработок автора	Незамеченная из Лондона	Пантелевова "республика"	Грибная сумка	Рыбный улов медведя гризли	Ретроавто из Франции	Длинное змея не найдешь
Позволяющий жест	Пань отшлифованного камня	Дело для фена	Дополнение к плееру	Камень с Луны	Булка дугой	"Арион" - лаг Сонянищина	Корейская русалка	Дедушка из семьи "ту"		
Обида и огорчение	Лопатка канониста	Львиная реборка в тороках	Теплый шарф под пальто	Бранные слова	Чусова и Гребешова	Его ключик как мешок	Индийский шахматист			
Рыбачья ловушка	Расторитель лана	Мелкие мамино-важные овощи	Пупильников пучистов	31,25 г в Китае						
Головной убор на утренник	Гитара древних греков									

**У меня получилось слово:**

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

**ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД**

**Величие**

П С Г Р Я Д К А П Б  
 К А Р П А Ч О А Г У Р М А Н  
 И О В Ш Т С У О Л Е Р О Р  
 С Е Р В И Т У Т Ъ Е Е Ж И К  
 Т В З М О Р Ь Е Н Д Ж А М Е Н А  
 Ч О К А Р И Н А П Е Р Е З Л Е Л  
 К Р И В Д А Е Н Е К Т А Р Г Е  
 А Р У О С Б Ж О Р А Т О Д Е С  
 И З Н О С К Е Е С Л А С Т И  
 У У В Е С Т Г О Н О Р А Р  
 Р Т Е О Т М А Ш К А  
 Б С Ф И Н К С У Ш К А  
 Д О С А Д А И Е Р О Г А Л И К  
 О В Е Р Ш А Д К А Ш Н Е У Л Ь О  
 А Ц Е Т О Н Х У Н Т А А Н А Н Д  
 В С П И К У Л Я И К О Г О Р Т А  
 К О Л П А К Л Я Н К О Г О Р Т А  
 А О К И Ф А Р А

**АНЕКДОТЫ**

- Вы уволены за систематические прогулы!  
 - Можно подумать, что если бы я прогуливал хаотично, то вы бы меня оставили...

\*\*\*

На собеседовании:  
 - Назовите ваши сильные стороны.  
 - Успешно подавляю рыдания перед тем как зайти в офис после выходных.

\*\*\*

Муж:  
 - Дорогая, у тебя чулки помялись.  
 Жена, влив мужу пощечину:  
 - На мне нет чулок!

\*\*\*

Я открыла в себе женщину. Подскажите, как закрыть ее обратно, у меня нет столько денег!

\*\*\*

Звонок в дверь:  
 - Здравствуйте, я настройщик пианино!

\*\*\*

- Но я не вызвала никакого настройщика!  
 - Я знаю, это ваши соседи вызвали.

\*\*\*

Сегодня ехала в удивительном автобусе - в нем стояла абсолютная, полная тишина. Люди входили, тихо оглядывались, молча ехали, так же тихо выходили. Не играло радио, не объявлялись остановки, даже телефоны не звонили. А знаете почему? Кондуктор сладко спала на заднем сиденье, никто не хотел будить ее.

## ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

## ЖИЛЬЕ

- ПРОДАЕТСЯ 2-комн. кв. индивидуальной планировки в кирпичном доме (63,3 кв. м, 8 мкр.). Собственность. Подробности – по телефону. Посредников прошу не беспокоить. Телефон 64-87-40.
- ПРОДАЕТСЯ комната в 3-комн. кв. пермпроекта (13 мкр., 5 эт. 9-эт. дома). Цена 730 тыс. руб. Торг при осмотре. Тел. 54-04-02.
- ПРОДАЕТСЯ комната (17,2 кв. м) по адресу: ул. Менделеева, 10. Собственник. Тел. 8-912-533-78-04.
- СДАЕТСЯ 2-комн. кв. в «ипотечной долине» по ул. Мира (частично меблирована) на длительный срок ответственным людям. Тел. 507-102.
- СДАЕТСЯ 1-комн. кв. в 10А мкр. на длительный срок. Цена 20 тыс. руб. в месяц + счетчики. Тел. 8-922-441-21-56.
- СДАЕТСЯ 1-комн. кв. в 5 мкр. (р-н «Империи Т», меблирована) на длительный срок славянами без детей. Недорого. Тел. 24-76-17.
- СДАЕТСЯ комната в бывшем общежитии на длительный срок (10 кв. м, частично меблирована). Телефон 8-922-410-58-25.
- 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 (отопление, водоснабжение, баня, теплица, насаждения, земля 9 соток), рядом р. Обь. Прописка. Тел. 8-922-418-92-51.

## ДАЧИ

- ПРОДАЕТСЯ дачный участок в СОНТ «Просека» (8 соток, 3-комн. дом с печкой, баня, дровник, колодец (не замерзает), беседка, емкость под воду 4 куб. м, теплица 2Х3 м, все насаждения, свет и подъезд круглый год). Цена 800 тыс. руб., торг при осмотре. Телефон 8-922-77-27-136.
- ПРОДАЕТСЯ дачный участок в СОНТ «У озера» за Старым Вартовском (10 соток, огорожен, электричество, дорога). Цена договорная. Телефон 44-87-66.
- ПРОДАЕТСЯ дача с овощехранилищем в СОНТ «Татра» (4 сот., свет, подъезд круглый год). Недорого. Тел. 64-87-40.
- ПРОДАЕТСЯ дачный участок на 18 км по мегионской трассе (7 соток, не затопливается, в собственности). Тел. 8-919-530-70-00.
- ПРОДАЕТСЯ дача в г. Мегионе в СОНТ «Обь» (16 соток, 2-эт. дом, баня, теплица, насаждения, озеро, свет, емкость под воду). Цена договорная. Культиватор – в подарок! Тел. 8-950-524-73-15.
- ПРОДАЕТСЯ дача в СОНТ «Ивушка» в г. Мегионе (7 соток, дом: две комнаты, прихожая, кухня, застекленная веранда; насаждения, хозяйственные, вода – с мая по сентябрь, свет – круглый год, подъезд круглый год, не затопливается). Цена 900 тыс. руб., торг при осмотре. Тел. 8-952-722-31-10.

## РАЗНОЕ

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

- ПРОДАЮТСЯ телевизор «Сони» (диагональ 55”) в отличном состоянии и стиральная машина-полуавтомат «Тошиба». Цена договорная. Телефон 24-76-17.
- ПРОДАЕТСЯ электроплита (4 конфорки), б/у, в хор. сост. Цена 3 тыс. руб. Тел. 24-37-31.
- ПРОДАЕТСЯ стиральная машина «Малютка» в отличном рабочем состоянии. Тел. 24-86-10, вечером.
- ПРОДАЕТСЯ кухонный гарнитур цвета «ольха» (длина – 1, 9 метра, мойка из нержавеющей стали, смеситель, вытяжка – в комплекте), б/у, в хорошем состоянии. Цена 20 тыс. руб., торг при осмотре. Тел.: 8-904-460-81-65, 27-45-75.
- ПРОДАЕТСЯ шуба «автоледи» из меха ламы, капюшон - соболь (р. 52-54) на женщину невысокого роста. Цена 50 тыс. руб., торг. Тел. 69-90-23.
- ПРОДАЕТСЯ раритетная вешалка (натуральные олени рога). Телефон 8-919-530-70-00.
- ПРОДАЕТСЯ кабель двужильный (13 м, медный провод). Тел. 8-919-530-70-00.
- ПРОДАЮТСЯ новые и б/у электрические плиты, микроволновые печи, пылесосы, шашлычницы, обогреватели, вентиляторы, фены, чайники, инструменты, электроустановочные изделия. Тел. 54-21-78.
- ПРОДАЮТСЯ 3D ручки (имеется дополнительный пластик 15 цветов). Цена 2 тыс. руб. Тел. 351-51-69.
- ПРОДАЮТСЯ новые и б/у запчасти на советские автомобили, подкрылки, стеклопластиковые пороги, прицепные устройства, резина. Тел. 54-21-78.
- ПРОДАЕТСЯ или СДАЕТСЯ В АРЕНДУ контейнер 20 тонн по адресу: ул. Ленина, стр. 11 (за ТЦ «Уют»). Телефон 8-932-437-09-90.
- ПРОДАЕТСЯ или СДАЕТСЯ В АРЕНДУ капитальный гараж в ГСК «Арсенал» в черте города. Тел. 24-76-17.
- КУПЛЮ радиодетали новые и б/у: транзисторы, микросхемы, реле, разъемы, контакты, радиооборудование и др. Тел. 8-908-897-22-36.

## УСЛУГИ

- УСЛУГИ по ремонту и обслуживанию автомобильных аккумуляторов (выезд к заказчику). Тел. 54-21-78.
- ОПЫТНЫЙ РЕПЕТИТОР по математике для учащихся 9-11 классов. Тел. 41-32-85.

## ЖИВОТНЫЕ

- ПРОДАЮТСЯ щенки бернского зенненхунда (возраст – 5 мес., документы РКФ). Тел. 8-912-932-733-33.
- ПРОДАЮТСЯ щенки лабрадора (1,5 мес., привиты, документы РКФ, родословная, окрас черный). Тел. 235-497.
- ПРОДАЮТСЯ кролики (возраст – 3-6 мес.). Тел. 8-982-524-90-00.
- ПРОДАЮТСЯ котята мейн-куна – самой большой домашней кошки в мире (с рысьими кисточками на ушах и огромными мохнатыми лапами). Девочки, возраст 5 мес. Воспитанные, игривые, ласковые. Приучены к лотку и когтеточке. Кушают сухой корм. Тел. 8-912-934-99-38.

## УТЕРЯ

- АТТЕСТАТ, выданный МОСШ № 20 г. Нижневартовска, на имя Бооль Светланы Эдуардовны считать недействительным.

## 30 мая 2018 г. в 12.30 состоится прямой провод с жителями города

## Список руководителей администрации города, принимающих участие в работе прямого провода

Тематика вопросов	ФИО, должность руководителя администрации города	Телефон
Вопросы образования, опеки и попечительства, культуры, спорта, молодежной политики, взаимодействия с общественными объединениями и некоммерческими организациями города	<b>Волчанина Надежда Геннадьевна</b> , заместитель главы города по социальной и молодежной политике	24-14-10
Вопросы жилищно-коммунального хозяйства, жилищной политики, транспорта и связи, предупреждения чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности населения города	<b>Коротаев Максим Александрович</b> , заместитель главы города, директор департамента жилищно-коммунального хозяйства администрации города	41-69-79
Вопросы планирования, формирования и исполнения бюджета города, организации финансового контроля в части использования средств бюджета города	<b>Кощенко Дмитрий Александрович</b> , заместитель главы города	27-28-50
Вопросы муниципального контроля, защиты прав несовершеннолетних, природопользования и экологии, размещения наружной рекламы, профилактики экстремизма, терроризма, наркомании, правонарушений	<b>Лукаш Николай Владимирович</b> , заместитель главы города	24-22-63
Вопросы градостроительства и архитектуры, застройки территории города, проектного управления, инвестиционной деятельности, концессии и муниципально-частного партнерства, развития промышленности	<b>Ситников Виктор Петрович</b> , заместитель главы города по строительству	24-12-20
Вопросы имущественных и земельных отношений	Шилова Татьяна Александровна, заместитель главы города, директор департамента муниципальной собственности и земельных ресурсов администрации города	24-15-11
Вопросы организации работы с обращениями граждан и юридических лиц, награждения государственными, окружными и городскими наградами, государственной регистрации актов гражданского состояния, формирования и содержания муниципального архива	<b>Морозова Наталья Владимировна</b> , управляющий делами администрации города	24-15-13
Вопросы правового обеспечения деятельности администрации города, реализации прав граждан	<b>Крутовцов Александр Алексеевич</b> , начальник юридического управления администрации города	24-53-24

## Меняйте паспорт через Госуслуги. Дешевле выйдет

Отдел по вопросам миграции напоминает, что при обращении граждан через государственный портал предоставления государственных и муниципальных услуг по выдаче (замене) паспорта гражданина РФ, удостоверяющего личность гражданина Российской Федерации на территории РФ составляет: по достижению 20-летнего, 45-летнего возраста, изменения фамилии, имени, отчества, даты и места рождения, изменения внешности, изменения пола, с обнаружением неточности или ошибочности произведенных

в паспорте записей – 210 рублей, по непригодности использования паспорта – 1 050 рублей.

Оплата при личном обращении в правоохранительные составляет, соответственно, 300 и 1500 рублей соответственно, сообщает пресс-служба УМВД России по Нижневартовску.

Стоит добавить, что портал gosuslugi.ru позволяет получить скидки и на многие другие виды услуг. Если вы еще не завели (и не подтвердили) аккаунт на этом сайте, то стоит рассмотреть такую возможность.

**МЕЙН-КУН Эверест (d22 красный мрамор, д.р. 27.12.17) ждет своих котородителей! Цена максимально снижена! Перед отъездом будет кастрирован! Станет украшением самого счастливого дома и будет радовать своих новых хозяев! Тел. 8 922 432 7133.**



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 24 мая 2018 г. Время подписания номера в печать: по графику – 14.00 фактически – 11.00 Заказ № 742

Номер набран и сверстан в издательском центре редакции. Отпечатано в ООО «Сургутская типография», 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  
Технический редактор Тьрина Елена Николаевна

Приемная – 8 (3466) 49-13-17  
Рекламный отдел – 8 (3466) 49-13-17  
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