



ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ

Новоуренгойские кадеты побывали на Кремлёвском балу



ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

НЕ ВЕРШИНА, А СТУПЕНЬКА

*В НЦГБ рассказали
о достижениях окружной
медицины*

6

PRO СПОРТ

КУБОК ГУБЕРНАТОРА ЯМАЛА ПО СМЕШАННЫМ ЕДИНОБОРСТВАМ В НОВОМ УРЕНГОЕ

Как это было и чем закончилось

8

НАША БЕЗОПАСНОСТЬ

СВЕЖЕСТЬ БЫВАЕТ ТОЛЬКО ПЕРВОЙ

*Советы специалистов
Роспотребнадзора
к праздничному столу*

16

Как распознать мошенника?



Просят данные банковской карты, пароли и коды из СМС



Предлагают перевести деньги на «безопасный счет»



Гарантируют супердоход от инвестиций



Представляются якобы сотрудниками банка или полиции



Пугают взломом Госуслуг

Клади трубку

Без разговоров. Это мошенники!

ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ

Новоуренгойские кадеты побывали на Кремлёвском балу

В Москве прошёл IX Международный Кремлёвский благотворительный кадетский бал, приуроченный ко Дню Героев Отечества и посвящённый Году семьи в России. В этом году бал проводили в поддержку специальной военной операции. Его участниками стали 2 500 представителей российской молодёжи из 1 053 образовательных учреждений всех субъектов Российской Федерации и представители 35 иностранных государств.

Среди участников были воспитанники ведомственных и общеобразовательных кадетских учреждений, ученики кадетских классов, члены молодёжных патристических, военно-спортивных клубов, курсанты ведомственных высших учебных заведений России. Каждый из них - настоящая гордость страны!

На церемонии открытия ведущие зачитали обращение президента России Владимира Путина:

«Ваш замечательный и по-настоящему красивый творческий проект обращает нас к ярким страницам отечественной истории, к традициям проведения знаменитых балов воспитанников российских военных учебных заведений».

К кадетам и курсантам обратилась со сцены официальный представитель МИД РФ Мария Захарова:

- Помните, ребята: чтобы сегодня вы имели возможность собраться и отпраздновать в такой замечательной обстановке этот день, наши ребята - наши герои на СВО - за нас сражаются. Цени-те их подвиг.

Пять дней участники Кремлёвского бала посвятили встречам с героями-фронтовиками, экскурсиям, выставкам, новым знакомствам, дружескому общению. Своими впечатлениями с газетой «Правда Севера» поделились кадеты новоуренгойской школы имени Героя РФ В.И. Шарпатов и руководитель кадетской делегации.

Артём Каменев, кадет:

- Побывать на кадетском балу почетно, ведь аналогов его не существует, а стать участником может далеко не каждый. Я попал на бал благодаря высоким результатам в региональных и муниципальных мероприятиях, отличной учёбе, а также активному участию в жизни школы.

На протяжении двух месяцев мы усердно разучивали балльную программу, что впоследствии очень помогло на мероприятии. Самым сложным для меня танцем оказался краковяк, он тре-

бует большой выносливости и мастерства в исполнении. Страх и волнение были, но их перевесили гордость, желание проявить себя и представить наш город в лучшем свете.

Данил Козменко, кадет:

- Поездка на Кремлёвский бал - большая честь. Мероприятие связано с историей и культурой страны, и представлять свой город на таком уровне приятно. К этому событию мы готовились очень серьёзно: много занимались танцами, подбирали и подготавливали костюмы, снимали видеоролик.

Эмоции были смешанные - от волнения до восторга. Когдаходишь в Гостинный двор, сердце замирает от красоты и величия. Во время танца я чувствовал себя частью чего-то действительно значимого и масштабного.

Вилена Смирнова, кадет:

- Международный Кремлёвский благотворительный кадетский бал - не просто поездка, это незабываемые эмоции, впечатления, тёплые воспоминания и новые знакомства. Этот бал показал, насколько велика наша страна, насколько разные люди в ней проживают, но всех нас объединяет любовь к Родине!

Елизавета Ладе, кадет:

- Трижды в неделю мы посещали танцевальные репетиции, стараясь отточить наши движения до идеала. Самым сложным танцем лично мне показался вальс-миньон. Тем не менее я уверена, что мы хорошо справились.

Я испытала радость и гордость за ребят, имевших возможность посетить мероприятие такого уровня, потому что участники подвергаются серьёзному отбору, и ты знаешь, что все люди, окружающие тебя, попали сюда за свою усердную работу. Конечно, было волнительно, но хотелось показать себя с лучшей стороны. Посещение бала стало бесценным опытом для нас.

Дарья Резник, кадет:

- МБКБ - событие, которое останется в моём сердце навсегда. Оно подарило мне множество незабываемых эмоций, воспоминаний и впечатлений. Атмосфера бала сопровождалась торжеством - все были в красивых вечерних нарядах, что придавало ещё больше красок этому событию. Меня впечатлил масштаб: было очень много кадет из разных регионов и даже стран, что позволило участникам найти новые знакомства и даже укрепить международные отношения и связи.

Даниил Фахрисламов, кадет:

- Участие в благотворительном мероприятии такого уровня почетно в первую очередь потому, что направлено на поддержку бойцов СВО. Представлять свой округ на таком большом мероприятии - великая честь!

Конечно, было много различных эмоций: волнение при выходе на сцену, радость и гордость от того, что попал на МБКБ, огромное счастье от новых знакомств и грусть, что эти пять дней прошли так быстро. И, конечно, был получен невероятный опыт.

Ольга Исайкина, заместитель директора по воспитательной работе школы имени Героя РФ В.И. Шарпатов:

- Уже не первый год наши лучшие кадеты представляют честь ЯНАО и Нового Уренгоя на МБКБ. Это отличники учёбы, победители и призёры перечневых олимпиад, конкурсов, соревнований и кадетских слётов. Согласно положению, кадет может посетить бал только один раз в жизни, поэтому побывать там очень почетно для ребят.

Подготовка к балу очень кропотливая. Во-первых, и, на мой взгляд, это самое сложное, нужно выучить 11 балльных танцев. Во-вторых, снять визитку команды, визитки номинантов на звание принца и принцессы бала, подготовить информацию для пресс-центра МБКБ. Ну и самое важное - подготовить форму мальчикам и балльные туалеты девочкам, чтобы блистать на балу.

Что даёт детям бал? Массу эмоций, впечатлений, знакомств! Меня лично поражает масштаб данного мероприятия: более 2,5 тысячи кадет страны одновременно кружатся в вальсе - это завораживающее зрелище!

Не тяжело ли в поездке? Нет. Это лучшие дети, с ними отдыхаешь!

ИА «Импульс Севера»

4 ВЕСТИ НЕДЕЛИ

Снова в лидерах

Новый Уренгой остаётся лидером жилищного строительства на Ямале.

Сегодня в стадии возведения находятся 25 многоквартирных домов общей площадью около 169 тысяч квадратных метров. С начала 2024 года введено в эксплуатацию семь многоквартирных домов на улицах Таёжной, Набережной и в микрорайоне Созидателей - это 29 тысяч квадратных метров жилья. В начале 2025 года в районе Коротчаево ожидается заселение двух домов на 300 квартир, сюда переедут семьи из аварийных Ко-

ротчаево, Лимбяхи и рабочих посёлков.

В целом темпы жилищного строительства в автономном округе растут. К концу года объём введённого жилья составит более 314 тысяч квадратных метров, в новые квартиры смогут переехать около трёх с половиной тысяч ямальских семей, об этом на итоговой пресс-конференции рассказал директор департамента строительства и жилищной политики ЯНАО Сергей Власенко.

Сейчас в округе строят 251 многоквартирный дом, в 2025 году темп жилищного строительства сохранится.

В нашем регионе досрочно исполнено поручение президента РФ о расселении аварийного жилья, признанного таковым до 1 января 2017 года. По итогам года будут расселены более 157 тысяч квадратных метров аварийек, в которых проживали более девяти тысяч человек. Таким образом, к концу 2024 года задача по расселению миллиона квадратных метров аварийного фонда, поставленная губернатором ЯНАО Дмитрием Артюховым, будет выполнена на 80 процентов. В планах на следующий год - сохранить динамику расселения.

Мерами поддержки при покупке жилья в 2024 году

воспользовались более двух тысяч ямальских семей, особое внимание уделяют молодым и многодетным.

С этого года по инициативе губернатора в округе начала действовать новая жилищная мера поддержки - для участников специальной военной операции и ветеранов боевых действий. Им предоставляют выплату 500 тысяч рублей на приобретение жилья, независимо от наличия имеющегося, а также один миллион рублей взамен земельного участка тем, кто получил за участие в СВО государственные награды. Купить жильё можно как на первичном рынке, так и на вторичном.

Главная ёлка Ямала



Шестидесят новоуренгойских школьников побывали на Губернаторской ёлке, которая прошла в окружной столице. Праздник организовали для детей, добившихся успехов в учёбе, творчестве и спорте. Для ребят подготовили насыщенную программу: новогоднее представление, экскурсии и подарки. Среди 320 участников мероприятия были не только юные северяне, но и дети из Белгородской области, Волновахи и Сербии.

Вместе с ребятами спектакль «Маленький Дед Мороз», поставленный ямаль-

цем Андреем Сотниковым, посмотрел и губернатор ЯНАО Дмитрий Артюхов. После того, как занавес опустился, он со сцены поздравил всех гостей:

- Четвёртый год подряд главная ёлка Ямала объединяет одарённых детей. Новый год - самый любимый семейный праздник, когда все собираются вместе в ожидании боя курантов, и каждый, независимо от возраста, загадывает желание. Уверен, что ваши мечты обязательно сбудутся в новом году. Желаю, чтобы у вас и ваших родных всё было хорошо.

Где живут волшебники

Новоуренгойцы приняли активное участие в акции «Тёплый день», собрав более 70 подарков. Это ежегодное новогоднее благотворительное мероприятие проходит на территории всего Ямала с 2014 года.

Количество благотворителей с каждым годом растёт, за всё время проведения акции ими приобретено более восьми тысяч новогодних подарков. В этом году «Тёплый день» сделает счастливые почти 1 100 человек - именно

столько желаний оставили ребята из семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, и пожилые люди, которые проживают в домах престарелых.

Акцию проводит Молодёжное правительство ЯНАО совместно с Молодёжными советами муниципальных образований. Поддержку доброй традиции оказывают департамент молодёжной политики и туризма Ямало-Ненецкого автономного округа и Окружной молодёжный центр.



Главы советуются

В Губкинском прошёл итоговый в этом году совет глав муниципалитетов Ямала. На встречу собрались более 40 представителей органов местного самоуправления.

В течение двух дней глава Губкинского Андрей Бандурко презентовал коллегам 11 муниципальных практик, реализованных в городе за последние два года. В их числе - проекты в сфере массового спорта и здорового образа жизни, образования, благо-

устройства и развития общественных территорий.

Хозяева встречи подготовили для гостей и развлекательную часть: главы муниципалитетов побывали на чайной церемонии и мастер-классе по каллиграфии, приняли участие в открытии уличного ретро-катка и ледового городка, возложили цветы к Вечному огню и побывали на патриотическом концерте «Героям России посвящается».

Не для себя

На конкурс грантов губернатора ЯНАО среди социальных ориентированных НКО поступило рекордное количество заявок - более 270, из них 36 - от новоуренгойских соискателей.

Среди 15 грантовых направлений самым востребованным у некоммерческих организаций снова стало «Патриотическое воспитание и сохранение исторической памяти» - этой теме посвящено 46 поданных проектов. На втором месте по популярности проекты, связанные с развитием в округе физической культуры и спорта,

на третьем - со сферой образования и социальной защиты граждан.

В настоящее время все поданные заявки специалисты проверяют на соответствие условиям конкурса, затем предстоит процедура независимой экспертизы. Каждый проект будет проанализирован минимум двумя экспертами по десяти критериям. На основе полученных баллов составят рейтинг проектов СО НКО, лучшие и станут победителями конкурса. Итоги грантового соревнования будут подведены в феврале 2025 года.

Искусство - детям

В восьми школах ЯНАО сейчас работают передвижные выставки - проект «Искусство - детям» стартовал в Салехарде, Лабытнанги, Губкинском, Надыме, Муравленко, Тарко-Сале, Ноябрьске и Новом Уренгое. Проект рассчитан на четыре учебных года и познакомит ямальских школьников с более чем двумя сотнями картин известных мастеров от эпохи Возрождения до XX века.

- Знакомство с работами величайших художников на практике научит школьников выделять отличительные черты каждого периода, позволит развить у ребят критическое мышление и эстетическое восприятие. Проект способствует всестороннему

развитию учеников, формированию полного представления об истории живописи, - пояснила Елена Костюкевич, начальник отдела общего образования и воспитания управления региональной политики в сфере образования департамента образования ЯНАО.

В этом году открыты эстетические классы в ноябрьской школе № 13 и новоуренгойской «Перспективе», их программа рассчитана на весь период обучения в начальной школе. На Ямале уделяют много внимания созданию условий для развития творческих способностей юных талантов, к 2030 году округ должен стать лучшей в стране территорией детства.

Заседание правительства



В Салехарде прошло заседание Правительства ЯНАО под руководством губернатора округа Дмитрия Артюхова. Основные вопросы повестки - концепция дальнейшей реализации проекта «Единая карта жителя Ямала», а также управление карьерными траекториями выпускников Ямальской школы кадрового резерва.

Единой картой жителя Ямала «Морошка» уже пользуются около 250 тысяч человек, по ней северянам оказано более двух миллионов услуг и более 40 партнёров проекта по всему округу предоставляют скидки на свои товары и услуги.

В дальнейшем запланировано расширение функционала карты, например, до конца года появится интеграция по читательскому билету «Литрес», а в 2025 году будет внедрён календарь со всеми дополнительными занятиями для детей. На сайте «Морошки» можно будет посмотреть загруженность учреждений на неделю вперёд, что поможет с выбором удобного времени для посещения.

- В следующем году для детей будут выпущены карты, которые позволят им подтверждать услуги в учреждениях спорта, культуры и дополнительного образования. Также эта карта будет использоваться как бесплатный проездной для детей из многодетных и малоимущих семей, - рассказала Елена Карпова, старший советник губернатора ЯНАО.

Дмитрий Артюхов поручил членам правительства активнее внедрять «Морошку» во все сферы жизни региона, особенно в социальный блок.

Что касается деятельности Ямальской школы кадрового резерва, то обучение завершили уже три потока, в общей сложности это более 230 человек. В четвёртый поток конкурсный отбор прошли 86 ямальцев: представители региональных и муниципальных органов власти, работники бюджетных учреждений и предприятий округа. При этом на одно место в ЯШКР претендовали пять человек - это самый большой конкурс за четыре года её работы. Глава региона подчеркнул, что кадровый вопрос и повышение компетенции своих сотрудников - ключевая задача руководителей всех ведомств.

- Региональная школа кадрового резерва будет развиваться, это наш долгосрочный проект. Важно, чтобы кадровые процессы в региональных и муниципальных органах власти являлись понятным для всех механизмом. Человек, который претендует на руководящую должность, должен пройти через ЯШКР, получить оценку своих профессиональных и личностных качеств, наладить нужные рабочие контакты, которые даёт школа. При всех кадровых изменениях нужно обращать на это внимание, - сказал Дмитрий Артюхов.

Вторая половина декабря - не только время подготовки к празднику, но и пора подведения итогов. В числе самых внушительных достижений городского и даже окружного масштаба - успехи в сфере здравоохранения. 18 декабря именно это стало темой пресс-конференции для городских СМИ. С журналистами пообщался главный врач Новоуренгойской центральной городской больницы Иван Швецов.

Главные достижения новоуренгойского здравоохранения в уходящем году, напомнил Иван Владимирович, это два масштабных объекта, которые вывели медицину в нашем округе на уровень крупных федеральных центров: первый в регионе радиотерапевтический корпус и новая хирургия - без пяти минут нейрососудистый центр.

- Радиотерапевтический корпус сегодня работает в полной мере и позволяет нам оказывать радиологическую помощь по онкологическому направлению, - рассказал Иван Швецов. - А хирургический корпус - это наше новое приёмное отделение, экстренная помощь, оказание помощи на новом уровне по различным профилям: хирургии, онкологии, травматологии-ортопедии, гнойной хирургии, урологии, детской хирургии, и конечно, сердечно-сосудистой хирургии и экстренная помощь лю-

«Сохранение здоровья северян, увеличение продолжительности жизни - задачи, которые ставит наш президент. Работа региона над этим приоритетом даёт результат - продолжительность жизни в округе выше среднероссийской».

Дмитрий Артюхов, губернатор ЯНАО

НЕ ВЕРШИНА, В НЦГБ ПОДВЕЛИ ИТОГИ 2024 ГОДА



дям с нарушением мозгового кровообращения и острым коронарным синдромом. За три недели работы в новую хирургию планово и экстренно госпитализировали около тысячи пациентов.

Ежегодно в курсовой лучевой терапии нуждаются около 350 ямальцев. Раньше таким пациентам приходилось ехать в другие регионы, теперь они лечатся в округе. Отделение укомплектовано новейшим оборудованием, в стационаре, рассчитанном на 25 коек, созданы максимально комфортные условия. А лечат северян опытные врачи и медицинский физик с помощью линейного ускорителя. Процедура безболезненна и длится всего несколько минут. Методику назначают как самостоятель-

ный вид лечения и в сочетании с химиотерапией.

Спасать людей с инфарктами и инсультами врачам помогает другое устройство - ангиограф. Руководитель медучреждения называет его сердцем нового хирургического корпуса. Счёт времени при сосудистых катастрофах идёт буквально на минуты, а то и секунды, в таких ситуациях мастерство врачей вместе с возможностями современной медицины позволяет не просто спасти пациента, но и минимизировать ущерб для здоровья, вернуть человеку нормальное качество жизни. Лицензию на оказание услуг по этому профилю новоуренгойская больница получит в ближайшие дни, после чего начнётся большая работа с пациентами со всего округа - специалисты для этого есть.

- Что такое региональный сосудистый центр? Это подразделение, открывающееся на базе лечебного учреждения. Центр включает в себя ряд отделений: кардиологию, неврологию, реанимацию, отделение рентгенохирургических методов диагностики и лечения, - уточнил главный врач НЦГБ. - Появление в нашем городе нейрососудистого центра - ответ на ситуа-

цию, которая сложилась в стране и мире. Основная причина летальных исходов, в том числе и среди трудоспособного населения, - инфаркты и острые нарушения мозгового кровообращения, а это те состояния, когда помощь должна быть оказана здесь и сейчас.

Одновременно проходить лечение в новом центре смогут около 180 пациентов. Здесь будут применять рентгеноэндovasкулярные методы диагностики и лечения, проводить операции на сосудах сердца и внутренних органов, получат развитие и высокотехнологичные операции на сосудах головного мозга. Также в медучреждении будет сконцентрирован полный цикл лечения онкологии: здесь смогут получать хирургическое лечение пациенты с онкологическими диагнозами со всего региона - ежегодно порядка 550 человек.

С увеличением возможностей растёт и потребность в специалистах. Поиск врачей нужного профиля и квалификации в больнице ведут постоянно.

- Нам нужны узкие специалисты амбулаторно-поликлинического звена: детский нев-

А СТУПЕНЬКА

И РАССКАЗАЛИ О ПЛАНАХ



ролог, офтальмолог, хирург амбулаторно-клинической помощи и другие. Мы активно привлекаем необходимые кадры, у нас есть большое количество как локальных, так и региональных программ, которые позволяют заманивать, извините за термин, людей к нам, - поделился особенностями кадровой политики Иван Швецов.

В числе преимуществ, которыми привлекают новые кадры, доплаты и льготы, например, 25 тысяч рублей в месяц на компенсацию аренды жилья, плюс одна из самых высоких по стране зарплата и большой пакет социальной поддержки от округа. Программа работает, доказательство тому - сразу шесть новых врачей, принятых в декабре, это опытные онкологи и радиотерапевты.

- С момента открытия выполнено уже более 200 плановых и экстренных оперативных вмешательств, - поделился статистикой главный врач НИЦГБ. - Уникальные операции выполнены приглашёнными онкологами, которые начали у нас работать. Это операции на органах малого таза, щитовидной железе. Уточню, что уникальными они стали именно для нашего города, но теперь, ко-

гда появились врачи с необходимыми опытом и квалификацией, такие оперативные вмешательства станут обычной практикой.

Раннее выявление и успешное лечение онкологии, сердечно-сосудистых патологий и других заболеваний, а глобально - развитие в округе сферы здравоохранения - один из главных приоритетов в работе губернатора ЯНАО. Дмитрий Артюхов регулярно публикует в соцсетях медицинские новости, одна из последних связана с новейшими технологиями, поставленными на службу в медучреждениях.

«За этот год нейросеть помогла выявить риски развития болезней сердца, лёгких и сахарного диабета у восьми тысяч северян. Искусственный интеллект изучил медкарты полумиллиона ямальцев, и тем, кто оказался в зоне риска сложных заболеваний, врачи рекомендовали как можно скорее начать обследование.

Ранняя диагностика - то, на что делаем упор в нашей медицине. Уже шесть лет искусственный интеллект используют врачи во всех наших больницах, это повышает точность диагностики и позволяет быстрее принимать

«Вместе с развитой в регионе ранней диагностикой мы выигрываем ещё больше времени на лечение, а это - бесценный ресурс. С вводом хирургии и радиологии сформировали в газовой столице сильную базу для лечения тяжёлых заболеваний. Стремимся, чтобы каждый пациент чувствовал поддержку в борьбе с недугом и от медиков, и от всего региона».

Дмитрий Артюхов, губернатор ЯНАО

важные для здоровья жителей решения.

Заподозрив редкую патологию, наши медики даже из отдалённых посёлков могут свериться с мнением нейросети и проконсультроваться с ведущими клиниками страны. Телемедицинские консультации позволяют быстрее направлять северян в федеральные центры - так Ямал сохраняет своё место в тройке лидеров по цифровизации здравоохранения в России», - поделился информацией губернатор.

В 2024 году на Ямале провели более 40 тысяч телемедицинских консультаций. По этому показателю наш

округ держит лидирующие позиции среди регионов в рейтинге Минздрава. Главными консультантами стали профильные клиники имени Алмазова, Блохина и Мешалкина.

Все достижения этого года - не вершина, а ступенька. Планов много: в Коротчаево достраивают больницу, в микрорайоне Оптимистов возводят взрослую поликлинику, идут предпроектные работы по перинатальному центру на сто коек, который вырастет рядом с новыми корпусами хирургии и радиологии. И это - не отдалённые перспективы, а планы на ближайшие годы.



ПОЛЯРНАЯ СХВАТКА

КАК ПРОХОДИЛ КУБОК ГУБЕРНАТОРА ЯМАЛА ПО ММА

Новый Уренгой в минувшие выходные принял Кубок губернатора Ямала по смешанным единоборствам. Это событие стало настоящим праздником для любителей боевых искусств, ведь последние четыре года такие крупные соревнования по ММА в ЯНАО не проводили.

Возвращение турнира в этом году получилось масштабным: участниками стали сильнейшие бойцы не только из России, но и других стран, так что Кубок по праву можно назвать международным - сразиться в октагоне приехали гости из Казахстана, Ирана и Бразилии. Российские спортсмены прибыли из Новосибирска, Хабаровска, Санкт-Петербурга, Сыктывкара, Тулы, Орла, Надыма, Ноябрьска, Тарко-Сале и Лабытнанги.

Всего состоялось 12 боёв, первые шесть - предварительный кард. Многие из бойцов в подобном турнире участвовали впервые. Некоторые решили попробовать себя в профессиональном спорте после участия в бойцовском реалити-шоу «Легион-89», в их числе Фарух Зайнутдинов и Хейсбек Нугаев. Оба показали высокий уровень: Хейсбек одержал победу над Александром Шведовым из Ноябрьска, а Фарух, хоть и не победил, но боролся до конца, почти не уступая сопернику.

Самым быстрым стал бой Надыршаха Мубарекова из

Нового Уренгоя с Виктором Матвеевым из Новосибирска: Надыршах повалил соперника на 15-й секунде и больше не дал ему шанса встать, добивая ударами по голове.

- Это было ожидаемо, почти все мои любительские бои, которые я завершил нокаутами, длились до 20 - 25 секунд. Но если честно, я рассчитывал подраться в этом бою три раунда и чуть-чуть расстроился, что так быстро, - сказал Надыршах.

На вопросы публики бойцы с разным опытом отвечали на пресс-конференции 14 декабря. Большую часть вопросов задавали юные спортсмены, ведь для них многие участники турнира - настоящие кумиры.

- К этому бою я готовился усердно, поэтому думаю, что выдержу ответственность перед публикой и темп боя, - заявил Шамиль Ибраков, участник второго боя основного карда. Этот бой стал профессиональным дебютом спортсмена. Соперником Шамиля выступил представитель клуба «Сечь» из Сыктывкара Виталий Чесноков.



На вопрос, как добиться успехов в спорте, ответил представитель клуба «Сечь» из Санкт-Петербурга Никита Приходько. Ответ оказался максимально простым: не пропускать тренировки и верить в то, что ты делаешь. Никита - пример того, как паренёк из маленького северного города может выйти в профессиональную лигу, ведь свой спортивный путь он начинал в городе Лабытнанги. Молодой человек участвовал в главном бою Кубка, его соперником стал гость из Бразилии Батишта Кайано.

Стратегия бразильца была жёсткой - почти весь бой соперники провели в стойке, где Батишта один за другим наносил удары локтями. Уже

в первом раунде он рассёк Никите лоб, позже по той же схеме шли попадания в бровь. Под конец боя лицо нашего спортсмена оказалось залито кровью.

В третьем раунде россиянин попытался увести соперника в партер, но и там гость выбрал выигрышную стратегию, зацепившись за оппонента и выжидая конец раунда. Двое судей отдали голоса бразильцу, один голос достался Никите. Раздельным решением победу в главном бою одержал Батишта Кайано.

Много внимания и на пресс-конференции, и во время боя было приковано к участнику основного карда Исламу Эсену из Нового Уренгоя. Являясь мастером



спорта по ММА и кандидатом в мастера спорта по кикбоксингу, он не тренировался последние пять лет, а об участии в Кубке узнал за полтора месяца до боя. Соперник Ислама Константин Черников, наоборот, в самом расцвете боевой формы, хотя и начал профессиональную спортивную карьеру относительно поздно - в 26 лет.

- Я вижу три раунда бескомпромиссной рубки в стойке, и я одержу победу единогласным решением судей. Костя, сохрани эту энергию до завтра, - обратился к сопернику на пресс-конференции Ислам.

- Я не верю в рубку на протяжении трёх раундов и в то, что бой пройдёт в стойке. Посмотрите мои предыдущие бои, у меня хороший партер, так что пусть будет готов, - заявил Константин Черников, призёр Кубка Европы по ММА, чемпион России по микс-файту, КМС по ММА, грэпплингу и тайскому боксу. Он приехал из Орла и представлял клуб «Сечь».

Во время боя ожидания новоуренгойцев, болеющих за Ислама, почти полностью оправдались, а слова, сказанные на конференции, подтвердились делом: все три раунда бойцы старались не уступать друг другу, но рубка в стойке была недолгой - Ислам не давал сопернику подняться и постоянно уводил его в партер, на который тот и рассчитывал. По итогам трёх раундов общим решением судей победу одержал Ислам Эсенов.

Главный бой Кубка проходил между иранцем Хамзе-

том Исмаэли и надымчанином Александром Хамитуллиным в весовой категории 56,7 килограмма.

- Я давно знаю этого парня. Он очень выносливый, очень крепко бьёт, - отметил Шамиль Дайитбегов, менеджер Yamal FC. - Завтра на другом турнире будет выступать Анис Якубов, Саня его ронял, но не добил. Не будет ли такого в этот раз, что ты уронишь соперника и просто будешь на него смотреть?

- Да, там была ошибка, - ответил на этот вопрос Александр. - Мы бились, я ударил, он упал в нокаунт. Я думал, что судья остановит бой, ещё спросил у него: «Ну, что там?». В итоге соперник встал и мы продолжили. В этот раз такого не будет, я проработал этот момент, особенно после последнего боя.

Финальный бой начался с агрессивной инициативы Александра. Быстрые хлесткие удары сыпались один за другим, иранец не ожидал такого напора и сначала пытался только обороняться. После пары точных ударов Хамзет перехватил инициативу и немного остудил пыл российского спортсмена, а в какой-то момент нанёс первый удар в челюсть. От этого Александр упал на пол. Чтобы не дать сопернику добить себя, надымчанин попытался отбежать, но Хамзет догнал его и настиг ещё одним точным ударом в челюсть, после которого Александр ушёл в глубокий нокаут.

Иранец одержал победу в главном бою на второй минуте и стал обладателем пояса Кубка губернатора Ямала.



Осторожно, гололёд!

Что сделать до выхода на улицу



- ◆ Выбирайте удобную **обувь с рельефной подошвой** и откажитесь от каблучков



- ◆ Используйте **противоскользящие насадки** на обувь, например ледоступы

- ◆ Если вы **ходите с тростью**, прикрепите на её конец насадку с острым шипом

- ◆ Регулярно **занимайтесь физкультурой**, чтобы укрепить мышцы и улучшить координацию, — тогда будет легче держать равновесие

Особенно опасно падать пожилым людям — выше риск получить травму. Им стоит не выходить на улицу при гололёде, а если нужно куда-то идти — попросить детей, внуков или соседей проводить их.



Как вести себя на улице



- ◆ Ходите осторожно и не торопитесь
- ◆ Старайтесь выходить на улицу, пока светло, или выбирайте маршрут по освещённым улицам, где нет горок, лестниц и обледенелых тротуаров
- ◆ Не держите руки в карманах — так тяжелее удержать равновесие
- ◆ Перед выходом на проезжую часть убедитесь, что рядом нет машин, даже если горит зелёный свет
- ◆ Если приходится идти по льду, наступайте на всю подошву, делайте частые и короткие шаги
- ◆ Выбирайте внутренний край тротуара, где снег ещё не притоптан, — по нему будет проще пройти



Если всё же поскользнулись



Главное — постараться «правильно» упасть:

- согнуть ноги в коленях и присесть — так высота падения будет меньше
- сгруппироваться — подбородок на грудь, кисти рук прижать к животу, локти к бокам
- падайте на бок, а не вперёд на выпрямленные руки и не назад

Если вы всё-таки падаете на спину, прижмите подбородок к груди и максимально разведите руки в стороны. А если поскользнулись на лестнице — **прикройте лицо и голову руками.**



Что делать после падения



- ◆ **Не вставайте сразу** — прислушайтесь к физическим ощущениям. Если что-то сильно болит либо на руку или ногу не получается опереться — вызывайте скорую помощь или попросите об этом прохожих



- ◆ Сфотографируйте или снимите на видео место падения. Должно быть видно, что оно действительно опасно для пешеходов

- ◆ Запишите контакты очевидцев — их могут вызвать в суд в качестве свидетелей

- ◆ Попросите врача составить медицинское заключение о ваших травмах

- ◆ **Сохраняйте все документы о болезни** — чеки на лекарства и обследования, рецепты, данные рентгена, копию выписки



Как себя обезопасить

Как определить ответственного



Всё зависит от того, где вы поскользнулись.
Требовать компенсации нужно с владельца территории:

- ◆ в парке, на улице, пешеходном переходе — с местной администрации или муниципалитета
- ◆ на территории учебного заведения — с администрации города
- ◆ на остановке общественного транспорта — с местного отделения дептранса
- ◆ в коммерческом пространстве — например, у входа в торговый центр или магазин — с собственника помещений или арендатора

Как обратиться в суд



Если на вашу претензию не отвечают, **нужно подать судебный иск.**

- ◆ **Укажите ваши Ф. И. О. и адрес**
- ◆ **Укажите ответчика**
- ◆ **Подробно опишите обстоятельства падения**
- ◆ **Напишите сумму** ущерба — физического и морального

Приложите документы:

- ◆ заключение скорой помощи с описанием травм
- ◆ копию назначений врача и выписки
- ◆ чеки по всем расходам на лекарства и обследования
- ◆ фото и видео с места происшествия
- ◆ показания свидетелей
- ◆ копию претензии



Как составить письменную претензию



- ◆ **Напишите** название организации или Ф. И. О. ответственного лица, юридический и фактический адрес
- ◆ **Укажите** Ф. И. О. и адрес отправителя, контактный телефон и электронную почту
- ◆ **Опишите** обстоятельства, из-за которых подаёте претензию, время и место падения, полученные травмы
- ◆ **Сформулируйте** ваши требования к ответчику — например, возместить стоимость лечения
- ◆ **Укажите срок**, в течение которого ваши требования должны выполнить
- ◆ **Перечислите** документы, которые прилагаете к претензии, — например, чек на лекарства, фотографии
- ◆ **Поставьте** подпись и укажите дату составления

Одну копию оставьте у себя, и пусть получатель поставит на ней отметку о вручении.

Что можно компенсировать



- ◆ **Медицинские расходы** — на услуги клиник, реабилитацию, лекарства. Медикаменты обязательно должен назначить врач, иначе деньги не вернут
- ◆ **Утрату дохода.** Если из-за травмы вы не можете работать, предоставьте в суд справку 2-НДФЛ и потребуйте компенсацию
- ◆ **Моральный вред.** Его возмещения можно требовать в том числе в дополнение к компенсации физической травмы
- ◆ **Траты на транспорт** для поездок в медицинские учреждения
- ◆ **Расходы на услуги юриста,** если к нему обращались



ЗАДВИЖКИ ИЗ О ЛЬДА И ЛЕДЯНЫЕ ВЕТКИ



Несколько дней в парке «Дружба» творили мастера со всей России - там проходил фестиваль ледовых скульптур «Горячий лёд». Тема, казалось бы, слабо располагающая к фантазиям - история Нового Уренгоя с её серьёзными производствами, подвигами первопроходцев, суровыми погодными условиями, но каждый из скульпторов сумел представить свой особенный взгляд на одни и те же события.

Погода в этот раз не испытывала гостей морозами, как это было на конкурсе в прошлом году, а свежий снег радовал мастеров, давно не видевших такого чистого и белоснежного покрова. Некоторые даже признались, что в перерывах с удовольствием копались в снегу, словно в детстве. Так что сама природа помогала ваятелям ледовой сказки настроиться на нужный лад.

Работа Александра Полякова и Ивана Федива «Через тернии к звёздам» заняла почётное третье место. Авторы из Санкт-Петербурга, решили возвысить подвиг газодобытчиков до космических масштабов - их композицию венчает человек в скафандре, расположившийся на Луне и окружённый звёздами. Замысел таков: газ важен не только для земных нужд, но и для

грандиозных проектов планетарного масштаба.

- Газодобытчики каждый день выходят на работу и, несмотря на суровые морозы, метели, вьюги, трудятся на месторождениях, обеспечивая газом всю страну. Работа получилась монументальная. Чтобы решаться на композиции такой высоты, нужно иметь мужество, характер и навыки, - рассказал Александр Поляков.

Второе место у скульптуры «Бежал по городу олень». Её создал творческий дуэт Марии Соловатовой и Льва Брюханова, представляющий Ижевск и Московскую область. Здесь мы видим старую добрую стелу города газодобытчиков и строителей, рядом жилые массивы, а на заднем плане - оленя, бегущего навстречу северному ветру. Таким образом



авторы совместили тему развития города с неповторимым северным колоритом. Кстати, у каждого мастера есть свои секреты, например, Лев и Мария используют особенные приспособления - распылительные борфрезы, которые так просто в магазине не купить.

Первое место присудили Роману Петрову и Ивану Румянцеву из Якутии за работу «Прометей». Здесь в роли героя, дающего миру огонь, выступает не мифический персонаж, а самый обычный мужчина в робе и каске. А из окна на него смотрит жена с двумя детьми - уют в их доме обеспечили люди, которые

пришли на северную землю полвека назад, и те, кто теперь продолжает дело первых.

По словам авторов, собирали скульптуры по частям. К примеру, космонавт был сделан на земле и торжественно водружён на самый верх. Пришлось повозиться с массивными задвижками и вентилями, чтобы они уверенно держались на своих местах. Ветки деревьев, завязки на шапке водителя - и вовсе тонкая работа. Так что мастера надеются, что к их шедеврам новоуренгойцы и гости города будут относиться бережно, тогда скульптуры смогут простоять до самой весны.



Старая сказка на новый лад - в этот раз артисты ГДК «Октябрь» взяли за основу для новогоднего представления повествование о Снежной Королеве. История о Кая и Герде уже полтора столетия будоражит умы юных читателей и их родителей, особенно в канун главного зимнего праздника. По ней рисуют иллюстрации, создают мультфильмы, снимают кино, ставят спектакли. И вот - новое прочтение классики на сцене городского дворца культуры.



РАСКРЫТА ТАЙНА КОРОЛЕВЫ

Уютные декорации и душевные песни в начале постановки переносят зрителя на маленькую улочку, где живут Кай и Герда. Они беззаботно играют в снежки, готовятся к зимнему празднику. В какой-то момент мальчишка решает изобразить ту самую ледяную красавицу, правда, судя по комментариям юного художника, рисунок будет скорее карикатурой. И красавица этого, конечно, не простит.

Сцена вдруг становится белой, тональность музыки меняется, а помощники-птицы искусно драпируют одеяние своей повелительницы, олицетворяющее бесконечную метель.

В один миг Кай становится другим - это уже не тот приветливый друг Герды. Потом мальчик и вовсе куда-то исчезает, а подруга отправляется его искать. Тут и начинается тот самый новый лад. Юная героиня встречается с двумя воронами - это группа «Крылья» - которые заводят зрителей своими ритмами и предлагают публике

потанцевать. Когда все на танцевались и напелись, один из музыкантов, он же диджей, отправляется дальше вместе с Гердой.

Затем идёт сцена, близкая к классическому варианту, - встреча с разбойниками. Зрители с умилением смотрят на знакомых новоуренгойских артистов в образах настоящих хулиганов, а те с удовольствием взаимодействуют с юной аудиторией. Современные новогодние спектакли - это интерактив. На этом представлении зрители пускают по залу огромные шары, позируют для селфи с героями и подсказывают Герде и её помощникам, что делать дальше. Дочь Разбойницы тоже присоединяется к поискам Кая, таким образом, в путь отправляется уже целая компания.

Но и это ещё не все новшества от наших режиссёров и артистов. Фея цветов сообщает, что Снежная Королева, оказывается, раньше была доброй, просто попала под действие злых чар, но есть чудодейственное средство, ко-

торое поможет её расколдовать. Какое именно это средство и удастся ли главным героям растопить холодное сердце снежной красавицы, узнаете те, кто успеет попасть на представление 26 декабря, в 13:00.

А 24 декабря новоуренгойцев ждёт ещё один сюрприз:

артисты централизованной клубной системы подготовили представление для взрослой аудитории, где будут уже совсем другие диалоги и другие песни, так что вход на это мероприятие - строго для зрителей 18+. Остаётся лишь добавить, что Андерсену такое и не снилось...



Телефон для справок - 230-777

Ёлка, не гори!

КАКИЕ ИГРЫ С ОГНЁМ НЕ ПРИВЕДУТ К ТРАГЕДИИ

Нарядили ёлку? А инструкцию к гирлянде прочитали? А надо бы. МЧС отмечает, что если в среднем по России в день происходит 700 пожаров, то в новогодние праздники - до 1 500. Ещё и смертность увеличивается в четыре раза.

Главная причина новогодних пожаров - неосторожное обращение с огнём. Под этот термин подпадает масса возможных ситуаций, начиная с зажигания бенгальских огней в помещении и заканчивая курением в постели, или в предновогодней суете хозяйки забывают выключить плиту, а оставшиеся без присмотра дети играют с огнеопасными предметами. Все

эти риски усугубляются тем, что большинство новогодних украшений изготовлено из легковоспламеняющихся материалов.

Что же делать, чтобы избежать трагедии и провести новогодние каникулы в своём жилище, а не в маневренном жилфонде в статусе погорельца? Развёрнутый и подробный ответ на этот вопрос даёт МЧС.

Правила безопасности при установке ёлки

Помещать новогоднюю хвойную красавицу необходимо на устойчивое основание и с таким расчётом, чтобы её ветви не касались стен и потолка, а особенно отопительных приборов.

Используйте для украшения гирлянды только промышленного производства и обязательно проследите, чтобы изоляция электропроводов не имела повреждений. Если заметили нагрев проводов, искрение, мигание лампочек, срочно выключите иллю-

минацию от греха подальше. От такой неисправной гирлянды лучше избавиться - всё же жизнь и здоровье дороже копеечной экономии.

Постарайтесь не украшать ёлку и помещение бумажными и целлулоидными игрушками и ватой, особенно в сочетании с настоящими свечами, так как по сути это бомба замедленного действия: никогда не угадаешь, в какой момент может польхнуться, а огнетушитель вряд ли стоит у вас прямо под ёлкой.

Пиротехника - красиво, но опасно

Бенгальские огни, хлопушки, а особенно фейерверки представляют собой источник повышенной опасности и требуют особого внимания. Пожарная опасность этих изделий состоит в том, что их применение сопровождается наличием открытого пламени, искр, а некоторые изделия движутся в различных направлениях на достаточное большое расстояние (до 40 метров). Температура при горении пиротехнических зарядов некоторых изделий превышает 20 тысяч градусов по Цельсию.

При покупке пиротехнической продукции обязательно ознакомьтесь с инструкцией, она должна быть у каждого изделия. Если нет информации на русском языке, значит, товар не сертифицирован и использовать его очень опасно. Проверьте срок годности, его устанавливает сам производитель, и никто не имеет права этот срок продлить. На многих пиротехнических изделиях указаны возрастные ограничения. Обязательно проверьте, не нарушена ли упаковка, нет ли повреждений на корпусе и фитиле. В любом случае запускать фейерверки, петарды, различные ракеты, взрывать хлопушки, поджигать бенгальские свечи и прочие весёлые огоньки нужно с предельной осторожностью. Если у ракеты или салютной батареи не обнаружено запального шнура, то их лучше выбросить и не пытаться поджечь устройство.

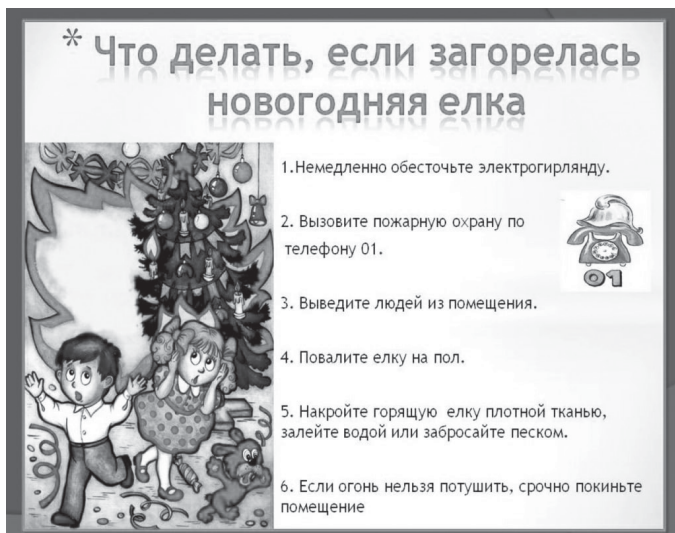
Есть ещё важные правила. Нельзя:

- хранить пиротехнику возле приборов отопления (батареи, газовых и электрических плит и других);
- разбирать фейерверки, самостоятельно исправлять повреждения;
- разрешать детям приводить в действие пиротехнические изделия;
- носить пиротехнические изделия в карманах;
- запускать петарды, фейерверки, ракеты и прочее внутри помещений, с балконов и лоджий, вблизи новогодних ёлок, под низкими навесами и кронами деревьев;
- устраивать салюты на расстоянии ближе 50 метров от жилых помещений и легковоспламеняющихся предметов, а также подходить ближе 15 метров к зажжённым салютам и фейерверкам;
- применять пиротехнику при ветре более пяти метров в секунду;
- запускать салюты с рук (за исключением хлопушек, бенгальских огней, некоторых видов фонтанов) и подходить к изделиям в течение двух минут после их запуска;
- держать фитиль во время поджигания около лица, направлять ракеты и фейерверки на людей, бросать петарды под ноги.

Полезные телефоны

Держите эту информацию под рукой, ведь своевременный звонок спасателям поможет предотвратить трагедию. В случае пожара или чрезвычайной ситуации звоните по номерам телефонов **01, 101, 112**.

Что ж, кто предупреждён, тот вооружён. Соблюдайте эти нехитрые правила безопасности, и ваши праздники не будут омрачены трагическими происшествиями. С наступающим Новым годом! Будьте здоровы и счастливы!



На Ямале идёт ёлочная кампания, а это значит, что можно украсить дом живым деревцем, добытым по всем правилам и законам.

Вплоть до 31 декабря жители округа могут приобрести живую ёлку, обратившись в лесничество, сообщает департамент природных ресурсов и экологии ЯНАО.

Новоуренгойцы могут обратиться в ближайшее лесничество, базирующееся в городе Тарко-Сале. Вся информация - по телефонам: **8 (34997) 2-67-03, 2-67-04.**

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

КАК ВЫБРАТЬ НОВОГОДНЮЮ ЕЛКУ

НАТУРАЛЬНАЯ

20 декабря

- Лучше всего покупать ёлку в двадцатых числах декабря
- Приобретайте новогоднее дерево только в официальных точках продаж
- Выбирайте ёлку с ровным, достаточно толстым стволом без трещин
- Ветви должны быть гибкими
- Иголочки должны быть насыщенного изумрудного цвета, эластичными и крепко держаться на ветках
- Выбирайте ёлку с одной макушкой



ИСКУССТВЕННАЯ

- Убедитесь, что ветки надёжно закреплены, а хвоя на них крепко держится, не отрывается и не отпадает
- На концах ветвей не должно быть острых краёв, оголённой проволоки, зазубрин
- Едкий химический запах говорит об использовании материалов, не соответствующих нормативам
- Качественная искусственная ёлка изготовлена из огнестойких материалов или обработана специальными составами, исключающими возгорание
- На упаковке ёлки обязательно должна присутствовать информация о пожарной безопасности
- Обратите внимание на маркировку товара, которая должна быть представлена на русском языке: дату изготовления, правила и условия эксплуатации, указание на материал, из которого сделана ёлка, данные о производителе и предприятии, принимающем претензии.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

КАК ВЫБРАТЬ ЕЛОЧНУЮ ГИРЛЯНДУ



1. Новогодние гирлянды имеют разное назначение – для ёлки, для улицы, для оформления интерьера.



2. Для размещения на ёлке используются гирлянды мощностью не более 50 Ватт.



3. Сечение провода гирлянды не менее 0,5 кв. мм, а сам провод с толстой изоляцией.



4. Расстояние по шнуру от ближайшей лампочки до вилки не меньше 1,5 метров.

5. Запасные лампочки должны быть того же вида, что и установленные в гирлянду.

6. Документ, подтверждающий качество и безопасность ёлочной гирлянды, должен иметь ссылку на пожарный сертификат в соответствии с ГОСТом.



7. Места соединения всех компонентов ёлочной гирлянды должны быть надёжными, изоляция и соединение с блоком управления и вилкой без повреждений.



8. Проверьте работу гирлянды во всех режимах еще в магазине.



9. Не оставляйте работающую ёлочную гирлянду без присмотра

10. Не поливайте ёлку, если гирлянда на ней включена.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru



Бывает только

Как не отравиться праздничной едой.

Для многих Новый год - время вкусной и разнообразной еды, деликатесов и сладостей. Ну а что: к празднику все, кто мог и хотел, уже похудели, в парадные наряды влезли, селфи запилили - теперь можно и расслабиться хотя бы на одну ночь, когда почти весь мир сидит за накрытыми столами и поднимает тосты за здоровье.

Лучшее - детям

Самые сладёны, конечно, дети. Даже в обычное время внеплановая шоколадка или пакетик мармеладных мишек - нечаянная радость, что уж говорить про главный в году праздник, когда даже родители не могут запретить маленькому человеку съесть больше одной конфеты за раз. И всё же главное здесь - не навредить здоровью, поэтому решающее значение в этом случае имеет не количество, а качество.

Санитарные врачи точно знают, как выбрать лакомства и игрушки, которые не навредят детскому организму, и готовы поделиться этими знаниями с взрослыми.

Итак, запоминайте. Во-первых, новогодние подарки стоит покупать исключительно в магазинах или местах организованной торговли - так есть гарантия, что товары реализуют в соответствии с требованиями технических регламентов Таможенного союза и законодательства РФ в сфере защиты прав потребителей. Во-вторых, выбирая подарок, обязательно обращайте внимание на маркировку, она должна быть достоверной, проверяемой, чёткой, нанесена на видном месте и читаться на русском, разумеется, языке.

Игрушка, входящая в состав набора, должна иметь собственную упаковку с необходимой маркировкой. Если индивидуальной упаковки

нет, то такое изделие может крепиться к мешочку или коробке только снаружи. Ну и, конечно, размер имеет значение - габариты игрушки не должны повлечь за собой риск удушья ребёнка. Вот какую информацию должна содержать маркировка: наименование игрушки и страны-производителя, наименование и местонахождение импортера и его контакты, минимальный возраст ребёнка, для которого предназначена игрушка, способы ухода за изделием, дата изготовления.

Если подарок содержит ещё и кондитерскую продукцию, то к нему должен быть приложен список, содержащий полную информацию обо всех печенюшках и конфетах: количество - поштучно

но или в граммах, названия, изготовители.

Специалисты говорят, что в состав качественного и безопасного набора могут входить шоколад, желейные, вафельные или с начинкой из суфле конфеты, вафли, пряники, бисквитное или галетное печенье, мягкий ирис и пастила. Зефир и мармелад даже приветствуются, так как относятся к самым безвредным сладостям, поскольку содержат меньше всего сахара, а также в них есть пектин, полезный для пищеварения.

Теперь по печенюшкам. Тут тоже есть главное правило: при диетах, связанных с проблемами в работе ЖКТ, врачи рекомендуют галетное печенье, калорийность которого ниже, чем у любых других видов выпечки.

Срок годности всего набора устанавливают по самому скоропортящемуся продукту в его составе. Чтобы избежать неприятных ситуаций, приобретайте подарок с датой фасовки, наиболее близкой к моменту покупки, так вы будете уверены, что все продукты в составе свежие.

При покупке сладкого подарка вы имеете право потребовать у продавца документы, свидетельствующие о безопасности продукции, а именно: декларацию соответствия и транспортные накладные. Если новогодний мешочек сладостей оказался некачественным или не содержал всей необходимой информации, то его можно и нужно вернуть продавцу!



первая свежесть

Советы специалистов Роспотребнадзора

Вкусное - взрослым

Товарищи родители, не забываем, конечно, и о себе! Для многих из нас приметой праздника является такой деликатес, как красная икра. Не сказать, что на многих столах это прямо диковина, но и не повседневный продукт, согласитесь. Примерно, как торт для детей: когда знаешь, что он есть, чувствуешь приближение торжества.

Врачи сошлись на том, что икра - продукт не только вкусный, но и полезный, ведь он содержит белки, кальций, фосфор, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины А, D, E. Но всё же увлекаться ею не стоит, если вы не собираетесь утром 1 января бежать в спортзал: калорийность икры - от 230 до 270 килокалорий на 100 граммов.

Как выбрать? На этот счёт у Роспотребнадзора есть чёткие рекомендации.

1. Лучше всего покупать икру с маркировкой «ГОСТ» на упаковке и изготовленную в местах традиционного лова рыбы семейства лососёвых - на Камчатке и Сахалине, так вы снизите вероятность того, что икру приготовили из замороженных ястыков. На продукции, изготовленной по ГОСТу, обязательно должен быть указан вид рыбы семейства лососёвых.

2. Выбирая продукт в стеклянной банке или на развес, вы можете рассмотреть его до покупки. Икра бывает двух сортов - первого и второго. Икринки первого сорта

должны быть целые, одинакового цвета и размера, не слипшиеся. При переворачивании банки икра не должна моментально «ползти» по стенкам, максимум несколько икринок могут упасть на крышку. Слишком жидкая икра, в которой много джуса (жидкости), сразу же сползёт на крышку.

3. Если в магазине в холодильной камере есть градусник, проверьте, при какой температуре хранят икру, идеальная - от -4 до -6°C. Если речь идёт о жестяной банке, то в закрытом виде и при соблюдении правильного температурного режима в сохранности икры можно быть уверенным на протяжении 12 месяцев. А вот после вскрытия тары срок годности резко сокращается до трёх - пяти дней в условиях охлаждения. Развесной продукт пригоден для употребления в течение двух-трёх дней, далее последует окисление жиров, и икра утратит качество.

4. Маркировку на крышку наносят методом выдавливания или несмываемой краской. На жестяной банке дата производства должна быть обязательно выбита, причём изнутри. Выпуклые, а не вдавленные цифры - признак заводского продукта. Осмотрите банку на предмет внешних повреждений, она ни в коем случае не должна быть вздутой. Вздутая банка - «бомбаж» - признак наличия в икре недопустимых видов микробов.



5. Информация на жестяной банке должна содержать дату изготовления продукта, слово «икра», номер завода-изготовителя и смены, а также индекс рыбной промышленности «Р». Обратите внимание, что надпись должна быть выбита изнутри.

6. Обязательно прочтите на этикетке информацию о составе, помимо самой икры в него обычно входят соль (не более шести процентов от веса сырья), кукурузное или подсолнечное масло, а также глицерин и не более

двух консервантов. Не покупайте продукцию, содержащую пищевую добавку **E-239 (уротропин)**. Разрешёнными консервантами для икры остаются **E-200, E-201, E-202, E-203, E-211, E-212, E-213**. Если продукт произведён из мороженой икры рыб семейства лососёвых, то на этикетке должно быть написано «произведено из мороженого сырья».

С 1 мая 2024 года все производители и импортеры икры осетровых и лососёвых (красной икры) должны маркировать свою продукцию.

Ну вот, теперь вы вооружены необходимыми знаниями, до новогодней ночи ещё полторы недели, поэтому вполне можно успеть выбрать и купить сладкие и не очень сладкие, но главное - безопасные! - подарки для себя, детей, друзей и коллег, чтобы первое утро нового года не принесло с собой неприятных сюрпризов.

■ утеря

Считать недействительным утерянное удостоверение «Ветеран труда» № 502019 от 02.08.2004, выданное на имя **Кондратенко Михаил Алексеевич** (01.01.1957).

Считать недействительным утерянный военный билет АЕ 848173, выданный 29.05.2022 на имя **Мамонтов Константин Александрович**.

■ акция

Время списывать пени

ООО «Газпром межрегионгаз Север» объявляет традиционную акцию «В новый год - без долгов!», благодаря которой у потребителей появляется возможность аннулировать пени, начисленные за просрочку платежей.

В рамках акции при стопроцентной оплате накопившегося долга пени полностью списывают, для этого нужно лишь написать соответствующее заявление в абонентской службе.

■ предпринимательство

15 лет - на пользу округа

Центр «Мой бизнес» ЯНАО на этой неделе отметил 15-ю годовщину со дня основания. За последние пять лет центр содействовал реализации более ста успешных бизнес-проектов в регионе, обеспечив предпринимателей компенсациями, поручительствами и займами на сумму свыше 20 миллиардов рублей.

Сегодня центр обслуживает более 18 тысяч предпринимателей и 26,5 тысячи самозанятых Ямала. Благодаря поддержке специалистов бизнес получает доступ к широкому спектру образовательных программ и инициатив в сфере социального предпринимательства, а также возможностям для повышения производительности труда и развития экспорта.

- За эти годы «Мой бизнес» стал надёжным партнёром для ямальских предпринимателей, поддерживая их стремление к развитию, - отметил управляющий окружным центром Александр Курзаев. - Сегодня мы предлагаем бизнесу комплексную систему поддержки в формате одного окна, обеспечивая удобство и доступность необходимых ресурсов. Наш центр продолжает развиваться, внедряя инновации и предлагая эффективные решения для любых задач.

В 2009 году центр «Мой бизнес» ЯНАО начал свою деятельность как гарантийный фонд и микрокредитная организация. Со временем он значительно расширил спектр услуг, открыв Центр поддержки предпринимательства и Центр инноваций и социальной сферы. Особую популярность приобрела Школа социального предпринимательства, слушателями которой стали более 400 региональных бизнесменов, реализовавших более 130 социальных проектов.

Кроме того, успешно запущены инвестиционные проекты и экспортные инициативы, а также созданы удобные онлайн-сервисы для клиентов. Центр достиг значительных успехов в рамках реализации мероприятий национального проекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы»: за пять последних лет более 900 бизнесменов стали участниками регионального этапа престижной премии «Бизнес-Успех» и более тысячи предпринимателей приняли участие в ежегодном окружном форуме «Дни малого бизнеса Ямала».

По информации mb89

■ ВАЖНО ЗНАТЬ

Бесплатные юристы

На Ямале значительно расширяют перечень получателей бесплатной юридической помощи, теперь ею могут воспользоваться граждане из подразделений особого риска, а также подвергшиеся воздействию радиации вследствие чернобыльской катастрофы, аварии на производственном объединении «Маяк» в 1957 году и сбросов радиоактивных отходов в реку Течу, ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне.

По словам председателя комитета по госустройству, местному самоуправлению и общественным отношениям Заксобрания ЯНАО Наталии Фиголь, проект закона разработан в ответ на поступивший в адрес губернатора запрос от общественной организации «Комитет ветеранов подразделений особого риска Российской Федерации». По данным Отделения фонда пенсионного и социального

страхования РФ по ЯНАО, в регионе проживают порядка 400 граждан, относящихся к этим категориям.

- Корректировки в региональный закон мы вносим не в первый раз, и это ещё раз доказывает, что окружное законодательство работает для ямальцев и служит защите их прав и законных интересов, - прокомментировала Наталия Фиголь.

Кроме того, с 1 января 2025 года сохраняют право на бесплатную юридическую помощь неработающие пенсионеры, имеющие звание «Ветеран Ямала». В прошлом году в государственное юридическое бюро обратились 218 граждан из этой категории, а за девять месяцев 2024 года - 170 человек, что свидетельствует о востребованности бесплатной юридической помощи.

Пресс-служба
губернатора ЯНАО

Признаки телефонного мошенничества

1. **Звонок или сообщение с неизвестного номера** - первый тревожный звоночек. Будьте осторожны, если вас дознают с номеров, которые вам неизвестны.

2. **Разговор о деньгах**. Любая беседа, которая в итоге сводится к переводу денег, требует бдительности.

3. **Неправдоподобные суммы**. Предложения о фантастически высоких доходах, например, невероятной прибыли от инвестиций, или угрозы о полной потере денег - явный признак мошенничества.

4. **Запрос персональных данных**. Никогда не сообщайте данные своих банковских карт, пароли, коды из СМС и другую личную информацию по телефону.

5. **Давление на срочность**. Попытки заставить вас принять решение немедленно, без возможности обдумать

ситуацию - основной признак мошеннической схемы. Помните, что легитимные организации не действуют подобным образом.

6. **Использование поддельных имён и организаций**. Мошенники могут представляться сотрудниками банков, правоохранительных органов, социальных служб или известных компаний. Проверьте информацию самостоятельно через официальные каналы.

7. **Ссылка на поддельные сайты или приложения**. Будьте осторожны со ссылками, присланными в сообщениях, не переходите по подозрительным и не скачивайте приложения из непроверенных источников.

Будьте бдительны и не стесняйтесь проверять информацию перед принятием важных решений, связанных с финансами и персональными данными.

Важно знать: настоящие сотрудники полиции никогда не просят перевести деньги, особенно на «безопасные» счета, и не требуют что-то скрывать от близких!

■ примите поздравления

**Уважаемые работники
и ветераны энергетической отрасли!**

Поздравляю вас с профессиональным праздником!

Энергетический комплекс имеет стратегическое значение для развития социально-экономической сферы, промышленного и оборонного потенциала страны. Специалистов вашей отрасли отличают ответственность и преданность делу, внимательность и готовность к внештатным ситуациям.

Работа ямальских энергетиков особенно сложна, поскольку выполняют её в условиях короткого светового дня, продолжительного периода большой нагрузки на сети и низких температур. Несмотря на все сложности, вы профессионально справляетесь с поставленными задачами, бесперебойная подача энергии в дома, социальные учреждения и на объекты инфраструктуры - ваша заслуга.

Желаю всем работникам и ветеранам отрасли крепкого здоровья, благополучия и успехов в нелёгком, но таком необходимом труде!

**Сергей Ямкин,
председатель Законодательного Собрания ЯНАО**

■ К СВЕДЕНИЮ

Где установлены горки



В декабре погода балует новоуренгойцев, а значит, самое время заниматься активными играми на улице. Тем более, что в городских дворах уже установлено восемь горок - в микрорайонах Мирном, Восточном, Юбилейном, Тундровом, Строителей и Оптимистов.

В Коротчаево - одна стационарная горка и одна ледяная, в Лимбьяхе - одна стационарная и две ледяных. Кроме того, горка и три ледя-

ных ската построены на городской площади. В ближайших планах - оборудовать ещё два ската.

Детвора уже вовсю осваивает новые объекты. Родителей просим напоминать детям о правилах безопасного поведения на горках.

С вопросами об обслуживании и ремонте можно обращаться по телефону **22-10-87**.

**Пресс-служба
Администрации города**

■ МЫ ВМЕСТЕ



■ транспорт

По городу с ветерком

В юбилейный год в Ноябрьске и Новом Уренгое появятся новые туристические автобусы. Этот транспорт в дни празднования будут использовать для встреч ветеранов-первопроходцев и проведения экскурсий. Все автобусы адаптированы к условиям Крайнего Севера.

В Новой Уренгой придут два автобуса на 19 мест. В этом году в газовую столицу уже поступило пять туристических автобусов большого класса на 55 мест. После юбилея транспорт выведут на городские маршруты, а также задействуют на общегородских праздниках.

Всего в этом году для муниципалитетов автономного округа закупили 62 новых автобуса, из них 19 работают на газомоторном топливе. За пять лет автопарки обнов-

ли на 92 процента. Сделать пассажирские перевозки в округе комфортнее и доступнее - поручение губернатора ЯНАО Дмитрия Артюхова.

В 2025 году в Новом Уренгое планируют провести около 150 мероприятий, из 36 объектов уже готовы 15, в том числе аэропорт, Арктический лицей и школа «Перспектива». Развивается медицинский кластер - начали работать радиотерапевтический и хирургический корпуса Новоуренгойской центральной городской больницы. Другие объекты - в активной стадии строительства, среди них культурный центр, крытая пешеходная галерея-променад, кванториум, мини-футбольная арена, арт-резиденция, детская школа искусств.

**Пресс-служба
губернатора ЯНАО**

■ госуслуги

Не убран мусор, яма на дороге, не горит фонарь?

Столкнулись с проблемой – сообщите о ней!

Сообщить о проблеме

**госуслуги
Решаем вместе**

НОВОУРЕНГОЙСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА «ПРАВДА СЕВЕРА»

[6+]

Учредитель: Администрация города Новый Уренгой.
Адрес учредителя и издателя: г. Новый Уренгой, м-н Советский, дом 3.
Главный редактор К.А. Флора.
Адрес редакции: 629307, ЯНАО, г. Новый Уренгой, ул. Железнодорожная, дом 6.
Телефоны редакции:
главный редактор - **25-64-11**;
ответственный секретарь - **25-64-23**;
отдел маркетинга - **25-64-25**;

Электронный адрес: mail@ia-is.ru
сайт: tv-impulse.ru
www.vk.com/tvimpulse
Регистрационный номер - ПИ № 17-0309.
Свидетельство о регистрации выдано 29 ноября 2001 г. Западно-Сибирским межрегиональным территориальным управлением Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций, г. Тюмень.

Тираж номера - 400.

Заказ № 2112.

Подписано в печать по графику - в 16.00, фактически - в 16.00.

Точка зрения авторов газетных материалов может не совпадать с мнением редакции. Письма, рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за достоверность рекламы и объявлений редакция не несёт.

Подписные индексы:
60912, 54394, 78717, 78722.

Газета выходит по субботам.
Цена свободная

☎ - подлежит обязательной сертификации.
Газета отпечатана в полиграфическом комплексе отдела полиграфического производства АНО «ЯМАЛ-МЕДИА» в г. Новый Уренгой (г. Новый Уренгой, ул. Северное кольцо, 2/4)

ПОВЕСТВОВАНИЕ КИСТЬЮ

«Импульс Севера» собрал истории первопроходцев и вместе с юными художниками превратил их в картины

«Первые о Новом». В канун 50-летия Нового Уренгоя сотрудники нашего информационного агентства собрали бесценные истории людей, которые были участниками и свидетелями знаковых для города событий. Трогательные воспоминания первопроходцев легли в основу работ юных художников и превратились в картины.

Трудоголики и неисправимые романтики. Они жили, как в песне поётся - легко и стремительно: в холодной тундре строили дома, тянули ветки дорог, добывали голубое топливо для Родины. Мечтали, верили и любили. Почти год журналисты собирали воспоминания первопроходцев, затем передали эти рассказы воспитанникам детских школ искусств, а те красками и кистью переложили истории на холст.

Первый автотракторный десант на место будущего города. Первые палатки и «боч-

ки». Первая библиотека и первые свадьбы. Первый светофор... Чтобы передать атмосферу Нового Уренгоя конца 70-х - начала 80-х годов прошлого века, юным художникам вместе с педагогами пришлось провести настоящую исследовательскую работу. Например, разыскивали информацию о том, как в 1985 году выглядели светофоры или почтовые ящики, которых современные дети никогда не видели.

Лучшими консультантами для юных художников стали их дедушки и бабуш-

ки, строившие Новый Уренгой, или родители, которые хорошо помнят и очереди к водозвозкам, и сметану в бидонах, и детские забавы во дворах между «бочками». Возможность услышать воспоминания о былом из уст тех, кто сам творил историю, прочувствовать, «прожить» их рассказы всем сердцем, стала хорошим уроком для подростков и позволила по-новому оценить жизнь первых, строивших город.

- Это такой уникальный опыт, - поделилась Ксения Петикина, ученица Детской

школы искусств № 2. - Я впервые рисовала по чьей-то истории, по интервью. Тяжело сравнивать рассказы, я не жила в то время, но очень интересно их слушать. Думаю, раньше было больше доброты, искренности. Хотя и в холодном городе, но теплота была.

Очерки, собранные редакцией информационного агентства «Импульс Севера» и ожившие в картинах - это истории преодоления, истории оптимизма, добра и жизнелюбия. А работы воспитанников ДШИ, объединённые проектом «Первые о Новом», будут представлены на выставке в арт-галерее по адресу: ул. Молодёжная, д. 3. Открытие - 25 декабря, в 18:00. Ждём вас!

ИА «Импульс Севера»

