



ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ ВОЕННОЙ ИСТОРИИ РОССИИ

15 ИЮЛЯ

В 1410 году русские войска и их союзники одержали победу над немецкими рыцарями в Грюнвальдской битве.



ЮГОРСКОЕ БОЗРЕНИЕ

Искусство слова

Еженедельная газета Нефтеюганского района

Выходит с ноября 1997 г.

№28 (1386) 11 июля 2024 г.



В любви и согласии

Накануне Дня семьи, любви и верности состоялось заседание Семейного совета Югры.

Приветствуя участников, временно исполняющий обязанности губернатора Югры Руслан Кухарук подчеркнул, что 2024 год в нашей стране объявлен президентом Владимиром Путиным Годом семьи. Говоря о важности проведения мероприятия с участием югорских семей, он отметил, что многие из инициатив, предложенные

российскими многодетными семьями, поддержаны главой государства и сегодня действуют в интересах семей с детьми.

«Семья – это основа государства. Сохранение и приумножение семейных ценностей на протяжении всего периода являлись главной силой России», – отметил Руслан Кухарук.

В честь главного семейного праздника Руслан Кухарук вручил заслуженные награды семейным парам. Среди на-

гражденных и наши земляки – семья Кокшаровых из Куть-Яха. Они удостоены медали «За любовь и верность».

Напомним, ее присуждают супружеским парам, которые состоят в зарегистрированном браке более 25-ти лет, пользуются заслуженным авторитетом среди земляков за крепость семейных устоев, основанных на взаимной любви, верности и уважении.

Анатолий Владимирович и Татьяна Ивановна вместе 30 лет, у них четверо детей. Младшие – Марк и Арина – вместе с родителями принимали поздравление и награду. Принцип «делать все вместе» – один из ключевых для семьи Кокшаровых. Они ежегодно принимают участие в Югорском лыжном марафоне, занимаются благоустройством территории поселка, любят ходить в лес за грибами и ягодами, кататься на велосипедах, вечерами играть в шахматы.

Анатолий Владимирович трудовую деятельность начал в 1992 году, работал электромонтером, инженером в Нефтеюганском рай-

онном предприятии «Электросвязь». За многолетний добросовестный труд он отмечен многочисленными почетными грамотами и благодарственными письмами, среди них благодарственное письмо губернатора Югры, почетная грамота председателя Думы Югры, почетный нагрудный знак Тюменской областной Думы.

Татьяна Ивановна с 1991 года преподавала английский язык в куть-яхской школе. Сегодня она – заместитель генерального директора ООО «Центральная аптека №1» в Куть-Яхе. В ее копилке наград – благодарственное письмо депутата Тюменской областной Думы, благодарственное письмо главы Нефтеюганского района, почетная медаль героя энциклопедии «Лучшие люди».

«Мне приятно выразить слова признательности, благодарности тем людям, которые являются примером для всего нашего округа и всей нашей страны», – сказал Руслан Кухарук.

После торжественной церемонии награждения участ-

ники расширенного заседания Семейного совета Югры обсудили вопрос, касающийся региональной системы поддержки многодетных семей региона.

Член общественного совета при департаменте социального развития округа Ядвига Кедровская отметила, что органами социальной защиты Югры реализуются 50 видов мер поддержки семей с детьми, 42 из которых – регионального значения. Об окружных мероприятиях, направленных на развитие института семьи, рассказала член общественного совета при департаменте культуры региона Зинаида Торопова.

По итогам заседания Семейного совета Югры было сформировано предложение для муниципалитетов региона об использовании телепроектов медиахолдинга «Югра» при организации внеклассной работы по популяризации семейных ценностей среди школьников.

О том, как прошел День семьи, любви и верности в Нефтеюганском районе – читайте на стр. 20.

»» Лето-2024

Каникулы с пользой

В Нефтеюганском районе продолжается летняя оздоровительная кампания. Вторая смена летних лагерей стартовала 24 июня: два лагеря с дневным пребыванием работают на базе пойковской школы №4 и ЦРТДиЮ, лагерь труда и отдыха организован салымской школой №2.

Уже завершили свою работу три палаточных лагеря. На базе сентябрьской школы был организован палаточный лагерь «Первые в спорте», где ребята ставили палатки, обу-

траивали свой быт, учились вязать узлы и участвовали в подвижных играх на свежем воздухе.

При каркатеевской школе в течение пяти дней работал лагерь «Поисковое лето-2024». Смена была посвящена реализации проекта «Тыл – фронту». Он направлен на помощь бойцам, находящимся в зоне СВО. В рамках проекта дети делают окопные свечи и сухой душ, а также плетут паракордовые браслеты.

Этот проект удостоен гранта губернатора. На выделенные средства запущена и 3D-мастерская. Станки с числовым программным управлением нужны для изготовления боксов для ампул, хвостовиков для стабилизации полета снарядов и зарядателей для магазина автомата.

В лемпинской школе в лагере «Богатырская застава» ребята закрепили навыки туристской деятельности: здесь ежедневно проводились

учебно-тренировочные занятия школы безопасности, был организован активный отдых, мероприятия по укреплению здоровья обучающихся, развитию их общефизической и гигиенической культуры, изучение традиций и обычаев народа ханты и манси. Как показали результаты тестирования по итогам смены, все воспитанники остались довольны тем, как провели время в лагере.

В Салыме работает школьный археологический лагерь труда и отдыха «Тайны древних артефактов». В этом году салымская школа №2 подала заявку на грантовый конкурс по поддержке проектных активностей для детей и молодежи и получила все-российскую премию «Гранты Первых». Ребята занимаются



лекторий», в рамках которого расскажут об истории Югры и Салымского края. В планах – мастер-классы по экспериментальной археологии.



Светлана

» Комфортная среда

Приоритетная задача

Темой рабочей встречи заместителя председателя Думы Югры Владимира Семенова и главы Нефтеюганского района Аллы Бочко стало строительство жилья и расселение аварийного фонда в муниципалитете.

Алла Бочко рассказала, что практически во всех поселениях активно ведется строительство и формирование новых участков под застройку.

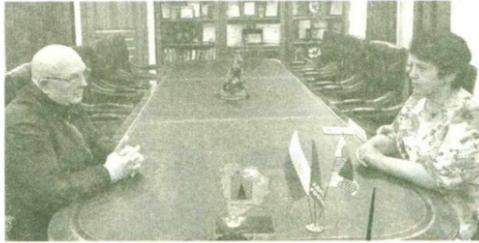
– Только в прошлом году сдали 12 новостроек площадью 38 тыс. кв. м – район вошел в число муниципалитетов, которые пере-

выполнили план, – отметила Алла Анатольевна.

Успехи региона в расселении аварийного жилья были отмечены вице-премьером России Маратом Хуснуллиным. С 2019 года по национальному проекту «Жилье и городская среда» жилищные условия улучшили 50,9 тыс. жи-

телей Ханты-Мансийского автономного округа.

– Переселение людей из аварийного жилья – приоритетная задача для всей Команды Югры. Поэтому важно сохранять взятый темп, – подчеркнул Владимир Николаевич.



Работы на объекте ведутся в рамках регионального проекта «Чистая вода» нацпроекта «Жилье и городская среда». Кроме этого проект включен в «Карту развития Югры» – региональный компонент Народной программы «Единой России».

В блоке водоподготовки наполняют водой резервуары, что-

Работа на контроле

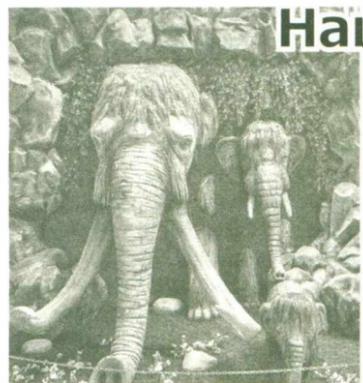
Глава Нефтеюганского района Алла Бочко, межрайонный прокурор Антон Дубейко и участники партийного десанта побывали в Пойковском на площадке реконструируемых водоочистных сооружений.

бы проверить их герметичность и надежность. Строительно-монтажные работы завершены, начинается промывка трубопровода.

– Готовность объекта составляет 80%. Подрядчик заверяет, что ближе к осени комплекс водоочистки смогут запустить в тестовом режиме, – отметила Алла Бочко.



» Достижения



Наш регион – в числе лучших

Стенд Югры на выставке-форуме «Россия» вошел в топ-15 по итогам онлайн-голосования.

Экспозиция северного края оправдала свой смелый девиз «Увидеть Югру – влюбиться в Россию». Только по самым скромным подсчетам, с культурой и природой региона познакомились больше миллиона человек. Многие из них после виртуальных путешествий по бескрайним просторам

Ханты-Мансийского автономного округа решили отправиться гулять по ним в реальности.

Активности, мастер-классы, праздники захватывали дух взрослых и детей. А мамонт Югорка навсегда останется в сердце даже тех, кто с ним не успел повидаться!

Успехи сельчан

Жители Нефтеюганского района продолжают побеждать в различных конкурсах.

Так, наши школьницы стали призерами регионального этапа Всероссийского фестиваля «Открытия-2030» для обучающихся, осваивающих дополнительные общеразвивающие программы.

Полина Гайк из обьютганской школы удостоена диплома победителя в номинации «Естественно-научная направленность». Она с детства увлечена биологией. Неоднократно становилась призером научно-исследовательских конференций различного уровня. Благодаря ее инициативе в школе создана фитостена, на которой представлены разнообразные комнатные растения.

Кристина Коханцева из Салыма и Екатерина Яковенко из Пойковского стали призерами в спортивных достижениях.

Кристина – одна из самых быстрых лыжниц нашего муниципалитета в своей возрастной категории, обладательница золотого значка ГТО. Екатерина с пяти лет занимается шахматами. Она – многократная победительница и призер различных турниров и соревнований по

шахматам, входит в состав сборной Югры по этому виду спорта. Для участия в фестивале поступило 26 конкурсных заявок



из 12 муниципалитетов Югры. Победители будут заявлены для участия во Всероссийской интерактивной выставке достижений обучающихся в области науки, культуры и спорта «Открытия-2030».

Отметим, фестиваль проводится для продвижения историй успеха обучающихся, проявивших особые достижения в культуре, науке и

спорте, по результатам освоения дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей, в том числе на новых местах дополнительного образования детей в рамках реализации федерального проекта «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование».

Пойковчанка Александра Калинкина стала победительницей конкурса видеороликов «Мы можем все!», который организовало Всероссийское общество инвалидов.

Всего на конкурс поступило 362 видео от профессиональных видеографов и авторов-любителей из 69 регионов страны, в том числе из ЛНР и ДНР, а также Запорожской области. Тематику конкурсных видео стали достижения детей и людей с инвалидностью в спорте, творчестве, хобби, ведении активного образа жизни, а также рабочие и семейные будни.

Александра выбрала для участия номинацию «Через тернии к звездам». А героиней ее видеоролика стала подруга и коллега по районному обществу инвалидов Анастасия Закирова.

» Депутатские будни

Заместитель председателя Думы Югры Владимир Семенов принял участие в «правительственном часе» в Госдуме.

Развитие отрасли

Генеральный директор госкорпорации «Роскосмос» Юрий Борисов рассказал о развитии отечественной космической отрасли. Он проинформировал о разработке новых носителей, подготовке космонавтов, развитии орбитальной группировки, космических услугах и сервисах, а также о последствиях санкций для отрасли, пилотируемой программы. Депутаты получили развернутые ответы на свои вопросы.

Команда «Роскосмоса» представила и план на среднесрочную перспективу. Депутаты пообещали оказать законодательное содействие в его реализации.

Затем выступили руководители профильных комитетов и представители фракций.

– Сегодня без космоса в Югре



не обходится ни расчет площади рыбоводного участка, ни градостроительное планирование, ни мониторинг лесных ресурсов, ни предсказание погодных явлений. Современный человек даже не подозревает уровень своей зависимости от космических технологий. Это вопросы национальной безопасности и драйвер для развития прикладной науки, – отметил Владимир Семенов.

Обустройство территории

Заместитель председателя Думы Югры Владимир Семенов на встрече с главой Куть-Яха Ларисой Жильцовой обсудил ход благоустройства парка «Зеленый остров».

Объект включен в региональный компонент Народной программы партии «Единая Россия» – «Карту развития Югры». Это общественная территория площадью 67,5 тыс. кв. м с аллеями, пешеходными дорожками, зонами отдыха, арт-объектами, уличным амфитеатром, искусственным прудом и смотровой террасой. На протяжении нескольких лет к реализации проекта привлекались разные источники финансирования.

Так, средства из депутатского

фонда Владимира Семенова в размере двух млн руб. были использованы для обустройства в парке искусственного освещения.

– Мне всегда интересно развитие таких проектов, как «Зеленый остров». Он создан по наказам граждан и при их непосредственном участии, – отметил Владимир Николаевич. – Подобные проекты не только воплощают будущее, но и опираются на давние традиции взаимопомощи и гражданской солидарности.

» Год народного сплочения в Югре

Поддержка землякам

Каркатеевские активисты из инициативной группы «Тыл – фронту» продолжают собирать посылки для бойцов, участвующих в СВО.

Старшее поколение Каркатеевы активно плетет маскировочные сети. Не отстает и молодежь – ребята помогают изготавливать наборы для сухого армейского душа. Только за один день они собрали 31 комплект душа.

Общими усилиями неравнодушные жители поселка подго-



товили к передаче на пункт сбора гуманитарной помощи пять коробок с полезными бытовыми и тактическими предметами.

Напомним, пункты сбора гумпомощи действуют во всех поселениях.

» Общество

Профилактика нужна

В Югре установилась жаркая погода. А это значит, что жителей муниципалитетов привлекают водоемы, которые могут нести опасность.

По данным МЧС Югры, с начала сезона в округе погибло восемь человек. За нарушение правил безопасности на воде составлено девять протоколов.

В Нефтеюганском районе продолжают регулярные рейды по берегам водоемов. Инспекторы ГИМС, специалисты ко-

миссии по делам несовершеннолетних, полицейские и спасатели проводят беседы с отдыхающими. На патрулирование береговой зоны в Каркатеевы вышли активисты «Движения Первых».

Они проверили наличие предупреждающих табличек и напомнили жителям о правилах безопасного поведения у воды.



» Год народного сплочения в Югре

Всегда быть рядом

Ольга МАТВИЕЦ

В Сингапе прошла консультационная программа «Женский день». Старт мероприятиям федерального проекта в Югре дала региональный куратор «Женского движения «Единой России» Наталья Запяднова.

Напомним, «Женский день» – это социальная система приема, помощи и сопровождения жен и матерей участников специальной военной операции, а также женского актива. Все вопросы повестки затрагивали тему поддержки российских бойцов и их близких.

Руководитель поселкового штаба волонтерского движения «Мы вместе» Светлана Халикова рассказала о деятельности сельских добровольцев.

– В ходе частичной мобилизации были призваны и наши земляки: отцы, сыновья, мужья. Наш долг перед защитниками Отечества – быть ответственными за мир, обеспечивать надежный тыл. Это несложно, когда мы действуем в команде, – говорит Светлана Талгатовна. – Особенно ценны для бойцов письма из дома. Жители Сингапе отправили «за ленточку» немало теплых весточек с самыми добрыми и искренними пожеланиями. Кроме этого на базе местной школы создается музей «Время СВОих».

Активист волонтерского движения «Мы вместе» Полина Данилова поделилась опытом

реализации социального значимого проекта «СВОих не бросаем». В его рамках школьники и их родители собирают гуманитарную помощь: предметы личной гигиены, сухие супы, продукты питания. По запросу бойцов были приобретены и отправлены восемь пар тактических перчаток, закуплен парафин для заливки окопных свечей. Под руководством учителей технологии неравнодушные жители делают окопные свечи, сшили около 100 сигнальных повязок «свой – чужой». Совместно с волонтерским объединением #ТеплоДляСолдатаZ освоили плетение панцирных маскировочных сетей. Представители сельского Совета ветеранов научились делать сухой душ.

Кроме того, для школьников состоялось несколько встреч с

бойцами СВО. Военнослужащие рассказывали о боевых буднях и наградах, отвечали на вопросы ребят.

– «Женское движение» решает целый ряд



важных задач, одна из них – содействие участникам СВО и членам их семей. Речь идет в том числе о консультативной помощи и социальном сопровождении. За каждой такой семьей

закреплен конкретный депутат от партии, к которому можно обратиться за помощью. Со своей стороны мы всегда открыты к диалогу и готовы рассмотреть каждый вопрос на месте, – подчеркнула координатор «Женского движения «Единой России» в Нефтеюганском районе Татьяна Котова.

Традиционно программа закончилась душевным разговором за чашкой горячего чая с брусничным пирогом.

» Информподдержка

Они продолжают верить в людей...

Елена ИВАНОВА

Проект под названием «Полная миска» реализован пойковским Центром помощи бездомным животным «Хвостики». Он стал победителем конкурса на предоставление субсидии из бюджета Нефтеюганского района.

Как считают инициаторы проекта, цивилизованное общество должно заботиться о том, чтобы стерилизованные бездомные животные, которых выпустили в среду их обитания после программы ОСВВ, были обеспечены едой. Волонтеры «Хвостиков» смогли собрать на благотворительной основе корма для подопечных центра, а также создать пункты приема помощи. Корзину добра может пополнить любой желающий. Туда можно положить средства по уходу за животными, хозяйственный инвентарь, корма и многое другое.

Конечно, в городском поселении есть люди, и их немало, которые подкармливают, лечат, обрабатывают от паразитов и стерилизуют бездомных. Но есть среди жителей и те, кто испытывает страх при виде собак и кошек, живущих во дворах многоквартирных домов. При помощи проекта решена еще одна задача – просветительская: у пойковчан появилась возможность подружиться с бездомными

животными, узнать о правилах поведения в непредвиденных ситуациях при встрече с бездомными животными. По словам организаторов, среди мероприятий проекта – встречи волонтеров с подрастающим поколением в детских садах и школах городского поселения для привлечения внимания к работе волонтеров, а также проведение уроков добра.

Все это позволяет объединить жителей Пойковского и зоозащитников, дать воз-

можность каждому делать добрые дела, пополнить ряды волонтеров, оказать помощь подопечным Центра, а также привить людям чувство ответственности, доброты, сопереживания, сострадания не только к своим питомцам, но и обездоленным животным.

Увы, у каждого подопечного Центра своя печальная история: кто-то потерял хозяина, а кого-то выставили за дверь, многие стали жертвами человеческой жестокости и серьезно пострадали от уличной жизни. Но добро и гуманность по отношению к бездомным братьям нашим меньшим воспитываются личным примером, поэтому волонтеры «Хвостиков»

верят в пополнение своих рядов, поддержку подрастающего поколения и обретение своими подопечными новых любящих хозяев.

Как говорят сотрудники Центра, животные – удивительные существа! Что бы они ни пережили, продолжают ждать своего человека, способны простить самые некрасивые поступки и любить, несмотря ни на что.



» Общество

Накануне закрытия Международной выставки-форума «Россия» чествовали всех, кто работал на ней, – представителей регионов, федеральных органов власти, общественных организаций и корпораций, средств массовой информации.

Большой вклад оценен



Первый заместитель руководителя администрации президента РФ Сергей Кириенко вручил памятную статуэтку временно исполняющему обязанности губернатора Югры Руслану Кухаруку.

Как отметил Сергей Кириенко, Международная выставка-форум «Россия» вошла в топ-10 самых посещаемых мест мира. Она продолжалась 247 дней, на ней были представлены важнейшие достижения страны. Выставку посетили более 18 млн человек. Здесь расположились экспозиции 89 регионов России, федеральных ведомств, корпораций и общественных организаций. С первых дней в 75 павильоне работала экспозиция Ханты-Мансийского автономного округа. На стенде были представлены достижения в науке, образовании, культуре и туризме. Особое внимание – развитию экономики, промышленности и реализации крупных инвестпроектов.

Самым запоминающимся элементом в экспозиции стала фотозона, где можно было сфотогра-

фироваться с мамонтом и услышать информацию об Археопарке.

Более 200 человек участвовали в создании выставочной экспозиции Югры. Прошло более 400 мастер-классов, театрализованных представлений, акций, квизов, деловых дискуссий и других активностей, более 400 югорчан презентовали свою деятельность на стенде, 50 тысяч посетителей выставки унесли с собой национальные обереги народов ханты и манси.

– Благодарю за награду! С удовольствием передам ее нашим землякам. Югорчане выражают слова благодарности за возможность рассказать о нашем регионе, который по праву называют энергетическим сердцем страны, нашей культуре и традициях Югры. Благодарю за еще один повод гордиться нашим регионом, страной и многонациональным народом. Верим, что наследие выставки «Россия» будет обязательно жить, – сказал Руслан Кухарук.

8 июля, в День семьи, любви и верности, выставка «Россия» завершила свою работу. Президент России Владимир Путин побывал на выставке в пятый раз. Он встретился с сотрудниками выставки и участниками конкурса «Это у нас семейное» президентской платформы «Россия – страна возможностей». Завершилась выставка всероссийским парадом семей и гала-концертом «Нас миллионы».

» Экологическая площадка



Берегите природу!

Ольга МИХАЙЛОВА

В рамках XXI Международной экологической акции «Спасти и сохранить» в Нефтеюганском районе, как и по всей стране, проходит акция «Вода России» – часть федерального проекта «Сохранение уникальных водных объектов» нацпроекта «Экология». Неравнодушные граждане привели в порядок береговую линию озера в районе автокемпинга.

Территория близ кемпинга – популярное место для летнего досуга. К сожалению, среди отдыхающих хватает и нарушителей чистоты.

Жители муниципалитета писали в соцсетях о том, что данный участок нуждается в качественной уборке. Обращения были зафиксированы программой «Инцидент Менеджмент» и приняты в работу. На субботник вышли представители районной администрации, эоактивисты, общественники.

В рамках партпроекта «Чистая страна» к инициативе присоединились депутаты, актив местного отделения «Единой России» и «Женского движения».

Активисты собрали не менее 20 мешков бытового мусора – это пластиковые и стеклянные бутылки, жестяные банки, обертки и пакеты.

– Приятно видеть, как преобразился берег. Хотелось бы, чтобы

люди более ответственно и осознанно относились к экологии. Нужно уважать чужой труд и забирать с собой мусор, оставшийся после пикника, – отметила заместитель секретаря местного отделения партии «Единая Россия» Татьяна Котова.

Среди участников субботника – член Общественной палаты Югры Александр Семенов. Он обратился к югорчанам с просьбой: «Прошу вас соблюдать порядок в нашем общем доме! Не мусорить и не устраивать несанкционированную свалку».

Кстати, инициатором субботника выступил районный комитет по делам народов Севера, охраны окружающей среды и водных ресурсов.

Отметим, в 2023 году в рамках акции «Вода России» в Нефтеюганском районе было очищено около девяти км береговых линий.



» В Югре

Комплексный подход

С рабочим визитом в Югре побывал министр энергетики РФ Сергей Цивилев.

На встрече с временно исполняющим обязанности губернатора Ханты-Мансийского автономного округа Русланом Кухаруком министр подчеркнул, что регион является ключевым центром нефтедобычи в России и одним из крупнейших в мире.

По словам Сергея Цивилева, углеводородное сырье остается одним из ключевых энергоносителей в мире, поэтому традиционные регионы добычи нефти и газа необходимо адаптировать к меняющимся условиям.

В частности – отметил он – для дальнейшего расширения потенциала Ханты-Мансийского автономного округа необходимо развивать технологии по освоению трудноизвлекаемых запасов (ТРИЗ), доля которых в общей добыче будет в ближайшие годы лишь увеличиваться. Этот вопрос требует комплексного подхода, он включает в себя не только технологии по освоению труднодоступных запасов нефти и газа, но также подготовку профессиональных кадров и созда-

ние рабочей среды, которая будет способствовать привлечению в регион перспективных специалистов.

Министр добавил, что это комплексный процесс, который Минэнерго осуществляет совместно с руководством региона, образовательными и научно-исследовательскими институтами, а также участниками рынка.

Руслан Кухарук подчеркнул, что регион удерживает лидирующие позиции по ряду основных экономических показателей. Югра занимает первое место по добыче нефти и по производству электроэнергии, второе место по добыче газа и объему промышленного производства. На долю региона приходится 41% от общей нефтедобычи России. Ежегодно в эксплуатацию вводится порядка 4,5 тысяч добывающих скважин, открываются новые месторождения. Добыча газа составляет 30 млрд кубометров в год.

На добычу трудноизвлекаемых запасов в общем объеме нефтедобычи по итогам прошлого года

пришлось около 24%. В этой связи в округе сформирован портфель инициатив и проектов, направленных на разработку «трудной» нефти.

– Мы активно используем подходы, связанные с разработкой добычи трудноизвлекаемых запасов нефти, основанные на научной деятельности. Сотрудничество ведется с научными институтами, которые находятся на территории региона, и с крупными нефтегазовыми компаниями. Понимаем, что в части решения проблем, которые сегодня существуют, не обойтись без научных подходов, высокотехнологичного ключа, – обратил внимание Руслан Кухарук.

Югра – регион-лидер России по производству электроэнергии. В 2023 году на электростанциях Югры произведено 82,5 млрд кВт в час электроэнергии, из которых 16,3 млрд кВт в час передается в соседние регионы – Ямало-Ненецкий автономный округ, Тюменскую, Свердловскую и Томскую области. Основу электроэнергетического комплекса региона составляют четыре крупнейшие региональные ГРЭС. Общая установленная мощ-

ность объектов генерации в автономном округе – 14,2 гигаватт.

– Четыре региона страны полноценно питаются электроэнергией, вырабатываемой на территории округа. Но есть ряд других задач, которые мы определили с крупными корпорациями. Необходимо вместе реализовывать инвестиционные проекты энергетиков в части обеспечения постоянной электроэнергией территорий, прилегающих к крупным городам Югры. Речь идет о СОТах, дачных кооперативах, – сказал Руслан Кухарук.

Еще одной темой встречи стало решение кадрового вопроса для предприятий ТЭК.

Говоря о подготовке кадров для топливно-энергетического комплекса, Сергей Цивилев обратил внимание на необходимость связи «школа – ссузы и вузы – работодатель».

В Югре такая работа ведется: в школах региона действуют проф-



ориентационные классы, которые нацелены на подготовку ребят по рабочим и инженерным специальностям.

– В средних профессиональных образовательных организациях и вузах Югры при утверждении количества бюджетных мест учитывается запрос работодателей. Он, по большому счету, формирует программу бюджетного участия в части создания мест для ребят. Средне-специальные учебные заведения работают по дуальной системе образования – есть технологический партнер, который участвует в формировании программы обучения, предоставляет места для прохождения производственной практики, а после выпуска забирает на работу. Мы работаем по этой системе уже восемь лет, – подчеркнул Руслан Кухарук.

» Спортклуб

Российские борцы везут три золота с чемпионата Европы в Сербии



Он отметил ключевое значение достижений российских спортсменов в условиях резко осложнившейся в последние годы геополитической ситуации.

«Поздравляю атлетов и тренеров с очередной победой на международной арене! Каждая медаль наших спортсменов – не только яркий пример силы духа и воли, но и чувство гордости за страну в эти сложные времена, когда недружественными государствами продвигается так называемая политика отмены – и в спорте, и в культуре!» – сказал депутат Думы Югры.

Владимир Семенов известен своим значительным вкладом в развитие турнирного движения, в том числе международного. Так, в 2023 году состоялся 18-й по счету турнир по вольной борьбе на учрежденный им кубок. В регионе побывали сильнейшие борцы не только из России, но и еще 14 стран. Югорчане смогли увидеть прославленных атлетов, которые охотно дают мастер-классы для воспитанников местных спортшкол, и пообщаться с ними.

Еще одним примером является Международный шахматный турнир имени Анатолия Карпова, на протяжении двух десятилетий проходивший в Пойковском. Соревнования

Вице-президент исполкома Федерации спортивной борьбы России, депутат Думы Югры Владимир Семенов поздравил российских борцов с успешным выступлением на первенстве Европы U-20, проходившем в городе Нови-Саде (Сербия).

входят в число наиболее престижных регулярных состязаний в мире и собирают десятки международных гроссмейстеров.

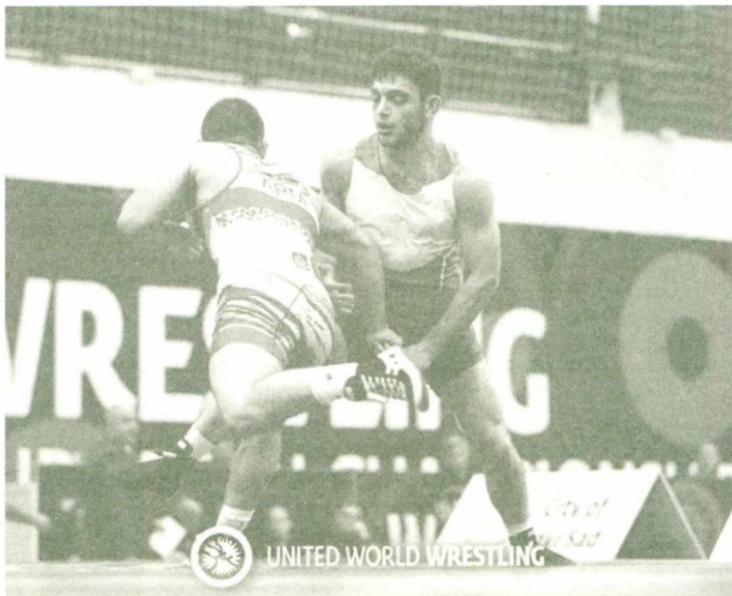
«Спорт требует огромных ресурсов, но это мощный долгосрочный инвестиционный проект для территории. Во-первых, это прямые вложения в здоровье жителей, плюс пропаганда истинных ценностей для молодежи – здоровый образ жизни, целеустремленность и воля к победе. Во-вторых, наши города и поселки знают далеко за пределами округа и России, имена наших спортсменов звучат на разных языках на международных состязаниях», – отмечает вице-президент ФСБР Владимир Семенов.

По его словам, в настоящее время спорт и борьба, в том числе, приобретают дополнительные

функции, востребованные современной Россией.

«Уверен, что спорт – это очень эффективная имиджевая реклама. Мы развиваемся и делаем наш общий дом более привлекательным, создаем новые точки роста, и в конечном итоге перспективная молодежь остается здесь, возвращается после учебы. Это и есть воспитание любви и привязанности к малой Родине, чувства гордости за свой город, округ, страну. Спорт всегда был и остается одним из сильнейших факторов воспитания чувства патриотизма у детей и юношества», – подчеркнул Владимир Семенов.

Отметим, на молодежном чемпионате Европы в Сербии представители России завоевали по три золотых и бронзовых награды, а также серебро.



» Справка «ЮО»

По личной инициативе и при поддержке депутата Думы Югры Владимира Семенова проходили:

– Международный турнир по вольной борьбе на кубок Владимира Семенова, включенный в календарь UWW;

– Открытый турнир по боксу имени Вячеслава Яновского, на который приезжали юные спортсмены из многих стран;

– ежегодный Международный шахматный турнир имени Анатолия Карпова в Пойковском, входящий в топ-3 самых престижных мировых шахматных турниров.

Кроме того, были организованы открытое первенство Нефтеюганского района по парусному спорту на Кубок депутата Думы Югры Владимира Семенова, соревнования Нефтеюганского района по гонкам на обласах и открытые первенства по бильярду.

В 2014 году при поддержке президента Ханты-Мансийской региональной федерации NOMAD MMA Владимира Семенова Нефтеюганский район впервые стал территорией проведения Международного турнира по смешанным единоборствам по версии NOMAD MMA «Битва на Севере-2». Всего прошло пять международных турниров по версии NOMAD MMA.

В должности президента Федерации вольной борьбы автономного округа Владимир Семенов организовал десятки первенств и чемпионатов УрФО на территории ХМАО – Югры.

Конноспортивная школа, созданная Владимиром Семеновым в 2002 году, в первый же год принесла победу на региональном чемпионате России зон Сибири и Урала. В историю школы также вписаны золотые страницы многих громких побед

на различных состязаниях, в том числе в соревнованиях на Кубок губернатора Тюменской области.

В феврале 2011 года в Нефтеюганском районе прошел Международный турнир по профессиональному боксу на кубок Кости Цзю.

В 2016 году состоялось открытое первенство Нефтеюганского района по спортивной аэробике на Кубок Владимира Семенова, чемпионат и первенство ХМАО – Югры по акробатическому рок-н-роллу.

Более 430 спортсменов выступили в рамках Открытого первенства Нефтеюганского района по спортивной аэробике «Наши победы – любимым мамам!» на Кубок президента «Центра спортивной и оздоровительной аэробики Югры» Владимира Семенова.

Также по инициативе и при поддержке Владимира Семенова проводятся турниры для земляков и гостей: Открытый Кубок Нефтеюганского района по жиму штанги, Открытый турнир по бильярду, турниры по боулингу, спартакиады работников органов местного самоуправления, открытые спортивные фестивали-конкурсы Нефтеюганского района среди лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В марте 2023 года в Пыть-Яхе впервые состоялся Фестиваль гимнастических и танцевальных видов спорта «Наши Победы – любимым мамам».

В Нефтеюганске Владимир Семенов возродил на собственные средства Центр спортивных единоборств. В нем занимаются представители многих видов спорта: вольной борьбы, самбо, бокса, ММА, а также открылось отделение спортивной гимнастики для детей и другие секции.

» Разговор на передовой

Позывной «Хан»: «Мы победим – без вариантов!»

Герой очередного выпуска «Разговора на передовой» – мобилизованный из Нижневартовска с позывным «Хан».



«Все будет хорошо. Победа все равно будет за нами, тут без вариантов».

В военно-учетной специальности у него не было ничего, связанного с танками: парень прошел срочную службу в ВДВ, однако из военкомата его отправили учиться на танкиста.

Сегодня, спустя полтора года на СВО, «Хан» – командир танка танкового батальона «Черные барсы» 55-й тувинской горной бригады. Даже в названии бригады югорчанин слышит отзвук своей Родины – Восточного Казахстана, там тоже совсем рядом горы, Алтай. Подростком он вместе с семьей уехал в Югру – выучился в школе, университете, отслужил, работал в нефтянке, обзавелся семьей. Но, когда пришла сложная пора для России, не сомневался, что пойдет на СВО. Но почему-то долго не призывали, он даже удивлялся этому.

Сейчас за спиной «Хана» – взятие Авдеевки. Именно «Черные барсы» гвардейской 55-й омсбр ВС РФ зашли в городской парк Авдеевки и заняли железнодорожную больницу, там был установлен один из первых российских флагов. Штурмовая пехота шла под прикрытием танков, одним из них командовал «Хан».

Он хорошо помнит свой первый бой.

– Мы долго планировали. Было темно, выходили на Авдеевском направлении. Наша бригада включилась в штурм Авдеевки, принимали активное участие. Что было в том бою? Мы отработали, по нам отработали, – вспоминает танкист.

Специфика танковой работы меняется стремительно.

– Если раньше мы боялись «противотанкистов» – птурщиков, то сегодня главная опасность – это дроны. Эта малогабаритная летающая пакость наносит огромный ущерб. Дронов сейчас миллион разных: от колхозных под названием «Баба-яга» до FPV с зарядом в виде тубуса для чертежей, полностью набитого пластидом. Поэтому долго думать нельзя, никаких заминок на перекрестках – подлетел, отработал и ушел, – рассказывает «Хан».

Его первым танком был Т-80БВ.

– Отличный танк! Скоростной, не зря его называют «летающий танк» на газотурбинном двигателе. Маневренный, удобный, с отличным запасом прочности, достойный. Пушка прекрасная, несмотря на год выпуска – до сих пор конкурентоспособная, танк этот будет еще лучше. В любом случае – как ты к технике, так и она к тебе, – отмечает боец.

Первый танк «Хана» все-таки сожгли: удар дрона пришелся в гусеницу, машина была обездвижена.

– Попали, система заглохла. Попытался пушку поднять, чтобы механик вылез, а потом начали «стучаться» снаружи оппоненты, вышли через люк – удалось остаться в живых, – говорит «Хан».

Сегодня, чтобы обезопасить свои машины, танкисты используют системы РЭБ, смонтированные на танке, – так называемые уловители FPV-дронов: если дрон будет прилетать, он отработает на дистанции от танка, экипаж будет в безопасности.

По словам «Хана», сердце танка – мехвод, механик-водитель:

– Все зависит от него и взаимопонимания внутри коллектива. Мы с этим рыжиком чудом с первого дня здесь. От нашего взаимодействия: я, мехвод и наводчик – зависит выживаемость экипажа.

За время службы боец дважды ездил в отпуск к родным. Дома «Хана» ждут супруга и дочка. Он уверен: возвращаются с фронта те, кого очень-очень ждут.

– Я реалист, понимаю, что погибнуть здесь может каждый. Это война, товарищи погибают. Но поддержка семьи – это как вера, что все не зря. Любимой я пообещал, что все сделаю, чтобы вернуться. Все зависит от того, чтобы понять: для чего ты здесь, какие у тебя цели и задачи. И постоянно учиться. Все будет хорошо. Победа все равно будет за нами, тут без вариантов. Скучаем, конечно, по родным. Но война. Что поделаешь, – говорит «Хан». И закрывает глаза козырьком армейской кепки.

Без вариантов. Надо возвращаться.

Два бойца из Югры на минувшей неделе стали героями боевых листовок группировки войск «Центр». В этих историях – смелость и сильный дух, достойные уважения и восхищения.

Наши – в боевых листовках!

Рядовой Андрей Сальников родом из села Пальяново Октябрьского района, был призван в рамках частичной мобилизации, служит в мотострелковом батальоне 90-й гвардейской танковой дивизии. Благодаря своей бдительности и решительным действиям не дал противнику прорвать оборону подразделения на напряженных участках фронта в районе населенных пунктов Тоненькое и Соловьево. Это то самое Авдеевское направление – самое горячее на театре боевых действий 2024 года.



Поселок Тоненькое расположен в пригороде Авдеевки на ключевой дороге, по которой снабжалась донбасская группировка ВСУ. В этом населенном пункте находились артиллерийские расчеты, регулярно обстреливавшие центр Донецка. В нем противник подготовил укрепленный рубеж, чтобы остановить продвижение российских войск после взятия Авдеевки. Благодаря в том числе и рядовому Сальникову ВСУ не смогли реализовать эти планы.

Поселок Тоненькое был освобожден подразделениями группировки войск «Центр» 20 марта 2024 года, а неделей ранее, 13 марта, Андрей Сальников нес боевое дежурство на контрольно-наблюдательном посту у опорного пункта близ поселковых дач. Под утро он увидел движение со стороны противника и своевременно обнаружил группу украинских штурмовиков, скрытно приближавшуюся к нашим позициям. Рядовой Сальников оперативно оповестил боевых товарищей, что помогло нашим бойцам открыть огонь, успешно отразив попытку прорыва. Враг откатился с потерями.

Второй эпизод, о котором написал командование, относится к 31 мая 2024 года. Поселок Соловьево, где происходили события, уже три недели как был освобожден – подразделение Андрея Сальникова двигалось к опорному пункту западнее Соловьево и попало под удар артиллерии. Андрей, получив осколочное ранение, от эвакуации отказался и продолжил выполнение боевой задачи.

Как обычно бывает, после удара артиллерии противник направил на группу российских воинов дроны-камикадзе – добивать раненых и эвакуационную команду. Но югорчанин обнаружил приближавшийся вражеский дрон и огнем из автомата сбил его, тем самым спас своих товарищей от огневого поражения.

Наши бойцы-северяне – отличные охотники, поэтому воюют с вражескими «птичками» не числом, а умением. Еще один ге-

рой минувшей недели – гвардии рядовой казачьего танкового полка 90-й танковой дивизии, боец из Ханты-Мансийска Александр Салтыков.

Он проявил настоящее мужество во время выполнения боевого задания. 3 июня Александр, водитель-санитар, обеспечивал наступление пехотных частей, подвозя бойцам на своей верной «буханке» продовольствие и воду. Во время очередного выезда по машине ударил вражеский дрон-камикадзе. УАЗ загорелся.



После взрыва, едва придя в себя, Александр вытаскил потерявшего сознание товарища из горящего автомобиля и укрылся в ближайшей лесополосе – тем самым уберечь от повторных атак беспилотников. Потом оказал раненому товарищу первую медицинскую помощь, проявив выдержку и высокую выучку, после чего вывел сослуживца из-под начавшегося минометного обстрела до пункта эвакуации.

«Своими действиями Александр спас не только свою жизнь, но и жизнь своего товарища», – отмечают командиры.

» За доблесть

Командир батальона «Югра» Дмитрий Аксенов сообщил в соцсетях о том, что государственных наград за воинскую доблесть, мужество и героизм указом президента России удостоены 14 бойцов батальона «Югра».

Медали «За отвагу» вручены Анатолию Александрову, Никите Ленделу, Максиму Пашину, Рафису Афлятонову и Владиславу Калину. Медалью Жукова награждены Игорь Поляков и Андрей Бирст.

Медаль Суворова вручена Дмитрию Плескачу, Владиславу Ширшонкову, Азамату Нигматуллину и Ивану Узуну. Максим Гнусов, Павел Сайидов и Руслан Вахитов награждены медалью «За храбрость» II степени.

– Гордится Югра, гордится Россия! Братья, низкий вам поклон! Берегите себя и возвращайтесь с победой! – написал Дмитрий Аксенов.



Материалы подготовила Виктория ШКЛЯР

Правила питания против переедания!

«Почему мы толстеем? Что такого мы едим, что к 50 годам так много лишних килограммов?», – спросила меня подруга. Этот вопрос, я думаю, беспокоит многих...

Откуда они берутся?

По оценке экспертов, наш типичный рацион содержит слишком много жиров (около 160 г) и простых углеводов, что приводит к его избыточной калорийности (3 000 – 3 500 ккал). Обычно столько требуется интенсивно тренирующемуся спортсмену или работающему физически, но не офисному работнику, который ходит от подъезда до парковки и обратно.

Чтобы не поправляться, количество энергии, которое мы получаем с пищей, должно равняться энергетическим тратам. Как пояснили специалисты, мужчинам в среднем требуется 2 200 ккал в день, а женщинам – 1 900–2 000 ккал. Но все это индивидуально и зависит от обмена веществ, генетической предрасположенности и физической активности.

Ежедневная норма потребления жиров для здорового человека составляет примерно 1–1,3 г жира на 1 кг массы тела. То есть для женщины с массой тела 60 кг этот показатель не должен превышать 60–80 г в сутки.

После несложного подсчета понимаем, что ежедневно мы съедаем минимум 1 000 лишних калорий и в основном на ужин. Основные виновники – жирные салаты с майонезом

(300 ккал) и пиццы или пироги (350 ккал). Вечером такое количество потребляемой энергии совершенно ни к чему, человек не успеет ее потратить, – отмечают диетологи. Кроме того, неправильный ужин увеличивает нагрузку на поджелудочную железу, желчный пузырь и другие органы, которые в это время готовятся ко сну.

Второе место по излишествам занимают перекусы. Чаепития с конфетами и печеньями два раза в день гарантируют, как минимум, 400 лишних калорий в сутки. Чтобы эти калории не отложились в жир, потребуется 10-минутная пробежка или 20-минутная ходьба быстрым шагом, или мойка автомобиля своими силами.

И, наконец, мы часто слишком много едим на обед. Эксперты говорят, что крахмалистые продукты в большом количестве быстро откладываются про запас. Помимо этого, сладкий компот или морс содержат 150 ккал, а те же напитки без сахара – всего 30 ккал. Нужно заменить сладкий напиток несладким – и минус 120 ккал обеспечено.

Как говорят диетологи, если ежедневно получать хотя бы на 100 калорий больше, чем нужно, то первый лишний килограмм появится через неделю-другую. А со временем при-

дут и сопутствующие недуги: сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, проблемы с желудочно-кишечным трактом...

Четыре правила без подсчета калорий

Тем, кто толстеть не желает, эксперты предлагают несколько рекомендаций, которые помогут снизить калорийность меню без диет и подсчета калорий.

1. В ежедневном рационе обязательно должны быть три полноценных белковых блюда – нежирное мясо, рыба, творог и яичный белок – на завтрак, обед и ужин. Именно белки обеспечивают ощущение сытости в течение долгого времени. Помимо этого, белки состоят из аминокислот, некоторые мы получаем только с пищей, в организме они не синтезируются, но являются незаменимыми.

2. Калорийность любимых блюд можно уменьшить, меняя способ приготовления и ингредиенты. Жирная еда содержит больше калорий, так как энергетическая ценность жиров (9 ккал на 1 г) в два с лишним раза выше, чем у белков и углеводов (4 ккал на 1 г). Чтобы снизить калорийность, можно заменить в салате жирный майонез маложирным йогуртом.

3. В питании нужно делать упор на первую половину дня. На ужин желательно ограничиться белковым блюдом и овощами. Как говорят специалисты, если от какой-то любимой калорийной еды вы не можете отказаться, то перенесите ее лучше на завтрак.

4. Как минимум, дважды в день – на обед и ужин – на столе обязательно должны быть овощи, а идеальный перекус – это фрукты.

Как снизить калорийность?

Завтрак

Энергетическую ценность завтрака можно уменьшить примерно на 200 ккал: яичницу готовим на сковороде с

тефлоновым покрытием без сливочного масла, на бутерброд кладем кусочек отварного или запеченного мяса, например, говядины или индейки, а в кофе не добавляем сахар.

Кстати, по мнению медиков, исключение завтрака из рациона не помогает снизить вес: когда человек не ест, уровень глюкозы в организме падает, из-за чего впоследствии повышается аппетит.

Перекусы

Полезные закуски должны быть богаты клетчаткой и белком: это фрукты, овощи, молочные продукты, орехи и сухофрукты, бобы и белковые продукты. Оптимально, если энергетическая ценность перекуса составляет 150–200 ккал.

Обед

Овощи способствуют более долгому ощущению сытости и при этом менее калорийны, чем крупы, поэтому предпочтение стоит отдать салатам и гарнирам из овощей. Однако картофель к ним не относится: он ближе к крупам, так как содержит много крахмала.

При выборе белковых блюд предпочтение отдавайте нежирным сортам мяса (телятине, говядине, курице, индейке) и рыбы, приготовленным на пару, в духовке или на гриле, вареным или тушеным.

Не используйте жирные соусы и подливы, а вместо сладких напитков лучше пить фруктовый или зеленый чай без сахара.

Ужины

Жирным салатам с майонезом и выпечке вечером на столе не место. Их должны заменить овощи и белковое блюдо.

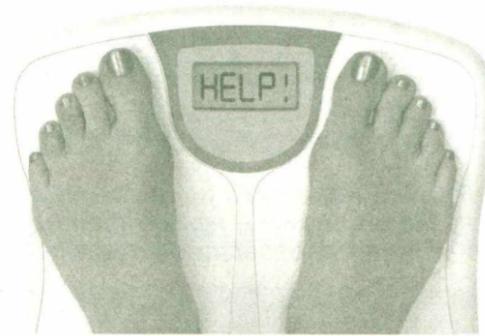
Майонез в любимом «Оливье» можно заменить йогуртом с горчицей, а колбасу – отварной куриной грудкой.

Как отмечают диетологи, поужинать можно даже картофельным пюре с котлетами, если сливочное масло заменить небольшим количеством растительного, а котлеты приготовить в духовке, но лучше съесть рыбу с тушеными овощами и овощным салатом.

Специалисты рекомендуют избегать промышленно-полупромышленных и готовых продуктов. В них очень много жира, особенно трансжиров, которые способствуют развитию атеросклероза, ишемической болезни сердца, сахарного диабета второго типа и ряда онкологических заболеваний.

Но иногда организм играет против: вы считаете калории, приседаете и каждый день ходите 10 000 шагов, но вес растет...

Наверное, вы слышали, что стресс – одна из причин набора веса. Кортизол – это гормон, вырабатываемый надпочечниками, который играет важнейшую роль в адаптации организма к неблагоприятным условиям. Он противодействует инсулину и увеличивает



уровень глюкозы в крови, ведь организму может потребоваться энергия, чтобы убежать от опасности или сражаться, защищая свою жизнь. Именно так для нас выглядит стресс.

Кортизол прекрасно мобилизует нас в сложных ситуациях, но, если стресс длится неделями, мы постоянно чувствуем голод и желание есть что-то жирное и сладкое, поэтому и набираем вес. Лишний сахар откладывается в виде жира в области живота, формируя «спасательный круг».

Об этом «говорят» окружность талии – более 80 см у женщин и более 94 см у мужчин; увеличение уровня кортизола в анализах крови, слюны и мочи; повышение давления, появление темных растяжек, трудности со сном и т. д.; а главное – живот не поддается никаким усилиям и не желает уменьшаться.

Чтобы изменить ситуацию, отмечают специалисты, необходимо убрать причину: без работы со стрессом усилия по контролю рациона и физические нагрузки бесполезны. Нормализация сна, дыхательные практики, медитация, ограничение информационной нагрузки и даже смена стрессовой работы – все эти меры помогут снизить уровень кортизола.

Вместо еды, как средства успокоения и снижения остроты переживаний, необходимо предложить организму и психике какой-то другой способ справиться с трудной ситуацией: спорт, прогулки, чтение, танцы...

Напоследок

» Пиццу и пельмени лучше готовить на праздник.

» Домашние полуфабрикаты – от замороженных завтраков из овсянки с фруктами до запеканок и фаршированных перцев – хороша замена промышленным.

» Потребление соли менее 5 г в день (примерно 1 чайная ложка) способствует профилактике гипертонии и снижает риск развития болезней сердца и инсульта.

» Полезно планировать меню – мы тратим больше времени на обдумывание, что приготовить из имеющихся ингредиентов, а не на готовку.

Помните: отказ от еды или строгие диеты не помогут похудеть, а только подорвут здоровье! Нездоровое питание и отсутствие физической активности – основные риски для человека.

При подготовке материала использованы интернет-ресурсы.



» Знаете ли вы?

Обязательно включите в свой рацион следующие продукты, которые помогут улучшить работу мозга и общее самочувствие!

– Зеленые листовые овощи богаты витаминами группы В, фолиевой кислотой и антиоксидантами. Сырые овощи сохраняют все полезные свойства.

– Рыба жирных сортов – источник омега-3 жирных кислот, которые поддерживают сердце и мозг, снижают уровень холестерина и помогают бороться со стрессом.

– Черника, клюква, малина и другие ягоды содержат флавоноиды, улучшающие мозговую деятельность и кровоснабжение.

– Орехи – богатый источник белка, ненасыщенных жиров, витаминов и минералов, помогают защитить клетки от повреждений и поддерживают когнитивные способности.

– Умеренное потребление кофе и чая помогает повысить

интеллектуальную активность, концентрацию внимания и уменьшить утомляемость.

Зачем нужна вода?

Вода – важный питательный элемент в нашей жизни. Ни у кого не вызывает сомнений необходимость присутствия воды в повседневном рационе.

Она способствует выведению солей, токсинов и шлаков, которые накапливаются в клетках. Чем больше мы пьем, тем легче почкам выводить вредные вещества.

Помогает худеть. стакан воды, наполняющий желудок, способен снизить аппетит и притупить чувство голода.

Необходима для здоровья кожи. В результате обезвоживания кожа становится сухой,

менее проницаемой. Это приводит к повышению концентрации токсинов, появлению воспалений.

Сколько нужно пить? Абсолютной цифры не существует – она колеблется от 1,5 до 3 литров в сутки. Выбирая норму потребления, необходимо руководствоваться следующими аспектами:

– больше следует пить работникам тяжелого физического труда, спортсменам и людям в условиях повышенной нагрузки;

– детям необходимо больше воды из-за их активности, при которой расход жидкости увеличивается;

В жаркое время года вода принимает участие в охлаждении организма, поэтому пить нужно чаще.

Качество и безопасность питьевой воды должны соответствовать гигиеническим нормативам.

2024
ГОД СЕМЬИ

Особенный ПУТЬ

Татьяна КАБИРОВА

В начале лета супруги Ляпич из Пойковского отпраздновали очередную годовщину совместной жизни. Вместе они уже 17 лет, у Антона и Юлии двое детей.

– Мы учились в разных школах, а друзья были из одного круга. Впервые Антон подошел ко мне, когда уже отслужил в армии. Тогда он рассказал, что обратил на меня внимание с первого взгляда и решил: «Эта девушка будет носить мою фамилию!» – смеется Юлия. – День свадьбы получился незабываемым: первого июня шел снег.

Мы ровесники, но Антон выглядит старше. Это неудивительно: он намного серьезнее, рассудительнее, мудрее, а я – клубок эмоций, поток энергии, мне всегда надо куда-то бежать, действовать. Я паникер, всегда переживаю: опоздаю, не получится, сложно, долго – куча причин. Антон всегда спокоен и говорит, что не надо бояться и заикливаться на своих страхах. Он меня уравнивает, иногда приземляет, чтобы могла оглядеться и проанализировать мечты, решения, поступки. С годами я стала замечать, что, действительно, периодически сбавляю темп, начинаю созерцать, и это мне приносит удовольствие, открывает во мне новые качества. Супруг – потомственный охотник: терпение, выдержка, умение ждать, переносить трудности на пути к цели даны ему предками. Антон из тех, кто крепко стоит на ногах и любит землю, природу. Именно поэтому он привел меня в дом. Я выросла в квартире, но ценность дома, усадьбы оценила в замужестве: это свобода и большие возможности. Это я и наши друзья узнали во времена ковида, когда были ограничения, а мы могли вдоволь гулять и дышать свежим воздухом.

Рождение и воспитание детей – испытание на любовь и прочность уз. Первой родилась Ангелина, через семь лет Кирилл, особенный ребенок. Юлия признается, сложно было принять эту новость, страшило будущее и малыша, и всей семьи. Юлия приняла решение посвятить себя уходу за сыном, справиться со страхами помогли

близкие, и в первую очередь – Антон.

– Для отцов здоровье детей – очень чувствительная тема. Это матери быстро привыкают и любят детей такими, какие они есть, а отцам нужно, чтобы было все идеально, – говорит Юлия. – С рождением Кирилла я поняла, что я за мужем, как за каменной стеной. Мы вместе, хотя прошли такие испытания, которые не пожелаешь и врагам. В два года Кирилл заболел миеобластным лейкозом, это очень агрессивная форма рака. Лечение было длительным, ограничили всяческие контакты, в том числе, с другими детьми, но даже во время лечения мы продолжали развивающие занятия, вкладывались в нашего сына, чтобы он не отличался от обычных детей в интеллектуальных, творческих, физических способностях. Я очень благодарна всем, кто поддерживал нас с Кириллом, пока мы были в больнице. Забота о дочке легла на Антона – он замечательный отец. Ангелина подросла и тоже стала помощницей, я жалею, что порой уделяла ей меньше внимания, чем было нужно, потому что была сосредоточена на сыне. И эти допущенные ошибки стараюсь исправлять.

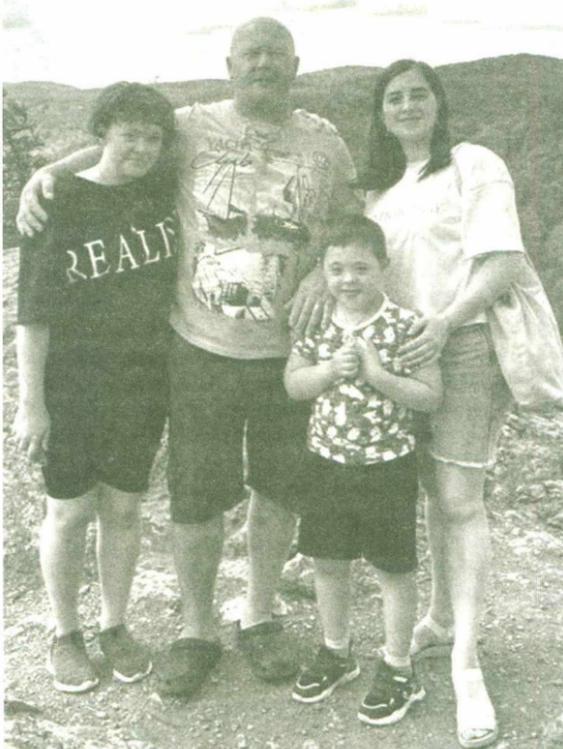
Преданность, терпение, забота близких помогли Кириллу выйти в ремиссию, успешно завершить курс дошкольного обучения и готовиться к поступлению в первый класс. Это невероятное достижение, которое отражает не только стойкость ребенка, но и неоценимую поддержку и заботу, которую он получает от своей семьи и общества.

– Нам доступна вся необходимая медицинская помощь, реабилитационные услуги, даже на дому. К нам трижды в неделю приходили специалисты: логопед-дефектолог, инструктор по труду, адаптивной физкультуре, психолог. Мне давали методические рекомендации, чтобы я занималась с ребенком в

– для организации досуга и отдыха женщин (походы в кино, театр, салоны красоты, тематические встречи, мастер-классы и другое) и «Ступени» для организации профессионально-образовательной деятельности, формирования у женщин новых компетенций (переквалификации, стажировки, изучение иностранных языков, онлайн-курсы по карьерному и личностному развитию). Юлия возглавила проект на муниципальном уровне, ей удалось привлечь около полусотни мам различного возраста, воспитывающих детей с ОВЗ. Движение пойковчанок стало самым активным в Югре. За год в рамках проекта было организовано 47 различных мероприятий, в том числе 18 психологических тренингов, а также мастер-классы по визажу, стретчингу, фуд-флористике, пряничному искусству, фотосессии, лыжные прогулки и многое другое.

Местный фитнес-тренер Максим Фаттахулин предложил безвозмездно проводить тренировки для мам, так как сам с супругой воспитывает ребенка-инвалида, и это позволило многим улучшить физическую форму, обрести уверенность, поставить перед собой новые цели. В итоге это переросло в проект «Перезагрузка», который дал возможность не только родителям, но и детям взглянуть на жизнь другими глазами. Основная его цель – популяризация здорового образа жизни среди семей на территории Нефтеюганского района. В конце июня совместный проект «Перезагрузка» получил грант от «Росмолодежь. Гранты».

– Каждая мама, воспитывающая ребенка с ограниченными возможностями здоровья, тратит колоссальные душевные, эмоциональные силы. Участие в мероприя-



остальные дни. Сын пошел в садик, и первое время учреждение нам предоставляло транспорт. Это позволило освободить значительную часть дня, и я стала думать о возвращении на работу, правда, профессия бухгалтера уже казалась скучной, искала что-то новое. К счастью, современные технологии позволяют находить выход, более того, помогают другим, – подчеркивает Юлия.

В Интернете пойковчанка наткнулась на федеральный проект «Про нее». Это проект «Народного фронта», направленный на поддержку женщин, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. В нем два блока: «Передышка»

тиях проекта позволяет восполнять ресурсы: общение, физическая активность, новые знания наполняют энергией, которой хочется делиться с другими. Благодаря этой работе я чувствую в себе положительные изменения, стала больше отдавать семье, любимым людям, и это нас сплачивает. Мои увлечения поддерживают муж и дочь, они помогают мне в организации мероприятий и участвуют в них. Мы – команда, мы настроены на одну волну, и это так здорово! – говорит Юлия. – В 2022 году приняли участие в окружном конкурсе «Семья – основа государства» и стали призерами в номинации «Особенное счастье».

Опыт общественной деятельности, пусть и небольшой, привел пойковчанку в КМЦ «Перспектива», где она нашла работу по душе: теперь она специалист по сопровождению социальных проектов, креативной деятельности и творчеству и помогает таким же активным, ищущим идеи на благо земляков. Есть у Юлии еще одна мечта: помогать не только мамам, воспитывающим детей-инвалидов, но и детям, и семьям. Среди участниц «Про нее» из других регионов есть успешные примеры, когда мамы, решая проблемы своих детей, открывали медицинские или реабилитационные центры. Юлия Ляпич планирует создать автономную некоммерческую организацию «Луч надежды». Среди ее целей – сохранение и укрепление физического и психического здоровья для семей, воспитывающих детей с ОВЗ, формирование основ ЗОЖ, популяризация здорового образа жизни на территории Пойковского. «Луч надежды» сможет аккумулировать коллективный опыт родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья и оказывать им социальные услуги, привлекая различных партнеров.

» Законодательство

Приняты изменения в ряд окружных законов в сфере поддержки семей.

» В законе «О поддержке семьи, материнства, отцовства и детства в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» устанавливается предельный возраст старшего ребенка для получения мер социальной поддержки многодетным семьям – 23 года, при условии его обучения в организации, осуществляющей образовательную деятельность по очной форме обучения.

» Изменяется доля компенсации за коммунальные услуги с 50% до 45%, при этом расширяется мера поддержки включением в ее состав компенсации оплаты за жилое помещение. Размер компенсации устанавливается не ниже 30%.

» Действует ежемесячная денежная выплата на проезд на каждого обучающегося в возрасте до 24 лет, не вступившего в брак и получающего

профессиональное образование, осваивающего программы профессионального обучения на территории автономного округа по очной форме, до 31 декабря 2026 года. Количество получателей увеличится на 35 тысяч детей.

» Распространяется право на получение компенсации стоимости платного обучения детей из многодетных семей, обучающихся по образовательным программам среднего профессионального образования по очной форме обучения, на детей в возрасте до 23 лет. Количество получателей увеличится на 345 детей.

» Устанавливается единый размер пособия для подготовки ребенка (детей) из многодетной семьи к началу учебного года – 7 500 рублей.

» Дополнена мера по представлению единовременного пособия для подготовки ребенка

(детей) из многодетной семьи к школе условием возможности проживания ребенка отдельно от родителей в другом населенном пункте автономного округа по месту получения профессионального и высшего образования.

» Исключены ограничения для многодетных семей на бесплатное посещение учреждений культуры один раз в месяц.

» Расширена категория получателей компенсации по оплате коммунальных услуг гражданами, награжденными медалями автономного округа «Материнская слава» или «Отцовская слава».

Количество получателей увеличится на 224 человека. Расчет компенсации будет производиться по данным приборов учета, но не более установленных нормативов потребления.

» Спрашивали? Отвечаем!

«Какими льготами может воспользоваться многодетная «приемная» семья, где дети опекаемые. Почему на опекаемых детей не распространяются большинство льгот многодетной семьи?»

«При воспитании в многодетной семье детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, возмещение расходов на оплату коммунальных услуг детям, относящимся к вышеуказанным категориям, предоставляется в составе ежемесячной выплаты на содержание. Ежемесячная денежная выплата на проезд детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, воспитывающимся в многодетных семьях опекунов, попечителей, приемных родителей, предоставляется в соответствии с законом ХМАО – Югры «О дополнительных гарантиях и дополнительных мерах социальной поддержки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, усыновителей, приемных родителей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».

«Правда ли, что Минпросвещения разрабатывает программу с советами для родителей?»

Глава Минпросвещения Сергей Кравцов сообщил, что ведомство разрабатывает методические рекомендации по воспитанию детей «буквально на каждый день». Программа «От 0 до 18» будет подготовлена совместно с Институтом изучения детства, семьи и воспитания. В сборник войдут практические советы, подготовленные специалистами в области педагогики и психологии, ссылки на дополнительную литературу, предложения по совместным активностям с детьми каждого возраста и другие материалы. Сборник будет ежеквартально пополняться новыми материалами.

При подготовке использованы материалы интернет-источников



Дружная СЕМЬЯ семей

День семьи, любви и верности весело, шумно и по-домашнему уютно отметили жители Нефтеюганского района.

В пойковском Центральном сквере на большом праздничном мероприятии каждый смог найти себе занятие по душе: спортивные эстафеты, гонка ползунков, перетягивание каната, творческие мастер-классы, конкурс рисунков на асфальте, сбор гуманитарной помощи и, конечно, концертная программа.

Открыл праздник «Парад семей», который собрал активистов из восьми поселков муниципалитета. Они привезли не только хорошее настроение, но и творческие номера.

Семья Варанкиных из Куть-Яха в полном составе участвовала в параде.

«Это большое счастье, когда вся семья рядом. Это любовь, опора и защита. Наш сын – участник СВО, сейчас находится в отпуске. Здорово, что нас пригласили на такое теплое мероприятие. Сын пострелял из лука, дочка исполнила песню со сцены, я нарисовала замечательную картину, но главное – мы провели время вместе!» – сказала Светлана.

Еще одна семья – Сиденко из Сентябрьского – тоже участники семейного парада.

«Мы любим культурные, развлекательные и исторические мероприятия. Этот праздник – прекрасная возможность провести время с пользой: здесь продуманы активности

для разных возрастов, – сказала многодетная мама Ольга.

Фотографии многих участников парада можно было увидеть в экспозиции передвижной выставки «34 повода для счастья». Она уже побывала в Пойковском, Каркатеевы, Салыме, Куть-Яхе, теперь отправилась в Сентябрьский.

Пока одни любовались снимками талантливых семей, другие создавали шедевры: участницы арт-терапии рисовали ромашковое поле под руководством педагога КМЦ «Перспектива» Таисии Казеевой. Мольберты, акварель, хорошее настроение и талантливый наставник – вот секрет заряда бодрости на всю рабочую неделю, как бонус – красивая картина. Среди тех, кто в этот день взял в руки кисти, мама четверых детей, пойковчанка Вероника. В апреле глава их семьи ушел добровольцем на СВО. Вероника поддерживает супруга не только словом, но и делом – плетет маскировочные сети. А творчество помогает сохранять бодрость духа и позитивный лад.

«Арт-терапия – это возможность прикоснуться к искусству, по-

слушать себя, пообщаться с интересными людьми. Когда рисую, я наполняюсь радостью, а Таисия создает волшебную атмосферу. Благодаря ее мастер-классам люди раскрывают в себе таланты и создают шедевры, – сказала Вероника.

Отметим, мероприятие прошло в рамках проекта «Кружок», реализуемого «Союзом женщин Югры». Он создан, чтобы поддержать семьи защитников, окружить их теплом и заботой. В Нефтеюганском районе этому вопросу уделяют большое внимание, чтобы Герои знали: пока они защищают страну, на местах берегут самое важное для них – их семьи!

«Замечательный праздник! Спасибо всем организаторам за то, что продумали развлечения для всех членов семьи. Смотришь, как много вокруг детей, родителей, счастливых улыбок, и гордость берет за наш район – это прекрасное место для создания семьи, рождения и воспитания детей, – подчеркнула многодетная мама Евгения Харлова.

Среди мероприятий – и национальные виды спорта: метание тынзына, прыжки через



нарти... Кстати, последние стремились покорить не только взрослые и подростки, но и совсем юные спортсмены. Саше всего два с половиной года, но препятствие в виде нарт мальчика не пугает, тем более, когда заботливые и надежные руки мамы всегда поддержат.

«Все идет из семьи – воспитание, традиции, любовь матери и советы отца, уважение к родителям и забота о старших. Эти ценности близки и понятны человеку любой веры и национальности, – отметил заместитель председателя Думы Югры Владимир Семенов. – Улыбки на лицах детей, счастливые родители – молодые и взрослые супружеские пары, многодетные, дружные семьи. С удовольствием побывал на празднике в Пойковском!

«Крепкая семья – это залог стабильности и процветания общества, тепло и уют в домах, детский смех и душевные разговоры, веселые семейные праздники и рабочие будни, – подчеркнула глава Нефтеюганского района Алла Бочко. – Семья – неисчерпаемый источник любви, взаимного уважения, понимания и терпения, это самое ценное в жизни, это история, которую мы ежедневно пишем. В фотографиях мы ее сохраняем для наших детей, внуков, правнуков, ведь они – наше будущее!

В Куть-Яхе на территории храма гости и жители поселка собрались на праздничную программу «Великое чудо – семья». Музыкальными номерами односельчан порадовали творческие коллективы ДК «Кедровый». Каждый в этот день смог сделать фото на память в яркой фотозоне. Детвора проявила таланты

в конкурсе рисунков на асфальте. На мастер-классе «Символ счастья» собравшиеся создавали уникальные брошки. Семьи приняли участие в колокольном перезвоне, а завершился праздник игрой «Музыкальное лото».

Жители Сингапая проверили знания в интеллектуальной игре. Коллективы художественной самодельности ДК «Камертон» создавали праздничную атмосферу, исполняя знакомые композиции. В фойе поселкового ДК была организована выставка фотографа Мадины Огорелковой.

Жители Каркатеевы присоединились ко Всероссийской акции «Семейный завтрак на траве». Солнце, теплый ветер, ароматный чай со сладостями создали незабываемую атмосферу. А дальше всех желающих ждал мастер-класс по изготовлению куклы «Берегиня».

В этот же день трио ансамбля казачьей песни «Раздолье» посетило отделение «Специальный дом для одиноких престарелых» с концертной программой в рамках реализации проекта «Родное приволье», ставшего обладателем гранта губернатора Югры и гранта ФГАИС Молодежь России. Зрители дружно подпевали артистам.

В Салыме на площади у КДЦ «Сияние Севера» участники акции «Символ семьи» выстроились в форме сердца, что символизирует поддержку семейных традиций. Сотрудники КДЦ «Сияние Севера» на мастер-классе научили всех желающих плести венки из ромашек.

Отметим, при проведении праздничных мероприятий в поселениях района были обеспечены все меры антитеррористической и общественной безопасности.

Туризм

Отдыхаем в Югре!

Лето в самом разгаре, а это значит – пора на пляж! У пляжного вида отдыха множество преимуществ: укрепление иммунитета благодаря витамину D, физическая активность, снижение уровня стресса...

Чтобы отдохнуть на чистом песчаном пляже, не обязательно брать отпуск и покупать билеты на море. Можно отправиться на пляж, расположенный на берегу одного из самых глубоких озер Югры – Сырковский Сор в Салыме. Оно идеально круглое, очень чистое и, по легенде, образовалось на месте падения метеорита более 5 000 лет назад.

На официально открытом и оборудованном пляже есть все для комфортного отдыха: душевые кабины, кабины для переодевания,

мусорные урны, лежаки. Дети будут в восторге от игр на песке и в воде, а родители смогут насладиться компанией друг друга. Разнообразить досуг и погрузиться в удивительную историю родного края можно, забронировав экскурсию «Тайны Салымского озера», которую проведет директор музея «Священная кедровая роща» Валентина Осипова.

Приятным бонусом для гостей Салыма станет наличие нескольких гостиниц различного уровня. В 1,5 км от пляжа находится трехзвез-



дочная гостиница «Боане», а на трассе Р-404 – гостиницы «Avenue» и «777».

Гостеприимный Салым ждет гостей! Не упустите возможность зарядиться положительными эмоциями и впечатлениями на весь год!

Консультация по телефону:
8 (3463) 250-228
(отдел по туризму).



В праздничный день в нефтеюганском районном загсе состоялась регистрация новой семьи – Александр и Юлия решили узаконить свои отношения. 8 июля было выбрано не случайно – покровителями семьи будут святые благоверные Петр и Феврония Муромские. Житие православных супругов – образец христианского брака и символ идеальных семейных отношений.

