



НАШ ГОРОД

ИЗДАЕТСЯ СО 2 ИЮЛЯ 1994 ГОДА



Читайте все новости нашего города онлайн на сайте www.muravlenko24.ru



#МестоРождения
1984



фото из городского архива

В 1987 году жители поселка вышли на Первомайскую демонстрацию. По улицам прошли колонны сотрудников 35 предприятий и организаций. Шествие открывали школьники. Колонну промышленных предприятий возглавил коллектив НГДУ «Сурторминскнефть».

В номере

Ремонт по правилам

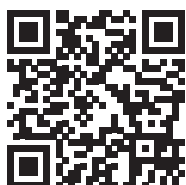
5 Как сделать перепланировку в квартире и при этом не нарушить закон? С чего следует начать и что необходимо учесть? Какие виды работ можно выполнить во время реконструкции жилья, а какие категорически нельзя?

На заметку отпускнику



8 Середина мая – отличное время для планирования летнего отпуска. Наш корреспондент выяснила преимущества и недостатки в случаях самостоятельных путешествий и приобретения пакетных туров в агентствах.

НАШИ НОВОСТИ



#мыпатриоты

«ВО СЛАВУ ОТЕЧЕСТВА»

Восьмиклассники показали себя в конкурсе строя и песни



БОЛЬШЕ ФОТО
НА НАШЕМ САЙТЕ

На конкурсе восьмиклассники старательно преодолевают волнение, демонстрируя настоящую волю и стремление победить
/ ФОТО ЮЛИИ СИДАРЮК

● Анастасия Попова, popova.av@muravlenko.media

Очередной сезон сетевого проекта по патриотическому воспитанию «Во славу Отечества» подходит к финалу. На заключительном этапе около 250 восьмиклассников демонстрировали военную выправку: выполняли команды и чеканили шаг на конкурсе строя и песни.

Перед началом состязаний каждый взвод торжественно рапортует главному судье соревнований. Конкурс строя и песни – один из самых сложных, в то же время это и самый зрелищный этап соревнований. К нему, так же, как и к другим, ребята готовились задолго до старта.

На лицах восьмиклассников во время строевого марша – серьезность, уверенность и целеустремленность. Внутреннее волнение старательно преодолевают, демонстрируя на конкурсе настоящую волю и стремление победить.

За каждый шаг в строю переживают их преподаватели. Они постарались пере-

дать ребятам все свои знания, умения и навыки. Сергей Дугин, преподаватель-организатор ОБЖ школы № 4, рассказывает: «Подготовкой к конкурсу строя и песни мы занимались несколько раз в неделю. Заметно, что ребята маршируют и понимают, насколько важно владеть строевой подготовкой для будущей службы в рядах Вооруженных сил Российской Федерации».

Иван Зорин из кадетского класса делится, что они учатся маршировать уже на протяжении четырех лет, а готовиться к конкурсу начали 3–4 месяца назад: «Подходить к этому надо со всей серьезностью:

учиться держать осанку, маршировать синхронно, тянуть носок, все команды знать наизусть».

Сетевой проект «Во славу Отечества» стартовал в Муравленко три года назад. За это время в нем приняли участие более семисот мальчишек и девчонок. Каждый год ребята показывают достойные результаты.

Представитель оргкомитета проекта «Во славу Отечества» Анатолий Грибанов комментирует: «На конкурсе строя и песни критериев оценивания очень много: это и действия командира, и четкость, синхронность строя и исполнение песни. Научиться всему этому на самом деле очень сложно».

В этом году конкурс строя и песни традиционно посвящен Победе советских войск над фашистской Германией в Великой Отечественной войне. Результаты конкурса станут известны уже в эту пятницу. Команда-победитель в сентябре отправится в Севастополь. ▲

#развитие



ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ – «ЛАДУШКИ»

На улице Школьной построят детский сад и школу

● Эрнэст Бавшин, bavshin.es@muravlenko.media

В микрорайоне Молодёжном на огороженном когда-то пустыре работает спецтехника. Экскаваторы роют траншеи, грузовики завозят трубы... Коммунальщики начали прокладывать инженерные коммуникации для новых объектов. Здесь начинается большая стройка.

Площадку для нового детского сада «Ладушки» заложили в сентябре 2017 года. Но потребовалось некоторое время для внесения изменений в существующий проект. Сейчас план возведения детского сада на 230 мест получил положи-

тельное заключение государственной экспертизы. Объект построят в рамках программы государственно-частного партнерства.

Андрей Лукьянов, первый заместитель главы Администрации города, поясняет: «В

районе строительной площадки установят новую трансформаторную подстанцию, проложат новые сети канализации, тепловодоснабжения, электроснабжения. Мы рассчитываем, что в летний период, к моменту, когда уже зайдут подрядчики на строительство школы и детского сада, работы по прокладке всех инженерных коммуникаций будут завершены».

По проекту детский сад «Ладушки» будет трехэтажным: 12 групп, бассейн, спортивный, музыкальный, актовый залы и зимний сад. Общий срок строительства

детского сада «Ладушки» – около полутора лет. В новом учреждении будут созданы современные условия для развития, образования и комфортного пребывания детей. Его будут посещать воспитанники из детских садов «Золушка», «Дюймовочка» и «Буратино».

Готов и проект будущей школы на 500 мест. Он также получил положительное заключение государственной экспертизы. Объект построят рядом с детским садом взамен устаревшего здания третьей школы.

Задача правительства округа и города – перевести

детей в современные здания. Губернатор Ямала Дмитрий Артюхов в своем докладе о положении дел в округе отметил, что за ближайшие три года в нашем регионе будет построен 31 детский сад. Новые здания откроют свои двери более чем для 6 тысяч детей по всему Ямалу.

Кроме того, решен вопрос с очередями в ясли. Сейчас таких групп в городе 32, их посещают почти 500 малышей. А уже в сентябре во всех детских садах Муравленко откроют группы для детей в возрасте от года до двух лет. ▲

#профилактика

Траву не жечь, костры не разводить

● Алексей Смирнов, office@muravlenko.media

С 15 мая до 1 октября в регионе объявлен пожароопасный сезон. Соответствующее постановление подписано губернатором Дмитрием Артюховым 26 марта.

«В настоящее время основные подготовительные мероприятия завершены. Разработан и утверждён сводный план тушения лесных пожаров на территории округа. Общая группировка сил и средств составляет 619 человек и 69 единиц техники. Сформирован оперативный штаб округа для координации сил и средств пожаротушения», – прокомментировал первый заместитель главы региона Алексей Ситников.

При подготовке к пожароопасному сезону на региональ-

ном уровне со всеми заинтересованными ведомствами проведены учения по прохождению информации о природных пожарах, в том числе в условиях чрезвычайной ситуации, а также своевременности оповещения всех структур.

Региональная диспетчерская служба лесного хозяйства функционирует в круглосуточном режиме.

Напомним, в этом году на Ямале будут использовать систему видеомониторинга для оперативного обнару-

жения лесных пожаров. Она интегрирована в единый комплекс, позволяющий объединить все камеры наблюдения на одном рабочем пульте в региональной диспетчерской службе лесного хозяйства. Система будет служить вспомогательным инструментом по оперативному обнаружению лесных пожаров на ранней стадии.

Система видеонаблюдения за пожарной опасностью организована в десяти населённых пунктах округа: Салехарде, Пельвоже, Аксарке, Надыме, Губкинском, Муравленко, Ноябрьске, Красноселькупе, Лабытнанги и микрорайоне Вынгапуровском.

Кроме того, для повышения эффективности мониторинга лесных пожаров и пожарной опасности в этом

году впервые к существующим маршрутам авиапатрулирования лесов добавлены маршруты по наиболее горимой части земель запаса и сельхозназначения.

В Муравленко разработан комплекс профилактических мероприятий. Их основная задача – предотвратить возгорания и в случае пожара не допустить распространение

огня в населенный пункт и на объекты экономики. Территорию города будут контролировать патрульные группы. Жителей призывают быть бдительными и соблюдать правила пожарной безопасности – не разводить костры в лесах и не сжигать сухую траву. В случае обнаружения возгорания пожарных можно вызвать по телефону 112. ▲

ЗА НАРУШЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГРОЗИТ ШТРАФ:

- ✓ для граждан – от 2 до 3 тысяч рублей,
- ✓ для должностных лиц – от 6 до 15 тысяч рублей,
- ✓ для предпринимателей без образования юридического лица – от 20 до 30 тысяч рублей,
- ✓ для юридических лиц – от 150 до 200 тысяч рублей.

#подробности

КТО ТАКИЕ ПРЕДПЕНСИОНЕРЫ

и на какие льготы они могут рассчитывать?

● Зульфия Фарвазова, farvazova.zr@muravlenko.media

С изменением пенсионного возраста в законодательстве появился новый термин – «предпенсионер». С 2019 года «лица предпенсионного возраста» – это четко прописанное понятие сразу в нескольких отраслях права. Речь идет не только о трудовых отношениях, но и налоговых льготах, пособиях и о возможности бесплатного профессионального переобучения.

С КАКОГО ВОЗРАСТА?

– В этом году, например, пенсионный возраст наступает в 56 лет и 61 год для женщин и мужчин соответственно. Получается, что предпенсионерами считаются женщины с 51 года и старше и мужчины с 56 лет и старше, – объясняет начальник управления пенсионного фонда России в городе Муравленко Лилия Сулейменова.

Для северян предпенсионный возраст наступает на пять лет раньше: в этом году с 46 лет для женщин и с 51 года для мужчин. В 2024 году мужчины, проработавшие в районах Крайнего Севера 15 лет, получат право выйти на пенсию в 58 лет, значит, предпенсионный возраст для них установят с 53 лет. Уже после завершения переходного периода, с 2028 года, предпенсионерами, которые выработали на Крайнем Севере необходимый стаж, будут считаться женщины от 50 до 55 лет, мужчины – от 55 до 60 лет.

Предпенсионный возраст граждан, которые могут выйти на пенсию не с определенного возраста, а при выработке специального стажа, наступает одновременно с приобретением права на пенсию. Так, учитель, который выработает необходимый педагогический стаж в июне 2019 года, с этого же времени будет считаться предпенсионером. Для тех, чей пенсионный возраст не изменился, например, многодетные матери с пятью детьми, право на предпенсионные льготы наступает с 45 лет – за 5 лет до выхода на пенсию.

Для получения льгот предпенсионеру нет необходимости получать в пенсионном фонде документ, подтверждающий это право. Достаточно

подать заявление в ведомство, предоставляющее льготу, а эта структура самостоятельно запросит информацию у пенсионного фонда. Но при необходимости на руки такую справку получить можно – в личном кабинете на официальном сайте ПФР. Государственная услуга по запросу справки об отнесении к категории предпенсионного возраста доступна для всех пользователей, имеющих подтвержденную учетную запись на Едином портале государственных и муниципальных услуг (ЕПГУ).

УВОЛЬНЯТЬ НЕЛЬЗЯ, ОТПУСТИТЬ – НУЖНО

В 2019 году вступил в силу закон об уголовной ответственности работодателей за увольнение или отказ в приеме на работу граждан-предпенсионеров по причине возраста. Кроме того, работодатели сейчас обязаны дать сотруднику-предпенсионеру два дня на прохождение диспансеризации – эти дни будут предоставляться один раз в год с сохранением за гражданами среднего заработка.

– Гражданин обращается в свою кадровую службу и пишет заявление о том, что ему нужно два дня на прохождение диспансеризации. Менеджеры по персоналу отправляют нам запрос о подтверждении его статуса предпенсионера. Если мы его подтверждаем, то работнику предоставляются эти два дня, – объясняет порядок работы с организациями города Лилия Сулейменова.

Аналогичная работа у пенсионного фонда выстроена и с Центром занятости населения: в рамках заключенного согла-



шения туда предоставляются сведения об отнесении гражданина к категории граждан предпенсионного возраста для реализации специальной программы Центра занятости по их переобучению и повышению квалификации.

НАЛОГОВЫЕ ЛЬГОТЫ

С налоговой службой пенсионный фонд работает в рамках межведомственного взаимодействия. Но на налоговые льготы вправе рассчитывать лишь те, кто уже достиг «старого» пенсионного возраста – на Крайнем Севере это 50 лет для женщин и 55 – для мужчин.

– С 2019 года льготы по налогу на имущество и земельному налогу распространяются на тех, кто в этом году должен был выйти на пенсию, – объясняет старший государственный налоговый инспектор МИФНС № 5 по ЯНАО Татьяна Романова. – Они вправе не платить налог на имущество с одного объекта недвижимости каждого вида. То есть, если у вас в собственности одна квартира, один домик на дачном участке и один гараж, вы можете не платить за них налог. Но если вы владеете двумя квартирами, то льгота предоставляется только на одну из них.

Земельным налогом не облагаются только шесть соток. То есть предпенсионерам предоставляется вычет в размере кадастровой стоимости 600 квадратных метров. Если

участок больше, например, 10 соток, то налог будет рассчитываться со стоимости оставшихся 4 соток.

Кроме того, предпенсионеры, проживающие в Ямало-Ненецком автономном округе, могут получить еще и льготы по транспортному налогу. Речь о легковых и грузовых автомобилях с мощностью двигателя до 150 лошадиных сил.

Нужно иметь в виду, что все эти льготы предоставляются только в заявительном порядке. Для этого необходимо написать заявление через личный кабинет налогоплательщика на www.nalog.ru в разделе «Жизненные ситуации» либо в Многофункциональном центре, либо обратившись лично в налоговую инспекцию. Заявление можно отправить и заказным письмом, скачав форму на сайте Федеральной налоговой служ-

бы. При этом предпенсионеру необязательно прикладывать документы, подтверждающие этот статус.

Те, кто стал предпенсионером в 2019 году, могут подать заявление о предоставлении льгот до 1 мая 2020 года.

«ЯМАЛЬСКАЯ» ОСТАЛАСЬ

При достижении пенсионного возраста по старому закону предоставляются и местные льготы, которые раньше касались только неработающих пенсионеров.

– До 2019 года так называемая «ямальская», или «неёловская», пенсия в размере двух тысяч рублей выплачивалась только неработающим пенсионерам и инвалидам, отработавшим в округе 15 и 10 лет соответственно, – объясняет начальник отдела по предоставлению мер социальной поддержки управления социальной защиты населения Ольга Хорошун. – Теперь право на получение этого пособия возникает при достижении «старого» пенсионного возраста – в 50 и 55 лет для женщин и мужчин соответственно. То есть быть неработающим пенсионером для этого необязательно. Изменения коснулись еще одной льготной категории – получателей дополнительного материального обеспечения. Раньше на него могли претендовать только неработающие пенсионеры, имеющие определенные заслуги перед округом. Теперь для этого достаточно достижения предпенсионного возраста. ▲

КСТАТИ

Помощь в занятости предпенсионерам готово оказать и правительство Ямала. «Время действовать» – так называется проект по поддержке бизнес-инициатив жителей округа в возрасте старше 45 лет. В рамках проекта власти округа намерены проводить грантовые конкурсы, аналогичные конкурсу «Свое дело». – Скоро выйдет соответствующее постановление правительства округа, – отметила директор окружного департамента экономики Светлана Гусева. – Ямальцы старше 45 лет будут учиться, писать бизнес-проекты под руководством тренеров, защищать их. На реализацию лучшего проекта они получают сертификат на миллион рублей.



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» г. 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

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 26.03.2019 № 408 опубликовано в спецвыпуске газеты «Наш город» № 14 (1299) от 4 апреля 2019 года на стр. 54).

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)

#акценты

ШКОЛА ПОЗАДИ –
СОЦИАЛЬНЫЙ
БИЗНЕС ВПЕРЕДИ

Муравленковцы готовы реализовать 8 проектов

● Нина Гультяева, gulyaeva.nn@muravlenko.media

Муравленковцы ознакомились с основами ведения социального бизнеса в Школе социального предпринимательства. Как результат – 8 идей для социально ориентированных проектов. Все они при большом энтузиазме предприимчивых муравленковцев и при поддержке государства могут быть внедрены на территории города. Но обо всём по порядку.

В течение двух месяцев при Фонде поддержки предпринимательства и развития города Муравленко работала Школа социального предпринимательства. К участию в ней приглашались все желающие: некоммерческие организации, индивидуальные предприниматели и люди, которые на сегодняшний день просто планируют открыть социальный бизнес.

«Прорабатывали всё до мелочей – от актуальности идеи до создания готового проекта социального бизнеса. Преподаватели и тренеры консультировали участников Школы по правовым, бухгалтерским, налоговым вопросам, а также на тему взаимодействия с органами власти. Помимо этого, они знакомились с бизнес-планированием, маркетинговой стратегией, источниками государственной поддержки социальных бизнесменов, – рассказывает директор Центра инноваций социальной сферы Некоммерческой организации «Гарантийный фонд поддержки малого предпринимательства ЯНАО» Оксана Беседина. – Школа удачная. Все представленные на защиту проекты социально ориентированные».

**НАУЧАТ
ПРОГРАММИРОВАНИЮ**

Проект «Школа программирования» представила Оксана Храброва. Она ориентирована на детей в возрасте от 8 до 16 лет. Здесь смогут приобретать знания будущие IT-специалисты. По сути, дети будут обучаться навыкам программирования, а значит, развивать логику, учиться мыслить алгоритмами, создавать анимационные фильмы, заниматься 3D-моделированием, разрабатывать приложения.

На момент защиты предприниматель Оксана Храброва сообщила, что двери Школы уже открыты для первых посетителей: «Пока услуги предоставляются в здании бизнес-инкубатора. До конца

мая там по выходным будут проводиться бесплатные открытые уроки, а с 1 июня начнутся регулярные занятия для ребят, желающих приобрести навыки программирования».

**УЗНАТЬ О
КИНОИНДУСТРИИ**

Гульнара Гильфанова представила проект «Детская киностудия». По замыслу автора, это будет мастерская, где дети от 5 до 18 лет смогут узнать много полезного о профессии киноиндустрии. Они примерят на себя не только роль актера, пройдут курсы актерского мастерства, но и узнают многое о других смежных профессиях.

«Это дополнительная образовательная услуга. Дети будут участвовать в создании фильма – начиная от написания сценария до продюсирования. Каждый ребенок окунется в творческий процесс. Возможно, кого-то это побудит выбрать профессию, связанную с киноиндустрией», – пояснила Гульнара Гильфанова.

Автору проекта рекомендовано доработать бизнес-план в части привлечения профессиональных специалистов и оснащения киностудии соответствующим оборудованием.

ДОМ «ЗАБОТА»

Наталья Трегубова в Муравленко хорошо известна как успешная бизнес-леди. После занятий в Школе планирует кардинально пересмотреть направление своей деятельности и реализовать социальный проект, направленный на оказание помощи и временной поддержки пожилых горожан. Проще говоря, организовать Дом «Забота» для их временного проживания.

«Государство возмещает часть затрат на развитие социального бизнеса, потому свой проект считаю вполне рентабельным и необходимым для нашего города. Пожилые люди могут на месяц и более оставаться по разным причинам в одиночестве. Это может произойти вследствие

отсутствия родственников из-за командировки, отпуска, болезни, вахтового метода работы. На этот период пожилого или престарелого человека можно поселить в Доме «Забота». Здесь на условиях аутсорсинга будет предоставляться необходимый спектр услуг, в том числе планируется организовать и досуговую деятельность, а также подключить волонтеров. Главное, чтобы престарелые не чувствовали себя одинокими», – комментирует выпускник Школы социального предпринимательства Наталья Трегубова.

Эксперты в целом сочли проект жизнеспособным, но при этом настоятельно рекомендовали набирать в штат людей специально подготовленных, умеющих общаться с возрастными клиентами.

**ЧИТАТЬ БЫСТРО
И ОСОЗНАННО**

Не меньший интерес у бизнес-тренеров вызвали проекты по организации Школы скорочтения и развития интеллекта. Его авторами выступили Анна Багрина и Александр Чернышов. Проект предполагает дополнительное образование и досуг как для детей, так и взрослых. «У многих детей возникают трудности при освоении школьных программ. К примеру, у ребенка плохо развита концентрация внимания, его научили неправильно читать, у него не сформировано образное мышление, – поясняет Анна Багрина. – Мы будем прививать любовь к чтению путем различных обучающих методик, что поможет делать это осознанно, увеличить темп чтения. В результате, ребенок начнет лучше усваивать информацию и самостоятельно без посторонней помощи выполнять домашние задания и готовиться к экзаменам». Эксперты в целом проект поддержали, но отметили, что для его успешной реализации авторам необходимо грамотно продумать все нюансы и возможности аренды помещений для проведения занятий.

**НА ОБЕД –
В «КУХНЮ ЯМАЛА»?**

Проект открытия социальной столовой «Кухня Ямала» презентовала Ирина Чернявская. Потенциальные потребители – маломобильные группы населения и работники экспедиционно-вахтового метода. В точке общепита она предлагает готовить комплексные обеды по цене 200 рублей, а



Двери Школы программирования уже открыты для первых посетителей / ФОТО ДАРЬИ ТЮМЕНЦЕВОЙ

также выпечку и национальные блюда Ямала. Ежедневно персонал из двух человек сможет обслуживать от 50 до 100 человек.

Проект подвергся критике, поскольку на сегодняшний день в городе работает 42 предприятия общественного питания, в том числе несколько столовых. Конкуренция довольно внушительная. И во многих кафе и столовых цены на бизнес-ланч вполне доступные. Потому у экспертов неслучайно возникли сомнения в целесообразности создания социальной столовой.

**ОТ МАРАФОНА ДО
БЕЗОПАСНОГО ТРУДА**

Не менее интересными были еще три заявленных проекта. К примеру, Екатерина Евсюкова предложила внедрить проект «Безопасный труд». Он предполагает оказание услуг по сопровождению и информированию в части охраны и безопасности труда, направленных на снижение травматизма и несчастных случаев. Целевая аудитория – индивидуальные предприниматели и предприятия с численностью до 50 человек. В целом проект при доработке имеет большие шансы на развитие и успех в нашем городе, отметили эксперты.

Мурад Алхаматов мечтает открыть в городе клуб «Умники и умницы», где подростки в возрасте 15-17 лет могут пройти курсы по основам экономики и финансам, технических наук. Тренерами выступят преподаватели из ведущих вузов страны и предприниматели. Обучение будет проводиться как в очной, так и в дистанционной форме.

Эксперты прогнозируют успешность в реализации социального проекта, но при этом отметили, что он требует доработки в части методики программы обучения и оплаты труда специалистов.

А Марат Фазлетдинов представил проект «НАВИ АРТ» по организации и проведению круглогодичных соревнований по бегу для всех групп населения, в том числе и маломобильных. Эксперты пред-

ложили провести соцопрос о востребованности и актуальности такого мероприятия в городе, поскольку в Муравленко культивируется большое количество различных видов спорта, да и плюс ко всему климатические условия на Ямале довольно суровые, не особо подходящие для круглогодичного бега.

ПОДДЕРЖАТ РУБЛЁМ

Авторы проектов имеют возможность получить от Фонда поддержки предпринимательства и развития города Муравленко имущественную, информационную и консультационную помощь. Помимо этого, они могут воспользоваться грантовой поддержкой как от муниципалитета, так и округа. В частности, из городского бюджета социальным предпринимателям наряду с другими субъектами малого бизнеса выделяются гранты, кроме того, есть возможность получить еще и компенсацию на приобретение оборудования. Также оказывается поддержка Фондом региональных социальных программ «Наше будущее». В рамках конкурса «Социальный предприниматель» выделяется финансирование в виде беспроцентных целевых займов сроком до 10 лет на проекты, деятельность которых направлена на решение различных проблем общества. Плюс ко всему, Фонд финансовой поддержки субъектов малого предпринимательства ЯНАО оказывает помощь в компенсации части затрат субъектов малого и среднего предпринимательства, связанных с приобретением оборудования.

Кроме того, новоиспеченные социальные бизнесмены в возрасте от 18 до 30 лет могут принять участие в окружном конкурсе молодежных бизнес-проектов «Свое дело» и также получить грантовую поддержку.

Финансовая помощь на старте открытия своего дела довольно весомая. Теперь же нужно учесть замечания экспертов, доработать идеи и реализовать социальный бизнес-проект. ▲

#нашаинструкция

ПЕРЕПЛАНИРОВКА ПО ПРАВИЛАМ,

или Что надо учесть при реконструкции квартиры

● Нина Гультяева, gulyaeva.nn@muravlenko.media

Елена давно мечтала сделать перепланировку в однокомнатной квартире. Хотела убрать балконную раму, а также немного увеличить пространство в кухне.

«Не знала с чего начать. Знакомые посоветовали для начала проконсультироваться в управлении архитектуры и градостроительства Администрации города. Там мне объяснили, что первым делом необходимо представить в управление проект перепланировки. Для его составления я обратилась к специалистам одной фирмы, которая занимается строительством. Затем заполнила все необходимые документы, воспользовавшись порталом госуслуг. Проект мне одобрили. Только после того, как я получила решение о согласовании перепланировки, строители приступили к работе. Теперь у меня в комнате увеличено пространство за счет ликвидации балконной рамы, а на кухне появилась небольшая декоративная перегородка, которая визуальноразделяет помещение. Мы довольны, поскольку и реконструкция удалась, и всё сделано по закону, – рассказывает жительница города. – Кроме того, знаю, что с незаконной перепланировкой возникнут сложности при продаже. Если, к примеру, покупатель решит приобрести жильё в ипотеку, то кредит на покупку такой квартиры банк не одобрит».

Наша героиня не столкнулась с проблемами, поскольку сделала всё правильно. Но с обновленной квартирой всё же есть риск нажить еще и массу неприятностей. Расскажем подробнее о подводных камнях, с которыми можно столкнуться при перепланировке.

СНАЧАЛА ДОКУМЕНТ, ПОТОМ РЕКОНСТРУКЦИЯ

«Прежде чем приступить к перепланировке, надо сначала подготовить документы, но никак не наоборот. Обратиться за получением муниципаль-

ной услуги в управление архитектуры и градостроительства можно через МФЦ или портал госуслуг. Для этого необходимо заполнить соответствующее заявление, приложить проектную документацию на перепланировку и свидетельство права собственности на квартиру. Кстати, проект обратившийся может заказать у частных архитекторов либо разработать самостоятельно. Согласно законодательству, определенных требований по содержанию проекта перепланировки нет, главное, отразить в документе состояние квартиры до и после планировки, – рассказывает начальник отдела разрешительной документации управления архитектуры и градостроительства Администрации города Ольга Харитонова. – Кстати, сама муниципальная услуга по закону предоставляется в течение 30 календарных дней, но по факту значительно быстрее».

ЧТО МОЖНО, А ЧТО НЕЛЬЗЯ?

Как пояснила Ольга Харитонова, самую большую опасность представляют перепланировки, связанные со сносом несущих стен, установкой проемов в несущих стенах или демонтажем вентиляционной шахты. Этого делать ни в коем случае нельзя, так как поврежденная арматура внутри плит может не выдержать, и пролеты сложатся, как карточный домик. Нельзя переносить кухню, туалет, ванную комнату над жилыми помещениями. Это возможно только в случаях, если квартира находится на первом этаже или над нежилым помещением или же если у соседей ниже этажом сделана аналогичная перепланировка. Запрещено увеличивать жилую площадь за



счет полного присоединения балконов и лоджий, а также выносить отопительные приборы на балконы.

Что можно перепланировать, к примеру, в капитальном пятиэтажном доме «киевского проекта»? Сразу скажем – немного. Чаще всего объединяют туалет с ванной комнатой, поскольку перегородка не является несущей стеной. Если собственник квартиры проживает на 1-м этаже или этаже ниже находится нежилое помещение, то кухню можно перенести в гостиную-зал, при этом пробить в несущей стене отверстие для инженерных сетей в диаметре не больше 20 сантиметров.

Что касается «трехэтажек», то они сделаны из блоков, а не из плит, поэтому там можно пробивать проемы в несущих стенах, не боясь разрушения.

ЗАСТАВЯТ ВОССТАНОВИТЬ

О незаконных перепланировках в обязательном порядке необходимо сообщать в управление архитектуры и градостроительства и управляющим компаниям. Почему? Да потому что она может при-

нести массу неприятностей соседям. «К примеру, жильцы довольно часто обнаруживают, что в квартире случилось значительное понижение температуры, инженерные сети или вентиляционная вытяжка стали плохо работать. Это может быть результатом незаконной перепланировки. Управляющие компании направляют к нам соответствующий запрос, было ли выдано решение о согласовании перепланировки. Если не было выдано, значит, в таких ситуациях в соответствии с жилищным законодательством собственнику дается месяц для восстановления помещения и возвращения его в прежний вид. Если за это время человек не выполнил требования, то профильное управление вправе обратиться в суд для изъятия жилого помещения у собственника», – комментирует Ольга Харитонова.

Причем, прежде чем прибегнуть к судебной процедуре, специалисты управления архитектуры и градостроительства уведомляют собственника о незаконной перепланировке, а также консультируют по телефону, на-

правляют письма с рекомендацией восстановить жилое помещение и вернуть его в прежний вид.

КАК УЗАКОНИТЬ ПОТОМ?

Если всё же так случилось, что собственник приобрел квартиру с незаконной перепланировкой либо сделал ее сам, не оформив документально, то ее можно узаконить только через суд.

«Это возможно, если работы по перепланировке и переустройству не попадают под категорический запрет. Иными словами, перепланировка не несет угрозу жизни и здоровью для жильцов многоквартирного дома. В таких случаях суд выносит решение о признании перепланировки законной, гражданину в БТИ выдают новый технический паспорт на жилое помещение, после чего необходимо будет снова зарегистрировать право собственности на жилое помещение. Если суд признает, что перепланировка несет в себе реальную угрозу для жизни жильцов, то Фемида обяжет собственника вернуть квартиру в первоначальный вид», – поясняет Ольга Харитонова.▲

МОЖНО ДЕЛАТЬ БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ

- Изменение материалов балконов и лоджий
- Установку антенн и кондиционеров
- Косметический ремонт
- Устанавливать встроенные шкафы и антресоли и легкие самораздвижные или «карусельные» двери без изменения габаритов помещений
- Замену (без перестановки) инженерного оборудования на аналогичное
- Перестановку в кухне электроплиты



МОЖНО ОФОРМИТЬ ПОЗЖЕ

- Остекление лоджий и балконов по типовым проектам
- Изменение тамбуров без увеличения габаритов
- Устройство перегородок без лишних нагрузок на перекрытия
- Устройство/заделку проемов в несущих перегородках (кроме межквартирных)
- Переустановку сантехники в туалетах, ваннах и кухнях



ТРЕБУЕТСЯ РАЗРЕШЕНИЕ

- На работы, затрагивающие архитектурный облик фасада
- На устройство полов
- На все работы, затрагивающие несущие конструкции
- На устройство и перенос туалетов и ванн в комнатах



КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО

- Устройство лоджий и террас на втором и выше этажах
- Перенос радиаторов отопления на лоджии и балконы
- Перенос чердака и технического этажа
- Перепланировка в аварийных домах
- Устройство штраб для электропроводки в горизонтальных швах, перекрытиях, стеновых панелях и под ними
- Устройство полов с подогревом от общедомовых систем водоснабжения и отопления
- Затруднение доступа к инженерным коммуникациям



#какэтобыло



34 года в Муравленко живёт Нина Алексеевна Василевич



Городской центр досуга – неизменное место встречи муравленковских ветеранов в 90-е годы

ДЕТСКИЙ САД НА ПУСТЫРЕ

Воспоминаниями делится первая заведующая «Сказки» Нина Василевич

● Юлия Сидарюк, sidaryuk.ul@muravlenko.media

Уже опытным педагогом приехала летом 1985-го в Муравленко Нина Алексеевна Василевич. За плечами – 23 года работы заведующей детскими садами Донецка. Неудивительно, что именно ей было доверено открывать первый капитально отстроенный в городе детский сад. В далеких 80-х она ответственно подошла к своей работе, и вот уже 33 года «Сказка» принимает в свои уютные стены муравленковскую детвору.

СОБЛАЗНИЛИ КОМАНДИРОВОЧНЫЕ

– Родилась я на севере Украины, в Черниговской области. После окончания вуза в 1959 году меня направили в Донецк. Я только год проработала воспитателем, остальные двадцать три – заведующей, – вспоминает домуравленковский период своей жизни Нина Алексеевна.

В 1985-м в ее детский сад пришел устраивать своего ребенка мужчина из Ноябрьска. Рассказал о Севере, о Ямале, здешней жизни в суровом климате.

– Меня всегда тянуло куда-то. Нравилось разнообразие природы, ведь каждый климат хорош по-своему. «А как можно туда попасть?» – спрашиваю. «Да хоть завтра вызов отправлю», – огорошил северянин. И ведь отправил! Вот так получилось, что в 45-летнем возрасте я приехала на Север. В Ноябрьске меня оформили сначала комендантом общежития, а вскоре предложили: «Тут неподалеку строится новый поселок, будет открываться детский сад. Пойдешь за-

ведующей?». Узнав, что целый год будут плюсом выплачиваться командировочные, я не смогла отказаться от такого соблазнительного предложения, – смеется Нина Алексеевна.

В Муравленко новой заведующей сразу показали место, где будет строиться детский сад.

– Там даже плит еще не было положено, и вообще вокруг был сплошной пустырь! Правда, в поселке уже работали аптека, магазин, отделение почты и было построено несколько общежитий для первых муравленковцев. Детский сад надо было строить очень быстро, потому что с детками людей в город не пускали, а рабочие настаивали на их приезде, – продолжает вспоминать женщина.

НОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ – ИЗ ХАРЬКОВА

Первая заведующая «Сказки» лично ездила в Харьков заказывать всё необходимое для нового детского сада оборудование. Целый месяц закупала холодильники, промышленные стиральные машины, детские кровати и другую ме-



80-е годы, г. Муравленко. Первая заведующая ДС «Сказка»

бель, игрушки и канцелярию. Мелочь отправляла самолетом, а кровати и другое крупное оборудование – по железной дороге до Ноябрьска.

– Морозы зимой 86-го стояли лютые! А мне приходилось на вокзале в Ноябрьске пересчитывать весь багаж. Я сильно мерзла, потому что шубы у меня еще не было, и я носила что-то ужасно холодное, привезенное из дома, – с содроганием вспоминает первую зиму в Муравленко Нина Алексеевна.

ДЕТСКИЙ САД ОТКРЫЛСЯ!

Изначально по документам здание строилось как общежитие, но позднее было переоборудовано под детский сад. К Новому 1986 году открыли сначала одну половину, а к марту, когда с земли начали привозить всё больше детей, и вторую. В первое время работали три группы, вмещавшие около 70 ребятишек. Это был второй после деревянной

«Золушки», и первый в капитальном здании, детский сад. Плиты для его строительства тоже приходили из Харькова по железной дороге, а потом из Ноябрьска их доставляли в Муравленко панелевозами.

МОЛОДЫЕ КАДРЫ

– Нянечками у нас работали молоденькие девчонки, приехавшие сюда с мужьями. Воспитателей с образованием было поначалу мало, всего два-три человека. Некоторых я вызывала с Украины. Так приехала в Муравленко Людмила Андрощук, моя землячка из Чернигова. Она была удивительно деятельная, энергичная, – и сегодня с восхищением вспоминает о молодой коллеге Нина Алексеевна. – Стала победителем в номинации «Воспитатель года», представляла Муравленко на окружном конкурсе в Салехарде. Я не жалею, что пригласила ее тогда сюда. В нашей «Сказке» Людмила проработала много лет, а когда дочки поступили в вузы, они с мужем переехали в Тюмень.

ИЗ ПЕДАГОГОВ – В НЕФТЯНИКИ

В первый же год жизни в Муравленко Нина Алексеевна привезла на Север свою младшую дочь. 9 и 10 классы Светлана окончила здесь и поехала поступать в один из тюменских вузов.

– Зарплата заведующей тогда 140 рублей была. А дочери квартиру надо снять, прокормить, одеть. К тому времени я уже заработала стаж по выслуге лет, поэтому по-

думала хорошенько, и ушла из детского сада. Все свое время. Устроилась оператором в котельную. В общем, поменяла белый халат заведующей на рабочую одежду, – без сожаления рассказывает о перемене профессии Нина Алексеевна. – Во-первых, меня полностью устраивала зарплата. Во-вторых, я никогда в жизни не вязала, а при сменном графике работы у меня появилось время научиться. И никогда я столько не читала, сколько прочитала на новом месте работы.

Через тринадцать лет Нина Алексеевна ушла на заслуженный отдых. На «землю» не уехала, осталась в Муравленко. Вот уже более двадцати лет Нина Алексеевна Василевич – активная участница вокального коллектива «Русская душа», всевозможных мероприятий и концертов.

– Примерно с 1996 года мы собирались в городском центре досуга, пели и плясали, в том числе ветераны войны, которых сейчас уже нет... Жизнь была ключом: со своими вокальными номерами не раз побывали в Губкинском, Ноябрьске. Отмечали вместе все праздники. Да и сейчас раз в месяц, как заместитель председателя городского Совета ветеранов, собираю всех в «Лире». Накрываем столы, поем песни, общаемся, вспоминаем прошлое, делимся новостями сегодняшних дней.

Наверное, в душе она так и осталась педагогом – деятельным, неравнодушным к социальной жизни города человеком. ▲



#памятьжива

ДВЕ ВОЙНЫ ЕФИМА МАКАРОВА

На фронт попал 17-летним мальчишкой

• Юлия Сидарюк, sidaryuk.ul@muravlenko.media

На долю прадеда Алексея Ракульцева по материнской линии Ефима Антоновича Макарова выпало две войны – Гражданская и Великая Отечественная. Впервые он понюхал пороха еще 17-летним мальчишкой. Спустя два десятилетия, будучи уже прокурором района, снова ушел на фронт. В 1941-м защищал Москву, в 1944-м освобождал Ригу, в победном 1945 году – Будапешт и Берлин.

В СОСТАВЕ «ЖЕЛЕЗНОЙ» ДИВИЗИИ

Родился Ефим в 1901 году в семье зажиточного чувашского крестьянина Ядринского уезда Казанской губернии. Отец его Антон Кузьмич был участником Первой мировой войны, пользовался большим уважением среди односельчан. После Октябрьской революции дважды был избран председателем сельсовета. Добился бы большего, но жизнь его оборвалась рано – в 1924 году. Мать Ефима Наталья Ильинична умерла, когда мальчику было десять лет.

После революции сын председателя сельсовета вместе с остальной деревенской молодежью активно участвовал в проведении культурно-массовых мероприятий. В 1918 году способный паренек уже работал секретарем комитета деревенской бедноты, а вскоре добровольцем ушел на фронт – воевать с Колчаком.

Сражался Ефим под командованием героя гражданской войны Владимира Азина в составе 28-й стрелковой дивизии 4-го Петроградского полка, широко известной как «железная». Вместе с другими красноармейцами гнал колчаковцев от Чувашии до Пермского края. В июне 1919 года парня, как не достигшего возраста военнообязанного, вернули домой.

– В боях с белогвардейцами под Чебоксарами прадед полу-

чил свою первую контузию. Одна из пуль попала в подпругу, и его на полном скаку накрыло лошадью со всем снаряжением, – вспоминает рассказы матери о дедушке Алексей Ракульцев. – Скорее всего, это была главная причина для возвращения.

В сентябре 1929 года Центральный исполнительный комитет Чувашской АССР направил перспективного молодого человека в Москву на курсы советского строительства, которые он окончил с отличием.

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ВОЕННОГО ТРИБУНАЛА

В органах прокуратуры прадед Алексея Ракульцева работал вплоть до начала Великой Отечественной войны. В августе 1941 года прокурор Ядринского района был призван на фронт.

В 1969 году в своей автобиографии Ефим Антонович вспоминал военные годы: «...Вступили в бой под Москвой в районе Клязьминского водохранилища у поселка Хлебниково, под Киево и Лобней. Наша дивизия участвовала в освобождении городов Красная Поляна, Рогачев, Солнечногорск, Волоколамск, вплотную подошла к Гжайску. После подкрепления и боевой подготовки вели наступательные бои за освобождение Погорелого Городища, где я получил свою вторую контузию...»

ПОБЕДНЫЙ МАРШ

До января 43-го Ефим Антонович участвовал в боях в составе 331-й стрелковой Брянской (впоследствии Брянско-Смоленской дважды Краснознаменной ордена Суворова) Пролетарской дивизии. Служил членом коллегии, затем председателем военного трибунала дивизии. С июня 1943 по март 1944 года проходил курсы усовершенствования юридического состава при Военно-юридической академии Красной армии.

Вернувшись с курсов, уже в составе 344-й стрелковой Рославльской Краснознаменной дивизии участвовал в форсировании Днепра, в боях за Могилёв, в ликвидации немецко-фашистских войск в районе Могилёва и Минска.

После овладения столицей Литвы Вильнюсом и городом-крепостью Каунасом дивизия первой вышла на границу с Восточной Пруссией, за что была отмечена наградами и переброшена для прорыва мощной обороны противника юго-восточнее Риги. Прорвав оборону западнее литовского города Шауляя, освободила несколько населенных пунктов и портовый город Клайпеду. За успешные наступательные бои все их участники получили благодарности Верховного Главнокомандующего.

МАЙОР ЮСТИЦИИ

За участие в боях Великой Отечественной войны майор юстиции Ефим Антонович Макаров был награжден орденом Красной Звезды, медалями «За оборону Москвы», «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.». Вплоть до демобилизации он служил председателем военного трибунала 334-й стрелковой дивизии, членом-



До января 43-го Ефим Антонович участвовал в боях в составе 331-й стрелковой дивизии / ФОТО ИЗ АРХИВА АЛЕКСЕЯ РАКУЛЬЦЕВА

Из наградного листа:

...Товарищ Макаров грамотный и вдумчивый судебный работник, сочетая судебную работу с массово-правовой работой в подразделениях, оказывал помощь командованию в укреплении воинской дисциплины в частях. Морально устойчив. Бдителен. Дисциплинирован. Партии Ленина – Сталина предан. Достоин награждения правительственной наградой – орденом Красной Звезды...

военного трибунала 10-й гвардейской армии, состоял в коллегии военного трибунала Ленинградского фронта и Прибалтийского округа. 11 ноября 1945 года был уволен в запас в звании майора юстиции.

После войны вернулся в родной Ядрин, где работал народным судьей. В должности народного судьи 1-го участка Ядринского района ЧАССР проработал с 1949 по 1954 годы и был освобожден от должности по личному заявлению в связи с плохим состоянием здоровья. Несмотря на увольнение, еще некоторое время был народным заседателем и, если возникала необходимость, исполнял обязанности народного судьи.

ЭХО ВОЙНЫ

– По рассказам моей бабушки Валентины Ефимовны, прадед отличался строгим характером, во всем любил порядок. Родные знают, что он в годы войны спас от расстрела невероятное количество людей... Был лично знаком с маршалом Советского Союза Георгием Константиновичем Жуковым. Будучи уже достаточно пожилым человеком, прадед участвовал в его похоронах на Красной площа-



ди летом 1974-го. Он пережил настолько сильное эмоциональное потрясение, что после возвращения из Москвы стал терять память. Мог выйти за ворота своего дома в Ядрине и потеряться. Просто стоял и не понимал, где находится, пока не приходил в себя, – рассказывает правнук.

Отпечаток той войны рано или поздно проявлялся у всех переживших ее. Был свой пунктик и у Ефима Антоновича – он постоянно всех укрывал.

– У прадеда было трое детей. Когда они спали, он ходил и проверял, все ли тепло укрыты. Сверху одеяла клал шубу, потом еще одно одеяло, – вспоминает рассказы бабушки Алексей. – Может быть, это было связано с фронтовыми морозами. Теперь уже никто не узнает... ▲



2019 год. Участие в шествии «Бессмертного полка» / ФОТО ЮЛИИ СИДАРЮК

#путешествие

ПО «ПАКЕТУ» ИЛИ ДИКАРЁМ?

Как организовать свой летний отдых

● Валерия Чижик, chizhik.va@muravlenko.media

Пробираюсь сквозь джунгли в поисках старинного деревянного храмового комплекса Камбоджи. Чтобы его увидеть, я преодолела тысячи километров. Так что холодный утренний дождь не способен заставить меня отступить от намеченного маршрута. Обедаю в окружении готических, ренессансных и барочных фасадов Староместской площади. Знаменитое место Праги сегодня принимает гостей из Китая. Настало самое волшебное время суток. Солнце готовится «покинуть» Землю. Как же прекрасны закаты в «городе среди облаков» Мачу-Пикчу в Перу... Внезапно я просыпаюсь и понимаю: хватит мечтать об отпуске, пора вплотную заняться организацией будущего отдыха. Ведь лето наступит уже через пару недель!

Середина мая – отличное время для организации и планирования летнего отдыха. Курортный сезон только набирает обороты, поэтому в этот период приобрести путёвку можно по привлекательной цене. Средняя стоимость на человека – 40 тысяч рублей. Популярными направлениями для пляжного отдыха – Турция, Кипр, Тунис, Вьетнам, Куба, Доминикана, Мексика. В Азии, к слову, в это время сезон дождей. Так что если вы, как и я, мечтаете увидеть старинный храм Камбоджи, придется записаться дождевиком и зонтом. Кстати, отличную альтернативу морским и солнечным ваннам составит туристическая поездка в новые города или страны. Продумать все детали путешествия и организовать отдых – задача не из простых. Разрешить ее вы можете самостоятельно или же обратившись за помощью к туристическому агенту. «Какой из представленных вариантов лучше?» – спросите вы. Ответить на этот вопрос не так-то легко. Каждый имеет свои преимущества, и в том, и в другом случае есть свои достоинства и свои недостатки.

ПАКЕТНЫЕ ТУРЫ

Супруги Шариповы в этом году впервые отправятся за границу вместе с маленьким сыном Даниилом. В отпуск планируют поехать в середине июля. Готовиться к путешествию Артур и Александра решили заранее, чтобы приобрести путевку по выгодной цене. За помощью в организации отдыха обратились в туристическое агентство.

– Самостоятельно тяжело продумывать отпуск. Нужно иметь очень много времени, чтобы скрупулёзно всё просчитать. А на это, если честно, даже сил не хватает. Турагентства же предлагают полный пакет – это комплексное бронирование авиаперелетов, трансферов, отелей, гидов и любых дополнительных услуг, – рассказывает Артур Шарипов. – Кроме того, мы с женой уже однажды попытались просчитать, в какую копеечку выйдет нам отдых на троих, если будем организовывать его самостоятельно. Оказалось, что такой подход обойдется дороже. Поэтому и обратились за помощью в фирму.

По правилам, турфирма должна предоставить клиенту полный пакетный тур. Он включает в себя перелёт, трансфер, проживание, выbranную систему питания, а также медицинскую страховку. Перед тем как приобретать путевку, узнайте, внесен ли ваш туроператор в реестр туроператоров России.

– Отмечу, на момент подбора тура клиент платить не должен. Однако, как правило, непосредственно перед бронированием тура вносится оплата. Она может составлять от 20 до 50 %. Вся путевка выкупается лишь после того, как между клиентом и фирмой заключен договор, – рассказывает Оксана Иванишина, директор турфирмы.

К слову, сэкономить на пакетном туре можно благодаря горящим путёвкам. Они появляются на рынке за несколько дней до вылета. Скидка может составлять от 30 до 70 %.



■ На склонах Мачу-Пикчу от восторга замирают даже ламы / ФОТО ИЗ РУНЕТА

– Разница между горячей путевкой и обычной – лишь в цене. Она никак не сказывается на качестве предоставляемых услуг, отдыхе в целом. Такие «пакеты» появляются тогда, когда туроператор не добывает, как говорится, полный комплект туристов. И чтобы хоть как-то окупить расходы, продает путевки по себестоимости, – разъясняет Оксана Иванишина. – По собственному опыту скажу, что обращаться за помощью в организации отдыха к турфирмам лучше тогда, когда отправиться в отпуск вы планируете всего лишь на 7–14 дней. Пакетный тур выйдет значительно дешевле, нежели самостоятельная поездка на аналогичный период.

На самом деле стоимость путевки зависит от выбора направления. Если вы хотите «ол инклюзив» (всё включено), то естественно, лучше выбирать полноценный турпакет. Турция, Тунис, Египет и Греция ждут вас. Но не стоит ограничивать ассортимент туров лишь этими странами. В летний период можно очень выгодно слетать в Испанию, поселиться у песчаного пляжа Коста-дель-Маресме и ездить каждый день в Барселону.

Если же предпочитаете долго не задерживаться на одном месте и не зависеть от «расписания» отеля – времени завтрака, экскурсий, развлекательных программ у бассейна, тогда лучше организовать путешествие самостоятельно.

В СОБСТВЕННОМ РИТМЕ

За плечами супругов Ракульцевых не одно самостоятельное путешествие. Алексей и Екатерина предпочитают отдыхать в своём темпе и по собственной программе. К слову, им по душе не пляжный,

КСТАТИ

- **LEVEL.TRAVEL, TRAVELATA, ONLINETOURS** – широкий диапазон поиска и подбора тура. Отличные приложения для тех, кто решил самостоятельно подобрать себе туристический пакет, не прибегая к помощи турфирмы.
- **AVIASALES** – проанализирует сотни предложений тревел-агентств и авиакомпаний, отсортирует авиабилеты по стоимости и поможет быстро их приобрести.
- **TRIPIT** – планировщик путешествий. Можно добавлять перелеты, отели, планы с детализацией по часам и делиться этим с попутчиками.
- **HOTELLOOK** – подберет отель в нужном городе, произведет бронирование.
- **COUCHSURFING** – социальная сеть для путешественников. Через нее можно найти себе хоста – человека, который предоставит вам уголок в своем доме, эдакий культурный обмен.

а активный туристический отдых. Именно поэтому молодые люди солнцу и морю предпочитают узкие улочки и национальный колорит. Супруги уже самостоятельно посетили Санкт-Петербург, Крым, Абхазию, Грузию. По словам туристов, это дало им возможность увидеть красоту городов своими глазами, а не под руководством представителя туроператора.

– Мы выбираем дату, направление и отправляемся в путешествие на пять-шесть дней. Сами приобретаем билеты, бронируем жилье. Отдыхаем так, как хочется нам. А не так, как диктует пакетный тур. В отеле только ночуем, всё остальное время проводим в пешеходных прогулках. Исследуем окрестности, пробуем местную кухню, общаемся с населением, – рассказывает Екатерина Ракульцева. – Мы специально с Алексеем подыскиваем маленькие отели, так как считаем, что они отражают особенности города, страны, в которую мы приехали. А с такими «домами отдыха» турагенты зачастую не работают.

Алексей и Екатерина как опытные туристы при плани-

ровании отдыха в свою очередь советуют будущим путешественникам пользоваться календарем цен на билеты и при помощи онлайн-сервисов отслеживать предложения. Для удобства лучше скачивать мобильные приложения на телефон.

Еще один важный фактор, который необходимо учитывать при организации отдыха, – ваш бюджет, то есть то количество денег, которое вы готовы потратить на отпуск. Дабы просчитать будущие затраты, советуем воспользоваться сервисом Numbeo. Там вы узнаете, сколько будут стоить жилье, питание, транспорт, одежда и прочие пункты затрат в той стране, куда вы хотите отправиться. Отмечу, что самое дорогое время для поездки – государственные праздники и каникулы. Если вы никак не можете перенести путешествие, то лучше всего сместить его на пару дней или всё же приобрести путевку и билеты заранее. Ведь грамотно спланированный отпуск – половина успеха хорошего отдыха и гарантированных положительных эмоций.

Приятных вам поездок и впечатлений! ▲

НА ЗАМЕТКУ

- **Звездность отеля обусловлена** набором предоставляемых услуг, а не рейтингом. Есть отели-«двушки» на десять баллов из десяти возможных, а есть и «пятерки» на два балла.
- **При самостоятельном планировании отдыха** обязательно обратите внимание на следующие пункты: необходимо ли оформлять визу в страну, в которую вы собрались, позаботились ли вы о медицинской страховке, предоставляет ли забронированный отель трансфер или нет, какие местные традиции и правила существуют в выбранном вами направлении.

#опыт

Камила Шарифуллина: «Я научилась получать удовольствие от жизни, а не от еды...»

История о том, как лишние килограммы мешали быть счастливой

● Анастасия Попова, popova.av@muravlenko.media

Я узнала о Камиле около четырёх лет назад. История девушки, которая борется с лишним весом, потрясла с первого поста, прочитанного мной в ее аккаунте в «Инстаграме». Это были не просто разрозненные заметки в формате «проверено на себе». Девушка выкладывала в сеть фотографии до и после, а также активно поддерживала других, общалась с читателями в комментариях и отвечала каждому на интересующие вопросы. Их, кстати, у Камилы уже почти четыре с половиной тысячи. Познакомиться лично нам удалось только в прошлом году. Я могу с уверенностью сказать, что впечатление, которое сложилось по прочитанным мною в самом начале постам, не поменялось после нашего знакомства. Камила Шарифуллина – это реальный пример целеустремленности и силы воли.



Каждая запись в интернет-дневнике моей героини передает ее настроение – радостное, грустное, вдохновенное, скучающее или смешливое. Меня как читателя подкупили искренность и открытость девушки. Встретить честного блогера в социальных сетях – большая удача, а отчасти даже везение. Мне, признаюсь, повезло. Потому что сегодня большинство блогеров пре-

следует одну единственную цель – заработок. У Камилы другие приоритеты.

– Первую попытку похудеть я предприняла в 2013 году. Тогда стрелка на весах предательски поднималась до отметки 120 килограммов. Последней каплей стало то, что в самолёте я не смогла застегнуть ремень безопасности. К тому времени у меня уже начались про-

чалось долго ходить пешком. Тогда же начали сильно болеть спина и ноги, а все мои мысли были только о еде. Вернувшись из отпуска и встав на весы, я увидела цифры и ужаснулась, что поправилась еще на десять килограммов, – рассказывает Камила.

ЖЕЛАНИЯ ДОЛЖНЫ СБЫВАТЬСЯ

О своей проблеме хотелось кричать. Она искала поддержку и в лице супруга, и у тысяч своих фолловеров (подписчиков) в «Инстаграме». Часы, дни, недели и месяцы переживаний и страданий Камила разделила с семьей и с близкими по духу читателями. Многие из них, как и она, опустили руки, набрав критический для здоровья вес. Блогерша делилась душераздирающими рассказами о настоящей «битве» с лишними килограммами в «Инстаграме». Здесь Камила впервые поведала о самом сокровенном – желании быть мамой. Это откровение стало отправной точкой в ее непростой истории.

– С мужем мы были в браке три года. Мечтали о детях... Врачи все как один твердили, что проблема, скорее всего, кроется в лишнем весе. В декабре 2013 года я решила самостоятельно изучить все тонкости похудения, – вспоминает девушка.

РАДИ НОВОЙ ЖИЗНИ

Год она жила по расписанию: ела 5 раз в день в определенное время, периодически посещала тренировки и пила много воды. Камила придирчиво изучала состав каждого продукта. Поэтому чаще остальных в продуктовой корзине оказывался агар-агар (растительный аналог желатина). Он необходим для людей, у которых понижен уровень кислотности и нарушен кишечный барьер. Это главные

БЫТЬ СТРОЙНОЙ И ЗДОРОВОЙ ВСЕГДА

Ранним утром Камила отправляется в немногочисленный спортивный зал, чтобы поддерживать себя в форме. Этого можно достичь только путем длительных тренировок. Камила часами готова тренироваться, уставать и одновременно получать невероятное удовольствие от всех этих кардио- и силовых нагрузок. Это ее путь. Она не привыкла сдаваться там, где трудно, и следует главному принципу: «Дорогу осилит идущий». Значит, ее сегодняшний результат – это далеко не предел совершенства. Битва с лишним весом, длившаяся годы, осталась позади. Сейчас у нее новая цель – здоровый образ жизни.

факторы, под действием которых развиваются проблемы с пищеварением. Любой продукт, содержащий Е-добавки, героиня также исключала из рациона. Кстати, добавки могут быть аллергенами для некоторых людей, поэтому их необходимо стремиться исключить из своего рациона всем. Вот и Камила убрала из меню все вредные продукты. А в марте 2015 года девушка узнала, что носит под сердцем долгожданного малыша. Это был самый счастливый день в жизни нашей героини. Сегодня Руслану уже три года, он очень активный и жизнерадостный ребенок.

Камила училась высчитывать калории на весь день, купила продуктовые весы, подбирала необходимые физические упражнения по онлайн-урокам и следила за потреблением количества воды. За день человек должен выпивать более двух литров. Камила много читала в интернете, черпала информацию в книгах и общалась с профильными блогерами. Срывы были, как и у любого человека, но девушка восстанавливалась и продолжала свой путь.

ПОДДЕРЖКА ВАЖНЕЕ ВСЕГО

Камила уверяет, что диета – это серьезный стресс для организма. В моменты, когда можно сорваться, всегда

необходима поддержка. Ее у девушки было достаточно. Она избавлялась от лишних килограммов не только вместе с единомышленниками, которые у нее появились в социальной сети. Худеющую жену активно поддерживал муж Ирек. Питаясь правильно вместе с любимой, он похудел на 12 килограммов. Сама же Камила за 6 лет избавилась от почти 40 лишних килограммов! И сменила 58 размер одежды на 50. Сейчас семья уже не придерживается диетического питания, но активно пропагандирует правильное. Едят невредные для организма продукты, много овощей, фруктов и практически всё без пищевых добавок. В разработке у Камилы есть проект, направленный на популяризацию здорового образа жизни, который она планирует запустить совсем скоро. Пока же вместе с интернет-подругами Камила Шарифуллина проводит онлайн-марафоны по похудению и получает только положительные отзывы от своих знакомых, кому уже успела помочь.

– Иногда я провожу марафоны для того, чтобы не потерять собственную мотивацию. Глядя на девчонок, которые обращаются за помощью, хочу продолжать стройнеть и всегда быть в форме. Кстати, стройнеть в группе гораздо интереснее! ▲



МАРАФОНЫ НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ БЕГУНОВ

Сегодня онлайн-марафоны по похудению – особенно популярное направление у блогеров. В них есть множество плюсов. Стать стройнее действительно проще в команде – это доказано психологами. Здесь есть соревновательный дух: кто сбросит больше. Участники постоянно предоставляют организаторам фотографии в профиль и анфас. Это позволяет отследить трансформацию человеческого тела. Также марафонцы отчитываются о достигнутых результатах в сантиметрах. Указывают всё: объем талии, бедер, ног и рук. Одним удается сбросить 10, 15, а то и 20 кг, а другим приходится повторно возвращаться в марафоны и продолжать сражение за стройность. Камила бесплатно помогла многим марафонцам не просто словом и делом, а личным примером. Так, уже более сорока девушек в общей сумме сбросили около полутонны лишнего веса.

#любимоеблюдо

СОУС ДОБАВЛЯЕТ ПИКАНТНОСТЬ,

или Кулинарный урок от муравленковских школьников

• Инна Борисова, ushina.iv@muravlenko.media

В Муравленко состоялся второй ежегодный поварской чемпионат проекта «Билет в будущее». Пять команд из четырех школ города состязались в кулинарном деле. Семиклассники с восьмиклассниками на этот раз жарили сырники и подавали их к столу с различными соусами и напитками. На всё про всё им было дано 60 минут. Юные повара проявили изысканный вкус. Творожная выпечка сдабривалась медом, сгущенным молоком, различными ягодными соусами и даже розмарином. В итоге в тройке призеров оказались сборные второй школы, ЦДТ и пятой школы. Лучшими рецептами делимся с читателям «НГ».

Вторую школу представляли восьмиклассница Екатерина Гордиенко и семиклассник Марат Халиуллин. На вопрос, что вас объединяет, с улыбкой отвечают: «Любовь к еде!» На суд жюри они представили сырники с шоколадом

и карамельным соусом. «Самым сложным было выбрать лучшие рецепты, подобрать ингредиенты, которые будут подходить друг другу, а в приготовлении учесть все тонкости, чтобы не испортить блюдо», – говорит Катя.



Лучшими в кулинарном состязании стали представлявшие вторую школу Екатерина Гордиенко и Марат Халиуллин / ФОТО ЮЛИИ СИДАРЮК

Сырники
с шоколадом

ИНГРЕДИЕНТЫ

Творог 9 % – 600 г
Крупа манная – 2-3 ст. ложки
(кол-во манки будет зависеть от влажности творога)
Яйцо – 1 шт.
Сахар – 35-40 г
Ванильный сахар – 1 ч. ложка
Мука (для формирования сырников) – 2 ст. ложки
Шоколад – 1 плитка
Растительное масло – для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

– В первую очередь нужно хорошо отжать творог, чтобы максимально отделить сыворотку. Далее к творогу добавляем яйцо, манную крупу, ванильный и обычный сахар. Оставляем на 10-15 минут. Готовая масса должна получиться однородной и хорошо держать форму. Рабочую поверхность слегка посыпаем мукой, делим смесь на одинаковые кусочки. Скатываем шарики, внутрь каждого кладем кусочек шоколада и защипываем. Придаем сырникам округло-приплюснутую форму. Затем обжариваем в небольшом количестве масла с двух сторон до румяной корочки на разогретой сковородке.

Совет:

Творог можно даже оставить на ночь в холодильнике под легким прессом – тогда из него уйдет больше сыворотки.

Карамельный
соус

ИНГРЕДИЕНТЫ

Сливки 33 % – 100 мл
Сахар – 225 г
Масло сливочное – 100 г
Вода – 65 мл

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

– Сливки и сливочное масло нужно разогреть до комнатной температуры. В сотейнике соединяем сахар с водой и доводим до кипения на среднем огне.

Важно!

Не перемешивайте в процессе нагревания, иначе сахар кристаллизуется. Вместо этого лучше смесь периодически покачивать, чтобы нагрев был равномерным.

Когда сахар растворится и превратится в сироп, огонь можно увеличить.

Смесь нужно уваривать до тех пор, пока она не приобретет карамельно-оранжевый оттенок. Здесь важно внимательно следить и не упустить

время, иначе соус будет горчить. Затем в массу вливаем сливки. Они начнут бурлить – это нормально. Когда этот процесс закончится, добавляем масло и тщательно перемешиваем. В горячем виде соус довольно жидкий, но по мере охлаждения он будет густеть.

«Очень интересный и вкусный соус получился у команды пятой школы, – рассказывает педагог «Школы кулинарного мастерства» Елена Гусева. – Он приготовлен из нашей северной ягоды клюквы с добавлением розмарина. Консистенция и привкус просто неотразим. Хороший у ребят получился и чай из облепихи».

Клюквенный
соус
с розмарином

ИНГРЕДИЕНТЫ

Ягоды клюквы – 200 г
Сахар – 50 г
Розмарин свежий – 1 веточка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

– Ягоду промываем и варим с сахаром и розмарином в течение 10 минут до загустения. Убираем розмарин и протираем соус через сито.

Чай
«Облепиховый»

ИНГРЕДИЕНТЫ

Вода – 1 л
Облепиха – 200 г
Розмарин свежий – 1-2 веточки
Апельсин – 30 г
Бадьян – 2 шт.
Мед – 5-6 ч. ложек

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

– Доводим воду до кипения. Часть облепихи пробиваем блендером. Ягоды, розмарин, бадьян, апельсин заливаем 2/3 части кипятка и даем настояться 15 минут. Процеживаем отвар. Добавляем оставшуюся часть воды, целную облепиху и мед. Витаминный чай готов.

А вот ребята из Центра детского творчества приготовили к сырникам клубничный соус. Рецепт очень простой, а по вкусу приходится многим. Кроме того, хранить в холодильнике его можно несколько дней. Хорошо идет как дополнение к сладкой выпечке, мороженому, йогурту, каше. Также его можно взять за основу, например, для начинки пирога.

Клубничный
соус

ИНГРЕДИЕНТЫ

Клубника свежая – 250 г
Вода – 500 мл
Крахмал картофельный – 15 г
Сахар – 50 г

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

– Клубнику промываем. В кастрюлю с толстым дном наливаем воду, всыпаем сахар, кладем ягоду и нагреваем (если используем замороженный продукт, то воду добавлять не нужно). Когда ягода размякнет, измельчаем массу блендером. Крахмал разводим в небольшом количестве холодной кипяченой воды. Вливаем в ягодную массу тонкой струйкой, перемешиваем и доводим до кипения. Соус подливаем рядом с сырниками на тарелку или подаем отдельно в соуснике. ▲

#эхопраздника

ВЕЛИКУЮ ПОБЕДУ ОТПРАЗДНОВАЛИ В ЕДИНОМ СТРОЮ

«Майским вальсом» сказали СПАСИБО



● Алексей Смирнов, office@muravlenko.media

9 Мая – символ национальной гордости, памяти, патриотизма и единства. Великая Отечественная война не обошла стороной ни одну семью в нашей стране. Торжественный митинг, шествие «Бессмертного полка», впечатляющий праздничный концерт «Шаг в бессмертие» на главной сцене города, победный вальс под песни военных лет... В Муравленко отпраздновали День Победы.



Одним из главных, без преувеличения, и самым масштабным событием 9 Мая стала акция «Бессмертный полк». Полк бессмертный, полк непобедимый! Он объединил несколько поколений. Единным строем по центральной улице города с портретами своих героев прошли более четырех тысяч человек – потомки тех, кто приближал Победу и жертвовал собой во имя жизни на земле. Они тоже были в строю – на портретах, которые несли их дети, внуки и правнуки. «Бессмертный полк» как людская река памяти. Река уважения, которая разлилась на главной улице города. С каждым годом она становится еще больше, шире, мощнее.

Сотни взрослых и детей собрались в День Победы у Памятного знака «Все м убиенные от благодарных живых» на торжественном митинге.

Солнечная погода и победный май добавляли праздничного настроения горожанам. Великая Победа – триумф многонационального народа,

символ воинской доблести, славы, самоотверженного труда защитников Родины, спасших мир от фашизма. Вахту у мемориала по традиции несли юнармейцы, кадеты, казаки, сотрудники полиции и пожарной охраны. Это место памяти и скорби, куда многие муравленковцы со слезами на глазах пришли почтить память тех, кто ковал победу, не жалея сил и не боясь потерять жизнь.

Парк культуры и отдыха – стал центром проведения праздничных мероприятий. Здесь состоялась акция «Вальс Победы», работали тематические фотозоны и полевая кухня. Звуки песен переносили жителей города в тот знаменательный день – 9 мая 1945 года. Улыбки на лицах взрослых и детей, как и 74 года назад, искренние, лучистые и радостные. «Майским вальсом» танцующие сказали СПАСИБО героям своей Родины!

Яркие моменты прошедшего праздника – в фотографиях Юлии Сидарюк и Дарьи Тюменцевой. ▲

