

НОВОСТИ

По безопасности — на первом месте

МУРАВЛЕНКО ЗАНЯЛ ПЕРВОЕ МЕСТО В УРАЛЬСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ В ОБЛАСТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ИТОГИ ВТОРОГО ЭТАПА СМОТРА-КОНКУРСА ПОДВЕЛИ В ЕКАТЕРИНБУРГЕ.

Наш город признан лучшим среди городских округов, а также стал лидером среди муниципалитетов Ямала в первом туре конкурса. Оценка проводилась по нескольким основным показателям деятельности, среди которых разработка и выполнение документации по вопросам гражданской обороны, защиты населения от ЧС, готовность городских систем к бесперебойному функционированию при ЧС, обучение населения мерам пожарной безопасности, пропаганда в области безопасности жизнедеятельности и многое другое.

Имя новоуренгойского аэропорта

МУРАВЛЕНКОВЦЫ МОГУТ ПРИСОЕДИНИТЬСЯ К ВЫБОРУ ИМЕНИ АЭРОПОРТА В НОВОМ УРЕНГОЕ. В РАМКАХ ВСЕРОССИЙСКОГО ПРОЕКТА «ВЕЛИКИЕ ИМЕНА РОССИИ» В СТРАНЕ НАЧАЛОСЬ ГОЛОСОВАНИЕ ЗА 47 КРУПНЕЙШИХ РОССИЙСКИХ АЭРОПОРТОВ В РАЗНЫХ РЕГИОНАХ.

Проголосовать онлайн можно через свой аккаунт в соцсетях «Одноклассники» или «ВКонтакте», на сайте великиеимена.рф с помощью кода, полученного на мобильный телефон. У ямальцев есть возможность обратиться на специальную федеральную горячую линию по номеру: 8-800-707-93-17, и даже проголосовать на борту самолёта. Это предлагает сделать группа компаний «Аэрофлот» на своих рейсах. Проголосовать можно только за одно из трёх имен. Среди фаворитов – Иван Губкин, Сабит Оруджев и Василий Подшибякин.

Выставка к юбилею больницы

В МУЗЕЕ ОТКРЫЛАСЬ ВЫСТАВКА, ПОСВЯЩЕННАЯ ЮБИЛЕЮ ГОРОДСКОЙ БОЛЬНИЦЫ. ЗДЕСЬ ПРЕДСТАВЛЕНЫ УНИКАЛЬНЫЕ ЭКСПОНАТЫ – ПЕРВЫЕ СТАТЬИ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ В ГАЗЕТЕ, ФОТОГРАФИИ, РАЗЛИЧНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ.

История развития городского здравоохранения берет свое начало в 1983 году. Тогда во врачебной амбулатории работали всего несколько специалистов.

На выставке представлены архивные административные документы, снимки первых медработников города, уникальные инструменты, которые раньше использовали врачи, спасая жизни муравленковцев. Экспозиция позволяет окупиться в историю становления современного лечебного учреждения города. «Маленькая лечебная амбулатория превратилась в многопрофильную больницу, которая готова оказывать помощь жителям города на самом современном уровне. И у нас есть перспективы дальнейшего совершенствования как в методиках лечения, так и методиках обследования», – сказал на открытии выставки главный врач городской больницы Олег Казаков.

Соб. инф.

РАСТИ БЕЗ ЛИШНЕГО ВЕСА
Больше движения, меньше калорий



13

ДОСТУПНАЯ СРЕДА
Для удобства и безопасности детей



2

КОНКУРС РИСУНКОВ
Победители и участники получили призы



16

г. Муравленко

№ 46 (1279) от 15 ноября 2018 г.



НАШ ГОРОД



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Издаётся со 2 июля 1994 г.

В ПОЛКУ КАДЕТОВ ПРИБЫЛО

Торжественную клятву Родине и Ямалу принесли 19 муравленковцев



ФОТО: ЮЛИЯ СИДАЧЮК

ПОСВЯЩЕНИЕ

В ЛУЧШИХ ТРАДИЦИЯХ ПРОШЛА В МНОГОПРОФИЛЬНОМ ЛИЦЕЕ ЦЕРЕМОНИЯ ПОСВЯЩЕНИЯ ЮНЫХ МУРАВЛЕНКОВЦЕВ В КАДЕТСКОЕ БРАТСТВО. КЛЯТВУ ЖИТЬ, УЧИТЬСЯ, ТВОРИТЬ И РАБОТАТЬ ВО СЛАВУ РОССИИ И ЯМАЛА ДАЛИ ДЕВЯТНАДЦАТЬ ЛИЦЕЙСКИХ И УЧЕНИКОВ КАДЕТСКИХ КЛАССОВ ЧЕТВЕРТОЙ И ПЯТОЙ ШКОЛ.

Посвящение в кадеты – одно из самых важных и ответственных событий в их жизни. Клятва для каждого из ребят наполнена глубоким смыслом. С этого дня на их юные плечи

ложится святой долг – любить и защищать свою Родину.

Торжественным маршем прошли кадеты по атриуму лицея. К этому дню готовились не одну неделю, но всё-таки волновались. Ребята кружились в вальсе, демонстрировали фигурную маршировку и строевые приёмы с оружием, удивляя присутствующих на церемонии взрослых.

За 19 лет существования в Муравленко кадетства в его ряды вступили более тысячи ребят.

Кадетское движение с его многовековыми традициями служения Отечеству ак-

тивно поддерживают педагоги и родители, оно востребовано среди нашей молодежи и даёт свои положительные результаты. Многие из выпускников кадетских классов получили хорошее образование, работают в силовых ведомствах, нашли достойное место в жизни.

Семья, единство, братство, честь, долг, отвага, дружба – вот жизненные ориентиры муравленковских кадетов. Пусть же крепнет ваша дружба, пусть каждый из вас найдет свою дорогу в жизни, с гордостью и честью носит звание российского кадета!

ОПЫТ ЯМАЛА НАЗВАН УНИКАЛЬНЫМ

Лидерам проекта «Бюджетная инициатива» будут выделены гранты

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

ОПЫТ РЕГИОНА ПО ВНЕДРЕНИЮ ИНИЦИАТИВНОГО БЮДЖЕТИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ ВСЕМИРНОГО БАНКА НАЗВАН УНИКАЛЬНЫМ. ОБ ЭТОМ СООБЩАЕТ ПРЕСС-СЛУЖБА ГУБЕРНАТОРА ЯНАО.

Ямал определён в числе пилотных регионов, где внедряется практика инициативного бюджетирования. Начало активной реализации проекта положено в этом году – принято постановление правительства округа о проек-

те «Бюджетная инициатива граждан». Согласно документу он проводится при помощи грантовой поддержки муниципальных образований, наиболее активно внедряющих данную практику. Классическая схема инициативного бюджетирования предполагает изначальное формирование инициативы непосредственно от населения и с муниципального уровня. А вовлечённость граждан в бюджетные инициативы автоматически приводит к росту заинтересованности общественности в бюджетной информации, но самое главное – обеспечивается сопричастность к решению насущных вопросов общества. В Муравленко в этом году

победители первого конкурса «Бюджетная инициатива граждан» уже приступили к реализации проектов, в частности, в Молодёжном сквере установлен скейт-парк, на улице Ленина обустроят сквер Первопроходцев.

Оценка реализации проекта «Бюджетная инициатива граждан» в муниципальных образованиях ЯНАО будет проведена окружным финансовым ведомством до 1 декабря 2018 года. По её результатам будет сформирован рейтинг муниципалитетов. И трём лидерам за счёт средств окружного бюджета будут предоставлены гранты, в общей сумме пять миллионов рублей.

ТЕХНОЛОГИИ ОСОБОЙ ЗАБОТЫ

В учреждениях создают условия для комфортного пребывания и обучения детей



ДОСТУПНАЯ СРЕДА

В ГОРОДЕ ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПЛАНОВЕРНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ДОСТУПНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ МАЛОМОБИЛЬНЫХ МУРАВЛЕНКОВЦЕВ, А ТАКЖЕ ПО АДАПТАЦИИ ОБЪЕКТОВ К ПОТРЕБНОСТЯМ ДЕТЕЙ ОСОБОЙ ЗАБОТЫ.

В Центре детского творчества мероприятия по обеспечению безбарьерной среды выполняли на протяжении нескольких лет. В результате реализации муниципальной программы «Доступная среда» установлены пандусы, поручни, тактильная плитка. Внутри здания имеется информационное табло для слабовидящих, для инвалидов-колясочников, есть лестничный подъемник. Помимо этого здесь создают и условия для воспитания, социализации и даже немедикаментозного лечения детей особой заботы.

ЛЕЧИМ АКУСТИКОЙ

В этом году за счет грантовых средств, а это около 500 тысяч рублей, закуплен комплекс биоакустической коррекции (БАК) головного мозга. Оборудование при помощи акустических сигналов помогает корректировать большой спектр расстройств центральной нервной системы и улучшает работу мозга. Музыкальное исцеление уже получает пятилетний Роман. «Ребенок прошел несколько сеансов биоакустической коррекции. Появились первые результаты. У сына увеличивается словарный запас, на занятиях с логопедом он стал более спокойным и усидчивым. Это только начало, надеюсь, что наши результаты будут улучшаться», – говорит мама мальчика Елизавета Бакуменко.

Как сообщила психолог-логопед Центра детского творчества Олеся Семенов, биоакустическую коррекцию сейчас получают около 20 де-

тей. У многих уже есть первые результаты. Это улучшение речи, поведения и в целом психического состояния ребенка.

Клуб «Надежда» при Центре детского творчества – это объединение, где дети, имеющие проблемы со здоровьем, получают психолого-педагогическую, логопедическую помощь и немедикаментозное лечение. За 19 лет существования из стен клуба выпустили более сотни ребят. Благодаря совместным усилиям педагогов и родителей кто-то начал уверенно ходить, кто-то сказал внятно и четко первые слова, кто-то стал легко общаться со сверстниками и нашел друзей.

Пройти биоакустическую коррекцию могут все желающие, для этого надо прийти в Центр детского творчества и стать участником клуба «На-

дежда» для детей с ограниченными возможностями здоровья.

ОТ ПИКТОГРАММ ДО АУДИОТРЕНИРОВОК

Детский сад «Непоседы» четвертый год работает над формированием доступной среды. В 2018 году на эти цели направлено 572 тысячи рублей. Установлены пиктограммы, визуально-акустическое табло, звуковой маяк для слабовидящих.

«В основном это оборудование, которое предназначено для слабослышащих и слабовидящих людей. К примеру, в холле сада установили звуковой маяк с беспроводной кнопкой вызова. Проще говоря, это аудиоинформатор, который воспроизводит речевые сообщения. Таким образом слепой или слабовидящий человек сообщает сотрудникам сада о цели своего посещения», – поясняет заместитель заведующего детским садом «Непоседы» Олеся Литвинова.

Сегодня в саду созданы три группы компенсирующей направленности, их посещают 43 ребенка. Следовательно, здесь не только создают условия для комфортного пре-

пальной программе «Доступная среда» учреждение приобрело комплекты для коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими проблемы со слухом, зрением, речью и различными задержками психического развития. Это реабилитационные материалы, развивающие игры, наборы для развития визуально-сенсорного восприятия, слуховой тренажер «Соло-01В», а также аппарат TOMATIS и другое.

«К примеру, аппарат TOMATIS – это особая система аудиотренировок. Он улучшает способность мозга получать и перерабатывать воспринимаемую на слух информацию. Этот метод тренировки слухового внимания помогает устранять нарушения памяти, внимания, речи, поведения. Одним словом, мы применяем аппарат на индивидуальных занятиях с детьми, которые имеют различные нарушения в развитии. И первые результаты есть, – рассказывает учитель-дефектолог детского сада «Непоседы» Анфиса Байбулатова. – Слуховой тренажер «Соло-01В» помогает корректировать слух ребенка, развивать речевые навыки и хорошо зарекомендовал себя».

Для улучшения доступности среды в планах у «Непосед» – оборудовать проемы дверей световыми маяками, в коридорах установить тактильную плитку с указателями направления движения.

Р. С. Работа по адаптации учреждений для людей особой заботы в городе продолжится и в следующем году. Согласно дорожной карте, до 2030 года 33 объекта станут не только полностью доступными, но еще и более комфортными для получения образовательных услуг.

**Нина ГУЛЬТЯЕВА
Фото Юлии СИДАРЮК**

Если вовремя не оплачивать долги...

Последствия разъяряют судебных приставы

ПО ЗАКОНУ

КОЛИЧЕСТВО ИСПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРОИЗВОДСТВ В СЛУЖБЕ СУДЕБНЫХ ПРИСТАВОВ МУРАВЛЕНКО ПО СРАВНЕНИЮ С 2017 ГОДОМ ВЫРОСЛО ПОЧТИ НА ТРЕТЬ. ТАКИЕ ДАННЫЕ ПРИВОДИТ АЛЕКСАНДР МОСКОВЧЕНКО, ЗАМЕСТИТЕЛЬ НАЧАЛЬНИКА МУРАВЛЕНКОВСКОГО ОТДЕЛА ВЕДОМСТВА.

Основные направления взыскания – долги по налогам, штрафам ГИБДД, кредитной задолженности и за услуги ЖКХ. Всего в службе судебных приставов в текущем году находилось 18 733 исполнительных производств на общую сумму 1 миллиард 519 миллионов. Взыскано за девять месяцев более 500 миллионов рублей.

...ВРЕМЕННО ОТБЕРУТ ПРАВА

Более 250 муравленковцев уклоняются от уплаты алиментов. В качестве меры воздействия судебные приставы применяют временное ограничение права управления транспортным средством до уплаты всей задолженности. Как говорит Александр Московченко, лишившись права сесть за руль, большинство должников стараются быстрее расплатиться.

На сегодняшний день 26 должников в Муравленко ограничены в праве управления транспортным средством. Кстати, данную меру воздействия приставы применяют не только к алиментщикам.

Согласно закону, приставы уполномочены применять указанное ограничение при неисполнении в

установленный срок и без уважительных причин требований по возмещению вреда, причиненного здоровью, имущественного ущерба или морального вреда, причиненных преступлением, по возмещению вреда в связи со смертью кормильца и в ряде других случаев.

...АРЕСТУЮТ СЧЕТА

Если у должника имеются денежные средства на счету в банке, то их могут удержать в полном объеме. Отметим, что с зарплатного счета закон позволяет удерживать до 50 процентов средств, а если речь идет об алиментах, то до 70 процентов поступлений на счет. Федеральным законом об исполнительном производстве предусмотрен перечень доходов, на которые

не может быть обращено взыскание долгов. В том числе компенсационные выплаты – различные пособия, выплаты льготникам, субсидии и т. п.

Однако, как поясняет Александр Московченко, судебные приставы при обращении взыскания на денежные средства не видят, откуда они поступают должнику. Поэтому бремя доказывания того, что деньги на счету являются пособием, лежит на гражданине. «В случае наложения ареста на счет, на котором находятся компенсационные выплаты, гражданам необходимо подтвердить этот факт документально: предоставить справку из ведомства, выдавшего пособие, и приложить ее к заявлению о возврате денежных средств», – поясняет Александр Павлович.

...ОГРАНИЧАТ ВЫЕЗД ЗА ГРАНИЦУ

С начала года 1 290 муравленковцев ограничены в праве выезда за пределы РФ. В случае уклонения от уплаты долга приставы вправе ограничить должнику выезд за рубеж. Это касается неплательщиков, накопивших долг в сумме более 30 тысяч рублей. Для тех, у кого в исполнительном документе содержатся требования о взыскании алиментов, возмещении вреда, причиненного здоровью, возмещении вреда в связи со смертью кормильца, и еще в ряде случаев поездка за границу запрещена, если сумма задолженности превышает 10 тысяч рублей.

**Подготовила
Екатерина САПАРОВСКАЯ**

Отходы требуют системного подхода

Что изменится с 1 января?

ЖКХ

С 1 ЯНВАРЯ 2019 ГОДА СИСТЕМА ОБРАЩЕНИЯ С БЫТОВЫМ МУСОРОМ ПРЕТЕРПИТ НЕКОТОРЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ. В КВИТАНЦИЯХ ЗА ЖКУ ПОЯВИТСЯ НОВАЯ ГРАФА – ПЛАТА ЗА СБОР И ВЫВОЗ ТВЕРДЫХ КОММУНАЛЬНЫХ ОТХОДОВ. РАНЕЕ ЭТА УСЛУГА ЗНАЧИЛАСЬ В РАЗДЕЛЕ СОДЕРЖАНИЯ И РЕМОНТА ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ. ТЕПЕРЬ ЖЕ ИЗ РАЗРЯДА ЖИЛИЩНЫХ ПЕРЕЙДЕТ В КОММУНАЛЬНУЮ.

Сейчас в Муравленко система по вывозу твердых коммунальных отходов выглядит следующим образом: управляющие компании содержат контейнерные площадки, «Холдинг Городское хозяйство» транспортирует мусор на городской полигон. С 1 января заработает абсолютно новая схема: весь процесс – от сбора мусора до его размещения – обеспечит единый региональный оператор – ООО «Инновационные технологии».

«Если сейчас в платежных документах есть строка «сбор и вывоз ТКО», то с нового года она перейдет в раздел коммунальных услуг. У нас появится новый поставщик – ООО «Инновационные технологии», услуги которого мы будем оплачивать исходя из количества проживающих в жилом помещении и установленного норматива образования отходов», – поясняет начальник управления жилищно-коммунального хозяйства Ирина Кузнецова.

Размер платы за новую коммунальную услугу утвердят в срок до 1 декабря.

Исполнительный директор «Инновационных технологий» Александр Прибылев поясняет: «Норматив образования отходов для физических лиц уже определен. Для жителей многоквартирных домов он составит 2,4 кубометра в год, а для проживающих в индивидуальных домах около 3,2 кубометра. С юри-



дическими лицами и предпринимателями ситуация иная: им необходимо заключить договор на вывоз ТКО с региональным оператором, указать фактическое количество образующихся отходов и приложить документы, подтверждающие это».

Электронный аукцион по определению предприятия, которое будет

осуществлять транспортировку твердых коммунальных отходов, уже проведен. Победителем признан «Холдинг Городское хозяйство». Все начисления потребителям будет производить Единый расчетно-информационный центр. Реформа позволит коренным образом поменять систему обращения с отходами.

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

УПРАВЛЕНИЯ ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОГО ХОЗЯЙСТВА ПО ВОПРОСАМ ЖКХ –
55-4-73, 55-4-76, 55-4-82.

Кладовка вне закона

приведёт нарушителя в суд

ОТ СЛОВ К ДЕЛУ

С НАЧАЛА ГОДА КОММУНАЛЬНЫМИ СЛУЖБАМИ ЗАФИКСИРОВАНО 178 ФАКТОВ НЕЗАКОННОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВАЛЬНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ МНОГОКВАРТИРНЫХ ДОМОВ, НА 15 СОБСТВЕННИКОВ СОСТАВЛЕНЫ ИСКИ В СУД.

Складировать в подвальных помещениях вещи, стройматериалы, а что еще хуже – горюче-смазочные материалы и краски. Многие недооценивают ситуацию. Нарушители должны понимать, что подвергают опасности всех жильцов дома, к тому же

в подвале сконцентрированы инженерные коммуникации, доступ к которым может понадобиться в любой момент, а потому должен быть обеспечен постоянно.

Как сообщил начальник юридического отдела ООО «Холдинг Городское хозяйство» Евгений Бабарыкин, управляющая компания в этом году насчитала 106 незаконно занятых кладовок, собственникам выданы предупреждения со сроками освобождения помещений. При этом благодаря усилиям коммунальщиков и сознательности собственников 94 незаконные кладовки ликвидиро-

ваны. 11 исков о принудительном освобождении помещений общего назначения направили в суд.

Специалистами управляющей компании «ЖЭК-1» в жилых домах выявлено 84 незаконные кладовки. Владельцам 54 направлены уведомления о необходимости их освободить. 39 собственников откликнулись на предупреждения коммунальщиков и сделали это. «Техники ежедневно обследуют многоквартирные дома. В суд подано 4 иска, один из них уже удовлетворен. Один собственник написал заявление об отсрочке и будет в добровольном по-

БЛИЦ-ОПРОС

Батарейки – к батарейкам, бумагу – в пункт приёма

Для организации отдельного сбора мусора в Муравленко необходимо сделать многое. Нужно кардинально изменить всю систему утилизации отходов: установить в городе мусорные баки для отдельного сбора пластика, стекла и бумаги, определить, куда будут отправляться отходы на переработку, насколько это будет удобно и выгодно. А самое главное – к этому должны быть готовы жители города, привыкнуть и не смешивать разные виды отходов дома. Вот что по этому поводу говорят муравленковцы.

Ирина ХВОРОСТЕВИЧ:

– Начать отдельный сбор мусора у нас в городе было бы очень здорово, мне кажется! Это ведь напрямую связано с нашей экологией, природой, о которой мы должны заботиться. Я была бы только «за» складывать, к примеру, пластиковые бутылки отдельно от остального мусора. Такой опыт у меня есть, в крупных городах это практикуется повсеместно.

Дмитрий ПОПОВ:

– В этом действительно есть смысл, если будет определен завод, где мусор в дальнейшем переработают, и его действительно будут увозить именно туда. А для нас, жителей города, будет прозрачная и понятная схема по отдельному сбору отходов. В таком случае, я думаю, привычки муравленковцев со временем изменятся.

Анна ИЛЬИНА:

– Я уже сейчас стараюсь понемногу разделять мусор, сдаю лампы через управляющую компанию, использованные батарейки выбрасываю в специальные контейнеры, которые установлены в Центре спорта «Муравленко» и Центре детского творчества. За год скапливается очень много бумаги, особенно если дома есть школьник, а теперь есть возможность избавиться от нее, сдавая в пункт приема макулатуры, который открылся в городе несколько лет назад.

Семён НОВИКОВ:

– Пока сложно сказать, насколько большую поддержку получит такая идея в Муравленко. Потому что в нашем маленьком городе не привыкли к отдельному сбору мусора. Но, думаю, когда такая возможность появится, то жителям будет уже как-то стыдно выбрасывать пакет с бытовыми отходами в контейнер, например, для пластика.

Антон ЗАБРОДИН:

– Сейчас к практике отдельного сбора мусора и дальнейшей его переработки приходят все цивилизованные страны и города. В Муравленко уже давно эта тема обсуждается, я часто слышу об этом, люди настроены позитивно, пора переходить к действиям.

Татьяна КОЛОМИЕЦ. Фото Юлии СИДАРЮК



рядке освободить помещение», – сообщила юрист ООО «ЖЭК-1» Фарида Кожевина.

Управляющие компании проводят масштабную работу, но еще не все незаконные кладовки освобождены. Надо знать, что если суд вы-

несет положительное решение по иску в пользу управляющей компании, то владельцу незаконной кладовки придется освободить помещение и заплатить за судебные издержки 6 тысяч рублей.

Нина ГУЛЬТЯЕВА

ДМИТРИЙ ЗЕЛЕНОВ: «Взаимное уважение водителей и пешеходов – насущная необходимость»

НАШЕ ИНТЕРВЬЮ

В 2005 ГОДУ ГЕНЕРАЛЬНОЙ АССАМБЛЕЕЙ ООН БЫЛ ОФИЦИАЛЬНО УТВЕРЖДЕН ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПАМЯТИ ЖЕРТВ ДТП. ОН ОТМЕЧАЕТСЯ В ТРЕТЬЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ НОЯБРЯ. В ПРЕДДВЕРИИ ЭТОЙ ДАТЫ НАЧАЛЬНИК ОТДЕЛЕНИЯ ГИБДД ОМВД РОССИИ ПО ГОРОДУ МУРАВЛЕНКО ДМИТРИЙ ЗЕЛЕНОВ РАССКАЗАЛ О СИТУАЦИИ НА ДОРОГАХ В НАШЕМ ГОРОДЕ.

– Дмитрий Владимирович, если говорить о статистике ДТП, каковы показатели аварийности на дорогах, которые находятся под контролем сотрудников вашего отделения? Как изменилось положение дел за последнее время?

– Мы наблюдаем снижение по всем основным показателям. По итогам десяти месяцев 2018 года на территории обслуживания зарегистрировано 447 дорожно-транспортных происшествий, из них 18 – с пострадавшими, на 18 % меньше, чем за аналогичный период прошлого года. Погибших нет, но травмы получили 24 человека.

Улучшилась ситуация с детским травматизмом на дорогах. Таких случаев в этом году зафиксировано почти на 67 % меньше. Этому способствовала активная деятельность сотрудников Госавтоинспекции совместно с представителями обслуживающих организаций, управления образования, которая проводилась в начале учебного года. Были обследованы улично-дорожные сети в местах выхода детей на проезжую часть, передвижения их во внутриквартальных и дворовых территориях. Вблизи образовательных учреждений установлено 28 дополнительных табличек с дорожными знаками «Пешеходный переход» с предупреждающей информацией. В районе первой школы пешеходные переходы были оборудованы искусственными неровностями.

– Каковы основные причины дорожных происшествий?

– Как бы банально это ни звучало, но большинство ДТП происходит из-за нарушений Правил дорожного движения. На территории обслуживания муравленковской Госавтоинспекции самыми распространенными нарушениями являются несоблюдение скоростного режима и игно-



рирование неблагоприятных погодных условий. Следом идут такие причины ДТП, как неправильное выполнение маневра движения задним ходом, несоблюдение очередности проезда и дистанции.

– Действительно, погодные условия в нашем регионе – это всегда фактор риска. Ваши сотрудники контролируют состояние улично-дорожной сети и качество ее расчистки от снега. Какие меры применяются к ответственным службам в случае выявления нарушений?

– Сотрудники Госавтоинспекции на постоянной основе проводят обследование состояния улично-дорожной сети как на территории города, так и на загородных трассах. Ответственным за качество содержания дорог выдаются предписания об устранении выявленных недостатков в четко установленные сроки. В противном случае должностные лица могут быть привлечены к административной ответственности. Только с начала 2018 года наши сотрудники выдали 124 подобных

предписания. Возбуждено 14 дел об административных правонарушениях в отношении должностных лиц.

– Принимает ли Госавтоинспекция сообщения от водителей и пешеходов об известных им фактах ненадлежащего состояния улично-дорожной сети или нарушениях Правил дорожного движения? Каким образом? Какие ответные меры принимаются?

– Мы только приветствуем такие сообщения, особенно если они подкреплены видео- и фотодокументами. И таких случаев достаточно. Так, за истекший период 2018 года в дежурную часть Отделения МВД России по городу Муравленко поступило 126 сообщений о нарушении ПДД. Из них 93 подтвердились. Благодаря этому было выявлено 8 водителей, управлявших транспортным средством в состоянии опьянения, пять автовладельцев не предоставили преимущества пешеходам, 2 человека допустили проезд на запрещающий сигнал светофора. Также жители города зафиксировали шесть нарушений ПДД в жилой зоне

и дважды сигнализировали о недостатках в содержании улично-дорожной сети.

Чтобы сообщить о подобных фактах, достаточно зафиксировать их на фото или видео и обратиться в дежурную часть ОМВД. На официальном сайте города функционирует ссылка «Виртуальная приёмная», где каждый желающий может оставить свои предложения, заявления и жалобы, задать интересующие вопросы.

– Профилактика ДТП очень важна. Что делается в этом направлении?

– Мы постоянно ведем работу по повышению культуры поведения и формированию правосознания участников дорожного движения. Большое внимание уделяется подрастающему поколению муравленковцев. В общеобразовательных и дошкольных учреждениях города сотрудники Госавтоинспекции проводят различные профилактические мероприятия с разъяснением важности соблюдения Правил дорожного движения. Привлекаются к этой деятельности участники объединения «Юный инспектор движения», которые собственным примером показывают необходимость безопас-

классниками начальной школы № 6 и беседовали с ними о том, как правильно вести себя на дорогах города. Первоклашки с удовольствием отгадывали загадки по теме безопасности дорожного движения, принимали участие в фотосессии с ростовой куклой «Зебра». Участникам мероприятия вручили печатную продукцию с текстами профилактической направленности, раскраски, обучающие Правилам дорожного движения.

– Как вы считаете, тема взаимного уважения пешеходов и водителей на дорогах актуальна для нашего города? Как часто нарушают правила те и другие?

– Мы можем совершенствовать технологии, ремонтировать дороги, ужесточать меры наказания для нарушителей Правил дорожного движения, но всё это не имеет смысла, если водители и пешеходы не будут уважать друг друга. К сожалению, для нашего города эта проблема тоже остаётся актуальной. Так, за истекший период 2018 года сотрудниками Госавтоинспекции составлено 167 постановлений об административных правонарушениях в отношении водителей, не предоставивших преимущество в движении

В 2017 году на российских дорогах произошло более 169 тысяч ДТП, в которых погибло 19 тысяч и пострадало порядка 216 тысяч человек.

По сравнению с тем, какова была ситуация десять лет назад, показатели снизились всего в полтора раза.

В начале этого года российский премьер-министр Дмитрий Медведев подписал Стратегию безопасности дорожного движения. В документе прописана цель по снижению смертности на дорогах к 2024 году до четырех человек на 100 тысяч населения, а к 2030-му поставлена задача достичь нулевого показателя.

ного поведения на дорогах. Они же довольно успешно выступают на конкурсе «Безопасное колесо» муниципального, окружного и даже всероссийского уровня.

Положительным опытом взаимодействия с детьми стало проведенное в ноябре мероприятие «Дорога, безопасная для всех». Пятнадцать добровольцев из числа студентов колледжа встречались с перво-

пешеходам, и 346 постановлений в отношении пешеходов, которые нарушали Правила дорожного движения.

И пешеходам, и водителям важно помнить, что безопасность на дороге зависит от каждого, и поэтому соблюдение правил, взаимное уважение всех участников дорожного движения – насущная необходимость.

Записала Ольга ЧЕРНАЯ. Фото автора



В Администрации города действуют телефоны

ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ

55-1-11 | Противодействие коррупции
21-4-55 | Служба экстренной социально-психологической помощи
42-9-03, 42-9-13, 112 | Диспетчер «Единой дежурно-диспетчерской службы» города Муравленко
55-1-52 | Проверка алкогольной продукции на контрафакт
55-1-57 | Защита прав потребителей
22-1-78 | Об употреблении, распространении наркотиков
8-800-2000-122 | Единый общероссийский номер детского телефона доверия

О готовящихся преступлениях, совершенных преступлениях и происшествиях можно сообщить

ПО ТЕЛЕФОНАМ ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ

8 (34938) 21-0-59, 02 | ОМВД России по городу Муравленко
8 (34922) 76-2-22 | УМВД России по ЯНАО

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА (г. Салехард)

ГБУЗ «Ямало-Ненецкий окружной психоневрологический диспансер»
8 (34922) 41-1-09 (круглосуточно)

Должностными лицами Администрации города обеспечивается рассмотрение обращений граждан по вопросам коррупции в ходе проведения приема по личным вопросам в соответствии с графиком приема граждан главой города, заместителями главы Администрации города и руководителями структурных подразделений Администрации города (распоряжение Администрации города от 24.09.2018 № 1694 опубликовано в спецвыпуске газеты «Наш город» № 43 (1276) от 25 октября 2018 года на стр. 17).

ОПЕРАТОР, АВТОР И ФИНАНСИСТ

Как три товарища открыли своё дело

УСПЕШНЫЙ СТАРТ

С НЕДАВНИХ ПОР РУСЛАН МАЗИТОВ, ДМИТРИЙ ЛАРИОНОВ И ТУРАЛ ИМАМВЕРДИЕВ НЕ ПРОСТО ДРУЗЬЯ, А СПЛОЧЕННАЯ БИЗНЕС-КОМАНДА. САМОМУ СТАРШЕМУ ИЗ РЕБЯТ 24 ГОДА. ИХ ОБЩЕЕ ДЕЛО - ФОТО- И ВИДЕО-СТУДИЯ - ВЫБОР ОТНЮДЬ НЕ СЛУЧАЙНЫЙ.

Когда они размышляли над вопросом, каким видом бизнеса заняться, что нового и полезного для жителей города можно открыть в Муравленко, какая ниша еще не занята, долго думать не пришлось. Руслан – видеооператор, впервые взял камеру несколько лет назад и за короткий срок понял, что это дело всей его жизни. В арсенале у него не одна награда всероссийских и окружных фестивалей и даже приглашение быть экспертом на ямальском форуме. Дмитрий – начинающий автор, теперь он пишет сценарии для будущих видеороликов, режиссирует их и администрирует фотостудию. А фундамент в буквальном смысле держится на Турале – он ведет всю документацию, контролирует логистику, финансы и отчетность.

«Когда мы с Русланом познакомились, я уже знал его заочно и видел ролики, которые он делал. Предложил ему снять мини-клип о моей машине. Результат мне очень понравился, я прямо-таки загорелся идеей открыть студию и заниматься видеосъемкой профессионально. Поле деятельности очень велико и разнообразно: реклама, праздники и торжества, свадьбы, клипы. Ресурсная база на тот момент уже имела – у ребят были свои накопления, у меня – помещение. Мы сделали там ремонт, купили хорошую ме-



▲ На открытие фото- и видеостудии начинающие предприниматели пригласили друзей и единомышленников

бель, выбирали, кстати, всё очень долго и тщательно. Хотелось сделать красиво и качественно», – рассказывает Турал о процессе подготовки к открытию студии.

КОМАНДА – ЗВЕНЬЯ ОДНОЙ ЦЕПОЧКИ

«В нашей команде три человека, как три звена. Если хоть одно звено оборвется, то и вся цепочка перестанет работать, – добавляет Дима. – Если уйдет один человек – у нас не будет хорошего оператора с камерой. Уйдет второй – не будет режиссуры, а без третьего мы не разберемся с документами и отчетностью, и эти проблемы будут только отвлекать от съемок и творческого процесса».

Бытует мнение, что начинать бизнес со своими друзьями рискованно: если поссоритесь, а бывает в жизни всякое, делёж имущества потом будет продолжаться не один

год. Да и сработаться в одной команде могут далеко не все, кому-то проще вести бизнес в одиночку. Но ребята на это отвечают уверенно: «В нашем случае команда – это всё-таки преимущество, потому что мы понимаем друг друга и, в первую очередь, уважаем. Разногласия, конечно, иногда бывают, без этого никуда, но всегда приходим к одному общему решению. Здесь очень важно уметь прислушиваться к чужому мнению и находить компромисс».

ВОЗРАСТ – НЕ ПОКАЗАТЕЛЬ СПОСОБНОСТЕЙ

Далеко не все верили в успех их дела, считали, что это направление в нашем городе не будет пользоваться популярностью, другие попросту завидовали и критиковали. Но эту команду неверие не страшит. Они готовы идти вперед и доказывать, что возраст – далеко не показатель способностей, главное же – азарт,

знания и огромное желание достичь поставленной перед собой цели.

«Многие в нас не верят, и честно говоря, это чувствуется. Особенно, когда ты чей-то ровесник, и он еще учится, а ты уже открываешь свою студию. И люди думают: «Ну как он может открыть свою студию? Кто он такой?» На самом деле, всё честно – мы с ребятами очень долго к этому стремились и вместо того, чтобы сидеть на месте и критиковать других, просто шли к своей цели», – объясняет Дима.

Ради нового дела пришлось и чем-то пожертвовать – Руслан практически в последний момент отказался от долгожданного переезда в Санкт-Петербург. Но о своем решении сейчас нисколько не жалеет – признается, здесь ему всё родное и близкое.

Кстати, на открытие студии ребятам понадобилось рекордно малое количество времени – всего 3 месяца прошло от замысла до его воплоще-

ния. Первые посетители довольны, а значит, всё сделано не зря. Главное теперь – удержаться на плаву.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Один из первых клиентов, Антон Давыдов, рассказывает: «С ребятами я знаком уже, наверное, около пяти лет. Руслан Мазитов – один из моих бывших одноклассников. Я точно знаю, что эти ребята полны здоровых амбиций, всегда очень вдохновленные, и у них точно всё получится! Я даже записался на первую фотосессию».

На вопрос о секрете своего успеха Турал уверенно отвечает: «Просто нужно верить в то, что ты делаешь. Если хоть на минуту засомневаешься в себе, начнешь думать, что ничего из твоей затеи не получится, тогда ничего и не выйдет. Мысли материализуются. Поэтому нужно стремиться к успеху и верить в него, тогда всё задуманное осуществится. Всё просто!»

Предприниматели могут рассчитывать на поддержку



Директор Фонда поддержки субъектов малого и среднего предпринимательства и развития г. Муравленко Андрей ШАБАН:

– К сожалению, не так много людей в нашем городе знает о том, какими видами поддержки для открытия собственного дела они могут воспользоваться, а их на самом деле немало. Вопрос развития предпринимательства в нашем муниципалитете сейчас очень актуален, поэтому

мы только рады новым предложениям. Обратиться всегда можно лично в бизнес-инкубатор или по телефону: +7 (34938) 43-3-70. Всю подробную информацию можно найти на сайте: фонд-муравленко.рф.

Консультационная:

при наличии бизнес-идеи (это, кстати, не обязательно должен быть подробно расписанный проект) в бизнес-инкубаторе вам расскажут о видах налогообложения и помогут выбрать наиболее оптимальный, расскажут об онлайн-кассах, на которые должны перейти все предприниматели, проконсультируют в правовых вопросах. Если вы уже имеете свой бизнес, здесь подскажут, как и какими способами его можно развивать и расширять, привлечь клиентский поток.

Финансовая:

для старта своего дела бизнес-инкубатор готов предложить предпринимателям микрозайм до пятисот ты-

сяч рублей, при соблюдении перечня условий и требований, которые выдвигаются к заемщику. Ознакомиться с ними можно на сайте фонд-муравленко.рф. Кроме того, в округе и городе проводятся грантовые конкурсы для поддержки малого и среднего бизнеса. Наиболее полюбившийся «стартаперам» – «Свое дело». Конкурс проходит с мая по сентябрь и состоит из трех этапов: первый – неделя выездных обучающих тренингов и встреч с успешными бизнесменами, второй – подготовка своего бизнес-плана, третий – защита его перед комиссией. Главное преимущество этого конкурса – в сильном обучающем интенсиве, а значит, принимать участие в нем могут абсолютные новички. Обучат всему: от систем налогообложения до выбора места аренды помещения и рекламы.

Имущественная:

– аренда офисного помещения для своего бизнеса в бизнес-инкубаторе по льготной цене;

– подбор земельного участка, здания, нежилого помещения, оборудования, транспортных средств, инвентаря на территории города, которые необходимы предпринимателю.

Благодаря государственным программам Российской Федерации такая помощь осуществляется как на возмездной, так и на безвозмездной, а также на льготной основе. Главное условие – имущество должно использоваться по целевому назначению.

Окружная:

программы по оказанию поддержки субъектам малого и среднего предпринимательства постоянно обновляются. По действующей на данный момент округ готов предоставлять субсидии:

– предпринимателям, которые занимаются организацией дневного времяпрепровождения для детей дошкольного возраста или деятельностью по уходу или присмотру за детьми;

– для первого взноса на технику, оформленную в лизинг;

– на приобретение нового оборудования в целях модернизации производства товаров.

Муниципальная:

поддержка, связанная с:

– приобретением техники в лизинг;

– приобретением нового оборудования для модернизации производства;

– уплатой процентов по кредитам в российских кредитных организациях. Кроме того, в здании бизнес-инкубатора помогут оформить ваш бизнес-план в конкретный проект и подать заявку на грантовые конкурсы.

На данный момент благодаря поддержке фонда открыть свое дело смогли уже более 30 молодых предпринимателей. И такая возможность есть у каждого желающего.

ЮНЫЙ ПАРТИЗАН ПО ПРОЗВИЩУ ОВОД

Так называли Эдуарда Карабена за непримиримость к врагам

ПАМЯТЬ ЖИВА

ВРАГ НА РОДНОЙ ЗЕМЛЕ, ФАШИСТЫ В ТВОЕМ СОБСТВЕННОМ ДОМЕ... ТОЛЬКО ПЕРЕЖИВШИЕ ОККУПАЦИЮ ЗНАЮТ, КАКОВО ЭТО – ИСПЫТЫВАЯ ЖГУЧУЮ НЕНАВИСТЬ К ВРАГУ, СТИСНУВ ЗУБЫ, ПОДЧИНЯТЬСЯ ЕГО ВОЛЕ. МНОГИЕ, КТО МОГ ОСТАВИТЬ СВОИ СЕМЬИ, УХОДИЛИ В ЛЕС, В ПАРТИЗАНСКИЕ ОТРЯДЫ. А У БОЛЬШИНСТВА ЖИТЕЛЕЙ ПРОСТО НЕ ОСТАВАЛОСЬ ИНОГО ВЫБОРА. НО ЭДУАРД КАРАБЕН – В НАЧАЛЕ ВОЙНЫ ЕМУ БЫЛО ВСЕГО 11 ЛЕТ – НЕ МОГ С ЭТИМ МИРИТЬСЯ.

Родился Эдуард Иванович Карабен в Житомирской области в семье фининспектора по Попельнянскому району Ивана Яковлевича и Марии Антоновны. Детей в семье было четверо: два брата – Олег и Леонид, сестра Юля и сам Эдуард.

ГЕРОЯМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ

В 1941 году его родной поселок Попельня оккупировали фашисты. Гитлеровцы расположились в домах, требуя от жителей, чтобы они их содержали.

– Именно тогда он и начал оправдывать свое прозвище, которое вскоре закрепилось за ним – Овод, – рассказывает внук героя, Александр Карабен. – Втайне ото всех разгонял со двора скотину, чтобы не кормить оккупантов, портил зерно в амбарах. А однажды решился на серьезный шаг. Он и еще несколько подростков стащили у фашистов гранаты и отправились к железнодорожному разъезду, возле которого располагалась полевая кухня захватчиков. Дождавшись обеда, ребята начали действовать. Первая граната достигла своей цели и упала прямо на стол к немцам, а вот вторая дала осечку и сработала раньше положенного... В результате одному из мальчиков оторвало руку, а сам Эдуард остался почти без пальцев на правой руке. Ребята бежали в лес. Позже Эдуард при-



▲ Эдуард (слева), его сестра Юлия и ее муж Василий

соединился к партизанам в лесах. Они обстреливали автоколонны, срывали поставки припасов, всячески стараясь замедлить продвижение вражеских войск вглубь страны. И до самого конца войны Овод «жалил» фашистов изо всех сил.

БЕЗУСЛОВНЫЙ АВТОРИТЕТ

После войны Эдуард Иванович отучился на курсах водителей. Затем решил поехать на заработки, выбор его пал на Донбасс. В поезде у Эдуарда случилась самая важная, как он сам повторял, встреча. Он встретил свою будущую жену – Марию Ива-

новну. Девушка была сиротой и до войны жила в детском доме возле города Коростышева. Когда немцы захватили город, ее, как и остальных сирот, отправили на работы в Германию. Там определили домработницей в немецкую семью.

“

Деду никто из близких никогда и не перечил. Не потому, что он был тираном или его боялись. Просто его слова никогда не расходились с делом. Никто даже не думал, что он может быть неправ.

Как потом говорила сама Мария Ивановна, ей повезло. «Семья, в которую она попала, не разделяла взгляды фашистов и относилась к бабушке хорошо, можно сказать, как к приемной дочери, – рассказывает Александр. – После окончания войны ей даже предлагали остаться с ними, но бабушка решила вернуться на родину. Они и в дорогу её всем обеспечили – и вещами, и продуктами».

Проработав на Донбассе какое-то время, Эдуард и Мария решили вернуться в Коростышев, где и создали семью, построили дом. Детей у них было четверо. Несмотря на всё тепло, которое Эдуард старался дарить своей семье, его характер человека, прошедшего войну, был твердым.

– Деду никто из близких никогда и не перечил. Не потому, что он был тираном или его боялись. Просто его слова никогда не расходились с делом. Никто даже не думал, что он может быть неправ, – говорит внук.



▲ Эдуард Иванович на работе. Райпотребсоюз. ЗИЛ-164

Всю жизнь Эдуард Иванович проработал водителем. Его ценили, друзья и знакомые уважали и частенько обращались за помощью. А для детей и внуков он хотел больших перспектив. «От него мы слышали такую фразу: «Лучше, когда тебя возят,

Десятилетний человек

Крест-накрест синие полоски
На окнах съезжившихся хат.
Родные тонкие березки
Тревожно смотрят на закат.
И пёс на теплом пепелище,
До глаз испачканный в золе,
Он целый день кого-то ищет
И не находит на селе...

Накинув старый зипунишко,
По огородам, без дорог,
Спешит, торопится парнишка
По солнцу – прямо на восток.
Никто в далекую дорогу
Его теплее не одел,

Никто не обнял у порога
И вслед ему не поглядел.
В нетопленной, разбитой бане
Ночь скоротавши, как зверек,
Как долго он своим дыханьем
Озябших рук согреть не мог!

Но по щеке его ни разу
Не проложила путь слеза.
Должно быть, слишком много сразу
Увидели его глаза.

Всё видевший, на всё готовый,
По грудь проваливаясь в снег,
Бежал к своим русоголовый
Десятилетний человек.

Он знал, что где-то недалече,
Быть может, вон за той горой,
Его, как друга, в темный вечер
Окликнет русский часовой.

И он, прижавшийся к шинели,
Родные слыша голоса,
Расскажет всё, на что глядели
Его недетские глаза.

Его недетские глаза.



▲ Супруги Мария Ивановна и Эдуард Иванович

Иван ВОРОНЦОВ
Фото из личного архива
семьи КАРАБЕН

Сергей МИХАЛКОВ

БАНКЕТ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Представительное меню от повара Екатерины Михайленко

ЛЮБИМОЕ БЛЮДО

– Я 16 ЛЕТ РАБОТАЮ В СФЕРЕ ОБЩЕПИТА, – РАССКАЗЫВАЕТ ЕКАТЕРИНА МИХАЙЛЕНКО. – ЗНАЕТЕ, ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ У ПЛИТЫ НЕ КАЖДЫЙ ВЫДЕРЖИТ. Я ЛЮБЛЮ ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ, И ЭТО МЕНЯ ВДОХНОВЛЯЕТ. У НАС КОЛЛЕКТИВ В КАФЕ ДРУЖНЫЙ. КАЖДЫЙ ПРОФИ В СВОЕМ ДЕЛЕ – МОЖЕМ И ХЛЕБ ИСПЕЧЬ, И БЛЮДА ДЛЯ БАНКЕТА ПРИГОТОВИТЬ. МЫ ВЗАИМОЗАМЕНЯЕМЫ: КАЖДЫЙ ЗНАЕТ ВСЁ О ГОРЯЧИХ, ХОЛОДНЫХ БЛЮДАХ И САЛАТАХ.

– 20 лет живу в Муравленко, – продолжает Екатерина. – До этого проживала в Приднестровье, Тирасполе. Работала швеей на фабрике, в столовой. После распада Союза переехали на Север. За это время довелось поработать и продавцом, и сторожем.

Время летит, дочери уже обзавелись собственными семьями. Наталья – домохозяйка, растит двух сыновей – Льва и Глеба, Мария работает младшим воспитателем в детском саду «Непоседы».

– Екатерина Григорьевна, какие блюда в вашей семье идут на ура?

– Дети и внуки любят блинчики, манты, хинкали, отбивные из куриной печени. К примеру, блинчики делаю с разной начинкой, манты с фаршем из говядины и свинины с добавлением картофеля или тыквы, хинкали обязательно начиняю говяжьим или бараньим фаршем и добавляю кинзу, чеснок. Дочь любит салат «Гурман». В его состав входят груша, яблоко, ветчина, куриная грудка, огурец и майонез. Все ингредиенты для этого салата режем соломкой. Салат «Дворянское гнездо» любят все. Говядину режем соломкой, маринуем с добавлением уксуса и оставляем на ночь. На следующий день обжариваем мясо и репчатый лук на раскаленной сковородке. Подаем мясо с луком на листьях салата с помидорами черри и зеленью. Еще к праздничному столу готовлю красную рыбу с кабачками в слоено-дрожжевом тесте. Уходит тоже на ура. В целом для меня и на

работе, и дома самый лучший показатель, когда тарелки – пустые, значит, получилось вкусно.

– Поделитесь профессиональными рецептами блюд, которые можно приготовить дома к особому торжеству. Так сказать, банкетный вариант...

– С удовольствием, записывайте!

САЛАТ «ОБЖОРКА»

Ингредиенты: куриное филе – 500 г, яйца – 5-7 шт., лук – 1 шт., молоко – 2 ст. л., сметана – 2 ст. л., зелень и соль по вкусу.

Сначала готовим блинчики. Взбиваем 2 яйца с 2 столовыми ложками молока, добавляем перец и соль по вкусу. Жарим блинчики и даем им остыть. Кстати, из 1 яйца получается 1 блинчик. Куриное филе отвариваем. Порезанный полукольцами лук пассеруем. Все остальные ингредиенты нарезаем соломкой, смешиваем с небольшим количеством сметаны или майонеза. Украшаем зеленью. Иногда в салат я добавляю свежий огурец.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ БЛИНЧИКАМИ, В СЫРНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ

Ингредиенты: курица, 2 яйца, 1 стакан молока, мука, 150 г твердого сыра, 2 ст. л. сметаны, 1-2 головки репчатого лука, 1 морковь, соль и перец – по вкусу.

Курицу помыть, почистить, отделить кожу, причем крылышки оставляем целыми, для фарша отделяем мясо от костей. Крупно режем репчатый лук и морковь, пассеруем на растительном масле до мягкости, остужаем. Пропускаем через мясорубку вместе с куриным мясом и 2 зубчиками чеснока. Солим, по желанию можно добавить специи. Фарш хорошо перемешиваем, слегка отбиваем и убираем в холодильник.

Замешиваем тесто для блинов на 1 яйце и 1 стакане молока, щепотке соли. Получится 10-15 блинчиков.

Готовим сырно-сметанный соус. Для этого измельчаем сыр на терке, смешиваем его со сметаной и яйцом.

Намазываем каждый блин фаршем, формируем рулетик. Смазываем сырно-сметанным соусом и укла-

дываем внутрь курицы. В тушке должно оставаться немного свободного места, чтобы во время запекания кожа не лопнула. Зашиваем курицу нитками или скалываем деревянными шпажками. Запекаем при 160-170 градусах 30 минут до золотистой корочки. Во время запекания 2-3 раза смазываем поверхность курицы образовавшимся соком. После запекания даем курице постоять 5-10 минут, затем удаляем нитки и шпажки. Нарезаем на порции и подаем к столу со свежими овощами или овощами-гриль (кабачок, болгарский перец, помидор, огурец, баклажан) и зеленью.

ТАРТАЛЕТКИ С БЕЛКОВЫМ КРЕМОМ

Ингредиенты: 3-4 яйца, сахар, соль, молоко, мука, 1 пачка маргарина, разрыхлитель.

Готовим тесто. Муку просеиваем, добавляем разрыхлитель, рубленый размягченный маргарин, молоко. Замешиваем мягкое и плотное тесто. Желательно это делать быстро, чтобы тесто не затянулось и при выпечке изделия не стали жесткими. Даем тесту «отдохнуть» пару минут.

Небольшие кусочки теста выкладываем в формочки для тарталеток и разравниваем руками. На дне делаем проколы вилкой, чтобы тесто не поднималось. Отправляем формочки в разогретую до 180 градусов духовку, выпекаем до золотистой корочки.

Ингредиенты для крема: 3-4 яичных белка, 1 стакан сахара.

В охлажденные белки добавляем соль на кончике ножа, взбиваем до образования «шапки», затем вводим сахар. Кастрюлю с белками ставим на паровую баню, взбиваем в течение 5-7 минут, пока белки не начнут немного накручиваться на венчике.

На дно тарталеток можно положить грецкие орехи, миндаль, свежие или замороженные ягоды, джем или повидло. При помощи кондитерского мешка заполняем тарталетки кремом, сверху по желанию посыпаем тертым шоколадом.

Приятного аппетита!

Нина ГУЛЬТЯЕВА
Фото Дарьи ТЮМЕНЦЕВОЙ



О ЧЁМ ГОВОРЯТ ЗВЁЗДЫ

♈ ОВЕН

Постарайтесь, несмотря на оптимистический настрой, реально оценить свои силы и не перегружать себя лишними заботами и хлопотами. И не стоит искать в работе утешение от проблем личной жизни.

♉ ТЕЛЕЦ

События, которые произойдут на этой неделе, избавят вас от парочки застарелых комплексов. В конце недели возможны приключения, не таящие в себе особой опасности.

♊ БЛИЗНЕЦЫ

Не стоит позволять эмоциям одержать над вами победу, докажи-

те, кто настоящий хозяин положения. Сделав правильный выбор, вы ощутите спокойствие и гармонию.

♋ РАК

В четверг родственникам может понадобиться ваша помощь. В пятницу постарайтесь контролировать ситуацию и действовать разумно. В субботу не сидите дома, идеальный вариант – провести этот день в гостях.

♌ ЛЕВ

Неделя принесет вам новые цели и жизненные установки. Старайтесь не тратить драгоценное время впустую. Всё задуманное может исполниться, если вы спокойно и четко будете делать свое дело.

♍ ДЕВА

Одна из важных задач этой недели – выбрать первоочередные дела и то, что можно отложить. Старайтесь не принимать скоропалительных решений: сначала всё хорошо продумайте.

♎ ВЕСЫ

Ищите во всём позитив. Возможно, будет меняться ваш взгляд на определенные материальные и духовные ценности. И это может положительно сказаться на вашей судьбе.

♏ СКОРПИОН

Скрытые проблемы станут явными, а значит, их срочно пора решать.

Тем самым вы избавите себя от серьезных трудностей в будущем. В целом вы поймете, что всё складывается хорошо.

♐ СТРЕЛЕЦ

Наступает достаточно благоприятный период, но помните, что конкуренты не дремлют. Не стоит демонстрировать всем и каждому свои слабые и уязвимые места.

♑ КОЗЕРОГ

Вероятно нарушение обязательств со стороны партнеров и, как следствие, конфликт. Не стоит его развешивать людям, что они перед вами виноваты?

♒ ВОДОЛЕЙ

Наступает время пересмотра ценностей. Начните с себя – вы себя явно недооценивали. Проявите настойчивость и уверенность, придется израсходовать немало сил на убеждение коллег в своей правоте.

♓ РЫБЫ

Прежде чем принять окончательное предложение, вам необходимо всё продумать и не обольщаться. И сомнения в собственных силах исчезнут, а это будет способствовать повышению вашей работоспособности.

/По материалам интернет-изданий/

ПРОЕКТ БЮДЖЕТА – БЕЗДЕФИЦИТНЫЙ

Продолжается работа над главным финансовым документом на предстоящий трёхлетний период

ОКРУЖНАЯ КАЗНА

В ЗАКОНОДАТЕЛЬНОЕ СОБРАНИЕ РЕГИОНА ПОСТУПИЛ ПРОЕКТ ЗАКОНА АВТОНОМНОГО ОКРУГА «ОБ ОКРУЖНОМ БЮДЖЕТЕ НА 2019 ГОД И НА ПЛАНОВЫЙ ПЕРИОД 2020 И 2021 ГОДОВ». В ТЕЧЕНИЕ МЕСЯЦА КОМИТЕТЫ И ДЕПУТАТСКИЕ ОБЪЕДИНЕНИЯ МОГУТ ВЫРАЗИТЬ ЗАМЕЧАНИЯ И ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО ПРЕДСТАВЛЕННОМУ ПРОЕКТУ.

«Сейчас нам важно тщательно проанализировать все параметры бюджета на предстоящий период, посмотреть, насколько учтены в документе вопросы, поднимаемые депутатским корпусом, в том числе предложения по решению проблем, прозвучавших на встречах с избирателями», – отметил председатель Законодательного Собрания автономного округа Сергей Ямкин.

Представленный проект окружного бюджета – бездефицитный. Он сохранит свою социальную направленность: более 80 % расходов – социально значимые. Как и в предыдущие годы, предполагается применять программный метод планирования распределения бюджетных ассигнований. Будет продолжена реализация 27 утверждённых программ автономного округа.



Бюджет сохранит свою социальную направленность, значительная часть расходов – на образование

Первый заместитель спикера, председатель Комитета окружного парламента по

Как и в предыдущие годы, предполагается применять программный метод планирования распределения бюджетных ассигнований. Будет продолжена реализация 27 утверждённых программ автономного округа.

Важным является создание условий для реализации задач, обозначенных в Указе Президента Российской Федерации «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». Учитывая цели национальных проектов, которые направлены на увеличение продолжительности жизни и повышение качества здравоохранения, формирование высоких стандартов экологического благополучия, доступности дошкольного образования и улучшение качества общего образования, а также создание конкурентоспособного экспортно ориентированного сегмента в базовых отраслях промышленности, сельского хозяйства и сферы услуг, повышение производительности труда, данные виды расходных обязательств будут являться приоритетными.

экономической политике, бюджету и финансам Виктор Казарин высказал уверенность в том, что важнейшим приоритетом бюджетной политики автономного округа в среднесрочной перспективе, как и прежде, останется обеспечение устойчивости бюджетной системы региона, сохранения положительной динамики экономического роста путем формирования условий, направленных на стимулирование инвестиционной активности и развитие малого и среднего предпринимательства.

Бюджет на очередной финансовый год и плановый период формируется на основе прогноза социально-экономического развития региона на среднесрочную перспективу с учетом основных направлений бюджетной, налоговой и долговой политики региона на 2019–2021 годы.

КСТАТИ

Сформирован проект повестки очередного заседания парламента

Одним из основных вопросов повестки является утверждение бюджетов региона и Территориального фонда обязательного медицинского страхования на трехлетние периоды. Проект окружного бюджета ямальские парламентарии изучат постатейно 20 ноября на расширенном заседании Комитета по экономической политике, бюджету и финансам.

Кроме того, на предстоящем заседании депутаты планируют внести изменения в региональный закон в области охоты и сохранения охотничьих ресурсов. Поправки в окружных законах в сферах здравоохранения, налоговой политики, проведения капитального ремонта в многоквартирных домах, поддержки детей-сирот и рынка труда будут рассмотрены в первом чтении. Пока в проект повестки вошло более 20 вопросов. Заседание назначено на 22 ноября.

АСПЕКТЫ

Прозрачность и повышение конкурентности – главное преимущество

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОМИТЕТА ОКРУЖНОГО ПАРЛАМЕНТА ПО ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКЕ, БЮДЖЕТУ И ФИНАНСАМ ВИКТОР КАЗАРИН ПРИНЯЛ УЧАСТИЕ В СЛУШАНИЯХ В ГОСУДАРСТВЕННОЙ ДУМЕ, ПОСВЯЩЕННЫХ ОБСУЖДЕНИЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ И НОВЫХ ПРАВИЛ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАКУПОК В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ.

Обновленные электронные процедуры вступят в силу с 1 января 2019 года.

Мероприятие, организованное Комитетом Госдумы по экономической политике, промышленности, инновационному развитию и предпринимательству, прошло с участием депутатов Госдумы, представителей Министерства финансов, Федерального казначейства, Федеральной антимонопольной службы, делового сообщества, операторов электронных площадок, крупнейших российских заказчиков, представителей банковской сферы.

Участники обсудили правоприменительную практику исполнения федеральных законов в сфере закупок для обеспечения государственных и муниципальных нужд, а также изменения, принятые в конце 2017 года, которые предусматривают перевод в электронный вид всех процедур, используемых при госзакупках.

Как было отмечено в ходе слушаний, с момента перехода закупок в электронную форму актуальными становятся несколько направлений. Среди них – оптимизация механизма проведения процедур, в частности, введение универсальной квалификации: к ним будут допускаться только участники, которые имеют уже минимальный опыт осуществления госзакупок. Второе направление – унификация процедур планирования путем создания единого документа, включающего формирование плана закупок и план-график закупок, который в автоматизированном режиме будет постепенно наполняться по стадии приближения к соответствующей закупке. Кроме того, будет устранена цикличность при проведении процедур. Еще одним направлением является введение каталога товаров и услуг, который начал формироваться на площадке Министерства финансов с сентября 2017 года.

По итогам слушаний Виктор Казарин пояснил, что на пути перехода к электронным процедурам не исключено возникновение некоторых сложностей: «Но при этом есть ряд неоспоримых преимуществ – повышение прозрачности закупок, конкуренции. Это будет следствием возможности участия в процедурах поставщиков из других регионов. Кроме того, снижается стоимость участия в закупках. Составлять заявки и направлять их заказчику станет проще и дешевле».

В целях конструктивного диалога

СОТРУДНИЧЕСТВО



СЕРГЕЙ ЯМКИН ПРИНЯЛ УЧАСТИЕ В СЕССИИ КОНГРЕССА МЕСТНЫХ И РЕГИОНАЛЬНЫХ ВЛАСТЕЙ СОВЕТА ЕВРОПЫ.

35-я сессия Конгресса местных и региональных властей Совета Европы проходила в Страсбурге в начале ноября. Спикер ямальского парламента вошел в состав российской делегации по распоряжению президента РФ.

На мероприятии собралось более шестисот участников, представляющих интересы 47 государств. Основной темой осенней сессии стало обсуждение этичного поведения мест-

ных и региональных политиков, наделенных властными полномочиями на местном или региональном уровнях. В рамках пленарного заседания были изучены вопросы региональной политики, финансового положения регионов и муниципалитетов, их роль в преодолении миграционного кризиса в Европе. Рассматривались документы Конгресса, оценивающие состояние демократии на местном и региональном уровнях в ряде стран – членов Совета Европы, в том числе в Литве, Молдавии и Грузии.

Сергей Ямкин отметил, что участие России на международной площадке такого уровня имеет стратегически важное политическое значение, обеспечивающее межгосударствен-

ный диалог по широкому спектру вопросов: «Это, прежде всего, учет политического мнения России по укреплению приграничного и межрегионального сотрудничества в Европе, а также мониторинговая миссия в целях конструктивного политического диалога с членами Совета Европы в отношении муниципальной и региональной демократии». По мнению спикера, исполнение полномочий, данных депутатам избирателями, неразрывно связано с соблюдением этических норм и продвижением этических стандартов на местном и региональном уровнях: «Это является обязательным условием поведения выборного лица, дорожащего мнением своих избирателей».

ПРОБИРКИ, КОЛБЫ, РЕАГЕНТЫ

Наталья Бильданова влюблена в свою стихию

ТВОИ ЛЮДИ, ГОРОД!

В КАБИНЕТЕ МНОГО ЭЛЕКТРОННОЙ ТЕХНИКИ И ВЫСОКОТОЧНОГО ОБОРУДОВАНИЯ. БЕЛЫЙ ХАЛАТ, ПРОБИРКИ, КОЛБЫ, РЕАГЕНТЫ... 150 ПРОБ ЗА СМЕНУ! БОЛЕЕ 30 ЛЕТ ОНА НА СВОЕМ РАБОЧЕМ ПОСТУ. ИТАК, ЗНАКОМЬТЕСЬ, НАТАЛЬЯ БИЛЬДАНОВА - ЛАБОРАНТ ЦЕХА ХИМИЧЕСКОГО АНАЛИЗА СУТОРМИНСКОГО МЕСТОРОЖДЕНИЯ.

В далеком Грозном она, получив профессию лаборанта, исследовала газ на газоперерабатывающем заводе. В 1984-м с супругом и сыном приехала в Муравленко, и вот уже 34 года работает с нефтью, водой и газом с самого начала образования предприятия. Все эти годы она верна Суторме.

Бок о бок с Натальей под началом руководителя ЦХА Сергея Бакланова трудятся более сотни лаборантов и инженерно-технических работников. Но их объединяет одно – верность избранному делу.

“

В первые годы работы в 80-х разное бывало. И бутылки с пробами размерзались, и колбы взрывались. Поскольку условия для исследований были довольно примитивными.

«Мы, лаборанты, осуществляем контроль и следим за качеством всей добываемой нефти и газа для всех производственных цехов. Определяем десятки различных показателей. К примеру, в углеводородном сырье это может быть объем механических примесей, а

также влагосодержание. В воде выявляем не только содержание натрия, магния, калия, кальция, но и даже количество анионов и катионов», – вводит в курс дела Наталья Владимировна.

Работа ответственная. Подразделение занимает важное место в цепочке добычи нефти. Лаборанты-химики, по сути, глаза технологов и геологов. «Круглосуточные» исследования, которые выкладываются в сетевые программы, помогают корректировать работу всех технологических процессов, планировать необходимые геолого-технические мероприятия, а также производить перерасчет добычи нефти. Поэтому точность в проведении исследований очень важна.

Помимо этого, в зону ответственности химиков входит экологический мониторинг наземных и подземных водных источников. Они также определяют наличие нефтепродуктов и ряд других показателей в водных объектах, расположенных на территории деятельности предприятия.

Работа лаборантов связана с химическими реагентами и углеводо-

дят. Созданы все необходимые условия для безопасной работы: имеются принудительная система вентиляции, вытяжные шкафы.

А что касается в целом охраны труда, то, как и все работники предприятия, лаборанты ставят в этом плане для себя «цель – ноль», то есть стремятся не просто предотвращать инциденты, но еще и предугадывать их возникновение. «По части правил техники безопасности мы регулярно проходим обучение. Знаем, как вести себя в нестандартных ситуациях и оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, – рассказывает Наталья Владимировна. – А вот в первые годы работы в 80-х разное бывало. И бутылки с пробами размерзались, и колбы взрывались. Поскольку условия для исследований были довольно примитивными. В арсенале лаборанта был минимальный набор инструментов и несколько видов реагентов. Приборов в наличии – раз-два и обчелся, да и ходили мы в ватниках и валенках. Добиралась до работы довольно часто на попутках».

Сейчас трудно это даже себе представить. В течение последних лет труд лаборантов значительно облегчился, большинство анализов проводится на высокоточном оборудовании. Сегодня это кажется невероятным, но в середине 90-х проводили некоторые анализы нефтепродуктов на самодельных аппаратах. Многие из них были сварены местными умельцами. К примеру, разделяли нефть и воду в железном, сваренном кустарным способом, корыте при температуре 70 градусов, которую надо было поддерживать в течение часа на обычных электрических плитках. Даже лабораторная посуда была на вес золота...

Наставничество во все времена высоко ценится на предприятии. Наталья охотно берет новичков под свою опеку, с удовольствием делит-

родным сырьем, которые имеют определенный запах и цвет. Интересно: «Какие оттенки запаха и цвета имеет нефть?» «Нефть, честно говоря, отдаленно напоминает бензин, а вот цвет у нее разный – от черного до светло-коричневого, – поясняет лаборант. – Здоровью запаха не вре-



ся опытом и знаниями. «Мне пришлось быть наставником и для моей дочери Виктории. Она сейчас находится в отпуске по уходу за младшеньким Богданом, старшие – Геннадий и Андрей – посещают школу и сад. Радуюсь, когда они с зятем Александром приезжают на дачу. Угощаю родных выращенными на ямальской земле ягодами, овощами и свежей зеленью. Внукам – раздолье. Мне –

радость от общения с ними», – говорит Наталья Владимировна.

P. S. Не могло показаться... Так и есть. Наталья Бильданова влюблена в свою работу. С нетерпением ждет окончания отпуска, чтобы вернуться в дружный и профессиональный коллектив и вновь окунуться в свою стихию – химию.

**Нина ГУЛЬТЯЕВА
Фото Олега УШКОВА**

Свести риски к минимуму

В «Газпромнефть-Муравленко» открылся учебный класс производственной безопасности

ТЕХНОЛОГИИ

С ОТКРЫТИЕМ УЧЕБНОГО КЛАССА РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ «ГАЗПРОМ НЕФТЬ» В ОБЛАСТИ ПРОМЫШЛЕННОЙ И ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ОХРАНЫ ТРУДА ПОЛУЧИЛО НОВЫЙ ИМПУЛЬС. УЧИТЬСЯ СОБЛЮДАТЬ ТЕХНИКУ БЕЗОПАСНОСТИ МУРАВЛЕНКОВСКИЕ НЕФТЯНИКИ ТЕПЕРЬ БУДУТ НА СОВРЕМЕННОМ ОБОРУДОВАНИИ И ПРИ ПОМОЩИ 3D-ТЕХНОЛОГИЙ.

Александр Шушаков, генеральный директор АО «Газпромнефть-Ноябрьскнефтегаз», сказал: «Основная цель, которую мы себе поставили, основана на трех принципах, на них мы будем строить и добычу, и

производственную деятельность. Это безопасность, экологичность и эффективность. Вот эти три нита, три принципа, которые мы сегодня внушаем всем – и операторам, и высшему руководству».

Учебный класс оснащен по последнему слову техники. Оборудование позволяет доступно объяснять основные принципы безопасного труда.

Инна Алатарцева, начальник управления промышленной безопасности, охраны труда и здоровья, рассказывает: «В этом классе будет проводиться вводный инструктаж для вновь принятых сотрудников акционерного общества и работников подрядных организаций. Далее класс планируется использовать для предаттестационной подготовки работников всех уровней и их последующей аттестации».

Для более полного визуального погружения сотрудников в процесс безопасного производства в классе применяются виар-технологии. Надев шлем, вы «оказываетесь» на кустовой площадке и можете провести необходимые производственные операции, соблюдая все меры безопасности.

Интерактив здесь повсюду. На стеновых видеопанелях демонстрируются производственные процессы с подсказками, как нужно и как нельзя выполнять работу. А центральный видеомонитор поможет организовать видеоконференцию и провести обучающий семинар.

«Безопасность начинается с тебя» – приоритетный корпоративный слоган компании «Газпром нефть». И в этот процесс стараются вовлечь всех – от руководителей до опера-



В новом учебном классе производственной безопасности интерактив повсюду

торов добычи и работников подрядных организаций.

Айяр Сулейманов, технический директор – первый заместитель генерального директора АО «Газпромнефть-Ноябрьскнефтегаз», подчеркивает: «Перед нами стоит задача поднять в компании уровень безопасности, в том числе экологической, на мировой уровень. Работа проводится в большом объеме, и мы все настроены на то, чтобы эту задачу выполнить».

«Цель – ноль». Это значит, что компания стремится свести к нулю возможность возникновения любых нештатных ситуаций, угрожающих окружающей среде или персоналу. Приоритетная задача – вовсе исключить все экологические и техногенные риски не только в работе сотрудников «Газпромнефть-Ноябрьскнефтегаз», но и в подрядных организациях. А новый класс станет одной из площадок обучения безопасному труду.

Эрнэст БАВШИН. Фото предоставлено пресс-службой «Газпромнефть-Ноябрьскнефтегаз»

КОГДА НА ВЕСАХ ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА,

или Как бороться с лишними килограммами

КОНСУЛЬТАЦИЯ

«МОЙ РЕБЕНОК ИМЕЕТ ЛИШНИЙ ВЕС, – РАССКАЗЫВАЕТ ОДНА МОЯ ЗНАКОМАЯ. – РАНЬШЕ МЫ НЕ ПРИДАВАЛИ ЭТОМУ БОЛЬШОГО ЗНАЧЕНИЯ, ДУМАЛИ: ПОДРАСТЕТ И СО ВРЕМЕНЕМ «ВЫТЯНЕТСЯ»... НО ПОСЛЕ ТОГО, КАК У НЕГО ПОВЫЛИСЬ ПРОБЛЕМЫ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ, НАЧАЛИСЬ ЧАСТЫЕ ГОЛОВНЫЕ И СУСТАВНЫЕ БОЛИ, РЕШИЛИ ОБРАТИТЬСЯ К ЭНДОКРИНОЛОГУ. СДАЛИ МНОГО РАЗЛИЧНЫХ АНАЛИЗОВ. ОКАЗАЛОСЬ, ЧТО У СЫНА ОТКЛОНЕНИЕ ПО ВЕСУ ОТ НОРМЫ БОЛЕЕ ЧЕМ НА 15 КИЛОГРАММОВ. КРОМЕ ЭТОГО, ПОВЫШЕН УРОВЕНЬ САХАРА И ХОЛЕСТЕРИНА В КРОВИ.»

Эта проблема сегодня актуальна для многих регионов, в том числе и районов Крайнего Севера. По словам медиков, в Муравленко с лишним весом почти двадцать процентов детей. На учете у эндокринолога состоят 150 юных пациентов. «Чаще всего на прием приходят школьники после медицинских осмотров, – рассказывает врач-эндокринолог Айгерим Мукашева. – Мы рассчитываем по определенной формуле индекс массы тела, исходя из возраста, пола, роста и веса ребенка».



Как и у взрослых, ожирение у детей трудно поддается лечению. Чтобы терапия была успешной, для начала нужно выяснить причины заболевания.

ЧРЕВАТ ОСЛОЖНЕНИЯМИ

Лишний вес – еще не болезнь, но если с ним не бороться, то можно заработать ожирение, а это уже достаточно серьезный диагноз. «В детском возрасте избыточная масса тела вызывает широкий спектр осложнений, – поясняет заведующая педиатрическим отделением Татьяна Ким. – Среди них – высокая вероятность раннего развития сахарного диабета, сердечно-сосудистых заболеваний, нарушение работы скелетно-мышечной системы. Лишний вес может даже стать причиной онкологии. Именно поэтому мы просим родителей при появлении признаков болезни отнестись к этому серьезно и пройти обследование».

Врач-эндокринолог по результатам анамнеза, взвешивания и измерения роста решает, какие исследования необходимо провести для постановки точного диагноза. «Как и у

взрослых, ожирение у детей трудно поддается лечению, – рассказывает Айгерим Мукашева. – Чтобы терапия была успешной, для начала нужно выяснить причины заболевания. В первую очередь я назначаю общий и биохимический анализы крови. Провожу тест с нагрузкой глюкозы. Кроме этого, нужно пройти ультразвуковые исследования печени и щитовидной железы. Всю основную диагностику можно сделать в Муравленко абсолютно бесплатно по полису за счет средств фонда обязательного медицинского страхования».

МИНУС 6 КГ ЗА 4 МЕСЯЦА

Как показывает практика, лишь 3-5 % детей имеют лишний вес из-за серьезных заболеваний – генетических отклонений и проблем с эндокринной системой. Основная же причина – неправильный образ жизни ребенка. У сына моей знакомой дело было именно в этом. Часть анализов показала, что есть отклонения от нормы, но не критичные. Врач рекомендовал ребенку диету. При этом одно из важных условий – отказ от перекусов, еды перед компьютером или телевизором. Также в режим дня необходимо было включить дополнительные физические нагрузки.

«Лечение мы действительно начинаем с диеты, – рассказывает Айгерим Мукашева. – Здесь родителям необходимо учесть, что полное или частичное ограничение в еде, которое предусмотрено для взрослых, для детей недопустимо. Для правильного развития юного организма крайне необходимы витамины, минералы и микроэлементы. Питание мы подбираем индивидуально, вплоть до расчета калорий исходя из возраста, пола и образа жизни ребенка. Питаться нужно в одно и то же время, часто, но небольшими порциями. Обязателен категорический отказ от фастфуда и сладкого. Рекомендуется нормированный режим дня, увеличение физических нагрузок. В редких случаях мы выписываем медикаментозное лечение».

ПРОБЛЕМЫ – РЕШАТЬ, А НЕ ЗАЕДАТЬ

Бывают и такие случаи, когда лишний вес у ребенка появляется вследствие влияния психологических факторов. «Конфликты в семье, одиночество, гнев, страх способствуют заеданию проблем, – рассказывает медицинский психолог Елена Салаварова. – С помощью еды заглушаются негативные эмоции. Или, например, когда родители, старшие родственники – бабушки и дедушки, усиленно пытаются накормить свое чадо, внушая ему: «Если покушаешь, то ты станешь хорошим ребенком и будешь здоровым». Влияют на лишний вес и пристрастие к компьютерным играм и просмотру телевизора, когда любая еда машинально поглощается в больших количествах. Для того чтобы избежать психологических проблем, папам и мамам стоит более внимательно относиться к своему ребенку. Постараться стать, в первую очередь, для него другом. Чаще общаться, расспрашивать, как он провел день, наблюдать за эмоциями и поведением. Не будет лишним найти общее для всех членов семьи увлечение – это только поможет сплотить семью».

Инна ЮШИНА
Фото из Рунета



Взрослые, начните с себя!

Родители должны показать пример здорового образа жизни, отказавшись от вредных привычек и просмотра телепередач с употреблением еды.

Придерживаться правильного питания: принимать пищу 4 раза в день в одно и то же время, готовить блюда лучше на пару или варить, тушить, запекать.

Есть медленно: примерно 20 минут требуется человеку, чтобы почувствовать себя сытым, чем медленнее он будет съедать порцию, тем меньше вероятность переедания.

Снизить потребление соли.

Приобщиться всей семьей к физическим нагрузкам, занятиям спортом и активной деятельности: делать утреннюю зарядку, чаще гулять на свежем воздухе, посещать тренажерный зал или бассейн.

Придерживаться строгого режима дня, вовремя ложиться спать.

Регулярно следить за своим весом, взвешиваться не меньше одного раза в неделю.

Средний показатель калорий в 100 г продукта



Чем заменить вредные высококалорийные продукты на полезные и без потери вкуса

ГОРОД ВДОХНОВЛЯЕТ

Юные художники получили подарки от «Муравленко Медиа»

ПАЛИТРА КОНКУРСА

СТЕЛА НА ВЪЕЗДЕ В ГОРОД, «КАПЛЯ НЕФТИ», ЗДАНИЕ ГОРОДСКОГО ЗАГСА, АЛЛЕЯ СЛАВЫ, ХРАМ ПРЕОБРАЖЕНИЯ ГОСПОДНЯ... КАК ПОКАЗАЛ КОНКУРС, КОТОРЫЙ ОРГАНИЗОВАЛА КОМПАНИЯ «МУРАВЛЕНКО МЕДИА», ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТЕЙ, ДОСТОЙНЫХ КИСТИ ЮНЫХ ХУДОЖНИКОВ, В НАШЕМ ГОРОДЕ НЕМАЛО.

В творческом состязании приняли участие 20 юных жителей города в возрасте от 7 до 13 лет. Работы оказались разными – и по технике исполнения, и по содержанию. Но все они отражают любовь к нашему общему дому, к нашему городу, который для всех участников является родным. Победителей и призеров конкурса выбрало жюри. Работы произвели на всех большое впечатление, поэтому судьи не смогли ограничиться определением только тройки призеров, а решили также отметить авторов, отличившихся в особых номинациях. Обладателей приза зрительских симпатий определили сами жители города по результатам голосования на сайте muravlenko24.ru. И в минувшую пятницу все победители и участники получили подарки и призы от компании «Муравленко Медиа» и спонсоров – сети магазинов игрушек «БЕГЕМОТИК» в г. Муравленко и магазина постоянных распродаж «Галамарт».



▲ Храм Преображения Господня. Боталова Алёна. 8 лет



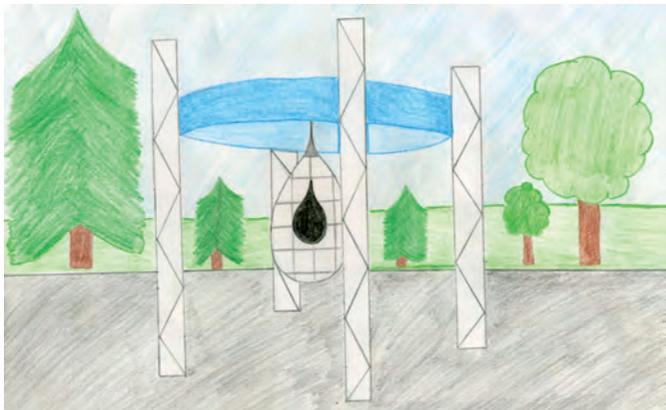
▲ Его именем назван наш город. Озимук Елена. 13 лет



▲ Скульптурная композиция «Детям Севера посвящается». Якимчук София. 8 лет



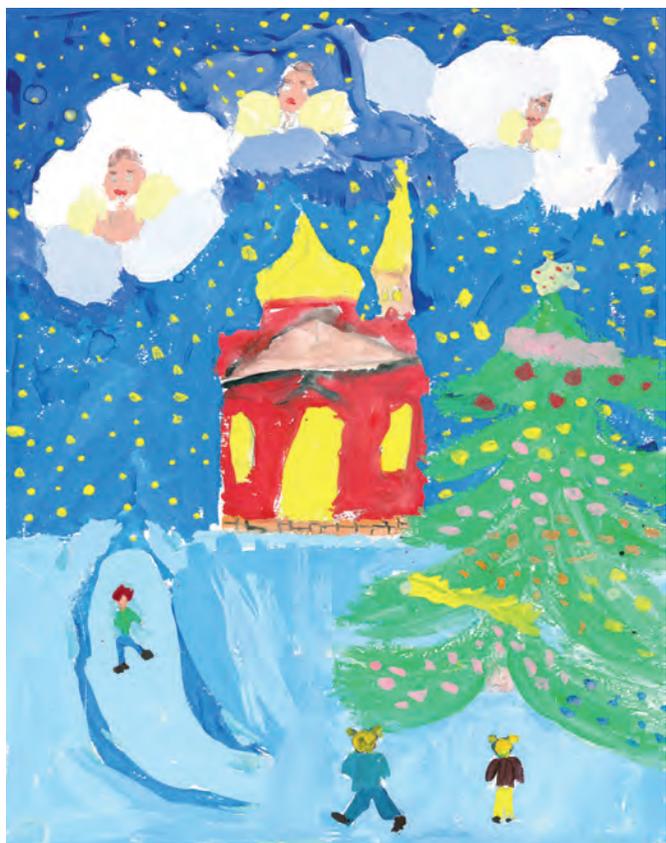
▲ Дворец бракосочетания. Староверцева Валерия. 13 лет



▲ «Капля нефти». Кербс Полина. 11 лет



▲ Муравленко – мой город! Жаркова Василиса. 12 лет



▲ Святые места моего города. Калимуллина Алина. 8 лет



▲ Аллея Славы. Мария Буряк. 7 лет



▲ Лесная аллея в моем любимом Муравленко. Яковлева Софья. 6 лет



▲ Мое любимое место. Калинина София. 8 лет