

# Самотлор Деловой независимый еженедельник Экспресс

№ 13 (715)

Издается с 7 мая 1993 года

11 - 17 апреля 2013 г.

12+



## Определили пределы больничных

**П**резидент РФ Владимир Путин подписал закон об ограничении размера пособий по временной нетрудоспособности. Э тот документ был разработан после проверки фонда соцстрахования, в ходе которой выявлены за-  
предельные выплаты ряду игроков ФК «Зенит».

4

## Путь к красоте, здоровью и долголетию

**П**родолжительность жизни и здоровье чело-  
века зависят не только от образа жизни, но и  
от питания. Многие болезни развиваются имен-  
но от неправильного, неполноценного рациона.  
Как правильно кормить ребенка, чтобы обезопа-  
сить его от проблем со здоровьем в будущем?

7

## С заботой о солдате

**Д**опризывная молодежь Югры полу-  
чит возможность посетить дейст-  
вующие войсковые части. В столице окру-  
га прошло совместное заседание при-  
зывных комиссий автономного округа и  
муниципальных образований региона.  
Главной темой обсуждения стала подго-  
товка к весенней призывной кампании.

6



## Вниманию жителей города!

**По данным синоптиков Нижневартовского авиапредприятия, в г. Нижневартовске ожидаются осадки в виде дождя и мокрого снега.**

**У**силия коммуналь-  
ных служб города на-  
правлены на очистку дорог  
и микрорайонов от снега.  
Ежедневно на уборке тер-  
риторий улично-дорожной  
сети города задействовано  
более 150 единиц специа-  
лизированной техники. Рабо-  
ты ведутся в соответствии  
с графиком. Однако уборка  
снега осложняется тем, что  
на обочинах дорог, у подъез-

дов домов стоят машины.

Обращаемся к горожанам  
с просьбой: **будьте взаим-  
но вежливы! Не оставляйте  
автотранспорт около домов  
во время уборки снега. Опе-  
ративно реагируйте на об-  
ращения управляющих ком-  
паний, ЖЭУ.** Объявления  
об очистке территорий раз-  
мешаются на подъездах до-  
мов. С графиками уборки  
снега в микрорайонах горо-

да можно ознакомиться так-  
же на официальных сай-  
тах управляющих компа-  
ний. (ОАО «Управляющая  
компания № 1» - [uk1-nv.ru](http://uk1-nv.ru),  
ОАО «Управляющая компа-  
ния № 2» - [www.uk2-nv.ru](http://www.uk2-nv.ru),  
МУП «ПРЭТ-3» - [www.pret3-nv.ru](http://www.pret3-nv.ru)).

Взаимодействие всех  
служб города осуществля-  
ется через единую дежур-  
ную диспетчерскую служ-

бу (ЕДДС) и оперативно-  
информационный отдел де-  
партамента ЖКХ. Кругло-  
суточные телефоны дежур-  
ных служб: 112, 62-36-96.

**Справка:** толщина выпав-  
ших осадков за период с 15  
октября по 31 марта соста-  
вила 132,5 см. За аналогич-  
ный период прошлого сезона  
- 96,3 см. Высота снежно-  
го покрова в марте 2013 го-  
да составила 78 см. (в мар-

те прошлого года - 53 см).  
Всего за зимний период с  
15 октября по 8 апреля вы-  
везено на снежную свал-  
ку с городских автомобиль-  
ных дорог и из микрорай-  
онов более 1 миллиона кубо-  
метров снега (за аналогич-  
ный период 2011-2012 годов -  
800 тыс. куб.м).

Департамент ЖКХ  
администрации  
г. Нижневартовска

# Снег да снег кругом...

Так уж сложилось, что очистка города от снега беспокоит не только жителей г. Нижневартовска. Губернатор Югры в понедельник потребовала от муниципалитетов ускорить работу по очистке от снега.



Работа кипит.



Пешеход должен пройти без риска для жизни и внешнего вида.

Н адо признать, что руководитель региона действует в рамках закона. В подтверждение к этому мы приведем положения п.3.1.7., 3.1.8., 3.1.9. ГОСТ-Р 50597-93 ТРЕБОВАНИЯ К ЭКСПЛУАТАЦИОННОМУ СОСТОЯНИЮ, ДОПУСТИМОМУ ПО УСЛОВИЯМ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ.

Так, например, согласно 3.1.9, в городах и населенных пунктах уборку тротуаров и пешеходных дорожек следует осуществлять с учетом интенсивности движения пешеходов после окончания снегопада или метели в сроки, приведенные в таблице:

| Интенсивность движения пешеходов, чел./ч | Время проведения работ, ч, не более |
|------------------------------------------|-------------------------------------|
| Св. 250                                  | 1                                   |
| От 100 до 250                            | 2                                   |
| До 100                                   | 3                                   |

Н акапливающийся на крышах снег должен по мере необходимости сбрасываться на землю и перемещаться в приотковую полосу, а на широких тротуарах — формироваться в валы. 3.6.14. Согласно Постановлению государственного комитета РФ по строительству и жилищно-коммунальному комплексу от 27.09.2003 г. «Правила и нормы технической эксплуатации жилищного фонда». Периодичность выполнения зимних уборочных работ по очистке тротуаров во время снегопада (сдвигка и подметание снега) следует принимать по таблице:

| Класс тротуара | Периодичность, ч., при температуре воздуха, °С |           | Периодичность при отсутствии снегопада, сутки |
|----------------|------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------|
|                | Ниже -2                                        | Выше -2   |                                               |
| I              | Через 3                                        | Через 1,5 | Через 3                                       |
| II             | Через 2                                        | Через 1   | Через 2                                       |
| III            | Через 1                                        | Через 0,5 | Через 1                                       |

3.6.19. Работы по укладке снега в валы и кучи должны быть закончены на тротуарах I и II классов не позднее 6 ч с момента окончания снегопада, а на остальных территориях - не позднее 12 ч.

3.6.21. Участки тротуаров и дворов, покрытые уплотненным снегом, следует убирать в кратчайшие сроки, как правило, скалывателями-рыхлителями уплотненного снега. Сгребание и уборка снола должна производиться одновременно со скалыванием или немедленно после него и складироваться вместе со снегом.

3.6.22. Снег при ручной уборке тротуаров и внутриквартальных (асфальтовых и брусчатых) проездов должен убираться полностью под скребок. При отсутствии усовершенствованных покрытий снег следует убирать под движок, оставляя слой снега для последующего его уплотнения.

3.6.28. В городах со значительными снегопадами, метелями и переносами снега должны быть заранее выявлены заносимые снегом участки, разработаны и осуществлены меры, уменьшающие эти заносы.

Разобраться с ситуацией нам помог наш читатель.



Чтобы проехать во дворах, водитель должен быть рискованным и терпеливым одновременно.



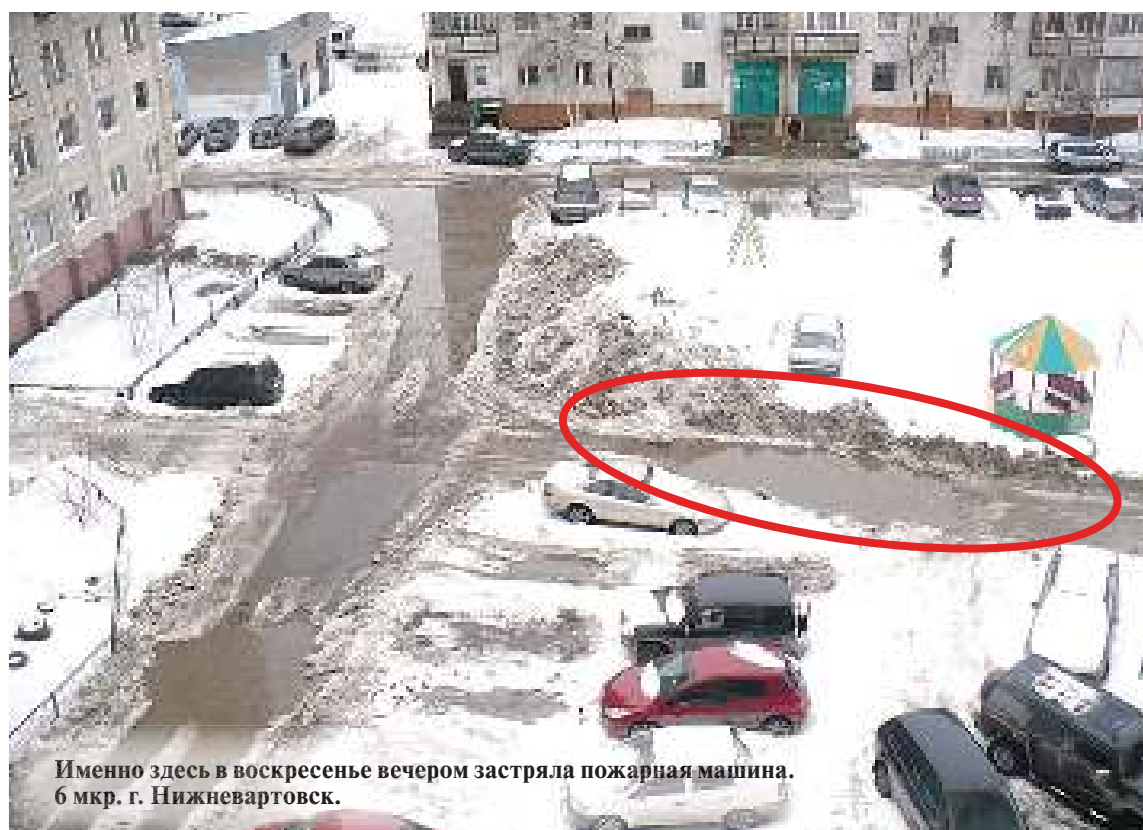
Передвигаться по городу сложно и пешеходам, и автомобилистам.



Дорога в школу и детский сад в 6 мкр. г. Нижневартовска.



Снега вывезли на 30% больше, чем в прошлом году.



Именно здесь в воскресенье вечером застряла пожарная машина. 6 мкр. г. Нижневартовск.

Наталья Комарова дала поручение своему заместителю Валентину Грипасу предпринять все необходимые меры, чтобы ускорить работу по очистке снега с крыш и его вывозу из городов, чтобы не заливало улицы. «Нужно вывозить снег из городов, чтобы не заливало улицы, заниматься в специальном порядке крышами, дополнительно мобилизовать муниципалитеты. Внимание к этим вопросам должно быть самым пристальным», - подчеркнула губернатор. Теперь дело осталось за малым — навести порядок в муниципалитетах. Время, как говорится, пошло.

А вот как прокомментировали ситуацию по снегу и наведению порядка во дворах в Департаменте внутренней политики Ханты-Мансийского автономного округа — Югры.

На вопрос жителя округа, размещенном на официальном сайте службы Жилищного и строительного надзора: «Могу ли я не платить управляющей организации, если она не выполняет свои обязательства: не убирает снег во дворе моего дома, не чистит крышу от снега, не убирает в подьезде, не ремонтирует входную дверь?» — поступил ответ:

«В случае ненадлежащего оказания услуг и выполнения работ по содержанию и ремонту общего имущества в многоквартирном доме управляющая организация обязана снизить размер платы за жилое помещение. Размер платы уменьшается пропорционально количеству полных календарных дней нарушения от стоимости соответствующей услуги или работы в составе ежемесячной платы за содержание и ремонт жилого помещения. Для перерасчета размера платы Вам необходимо обратиться в Вашу управляющую компанию с заявлением об изменении размера платы (устно или письменно). Заявление подлежит обязательной регистрации. Сотрудник управляющей компании, принявший Вашу заявку, обязан согласовать с Вами время и дату проведения проверки качества представленных услуг. По ее результатам составляется акт, который подписывается Вами и представителем управляющей компании. Этот документ и будет являться осно-

ванием для уменьшения размера платы. Если Вы не пришли к единому решению относительно качества предоставленных услуг, то назначается время и дата повторной проверки, на которую приглашаются представители Жилстройнадзора Югры».

А вот письмо, поступившее уже к нам в редакцию накануне:

«Врачи рекомендовали гулять с ребенком не менее получаса в день, желательно вечером перед сном. Наша первая попытка сопровождалась сплошными неприятностями. Грязь, лужи, весенние «сюрпризы» и горы снега, перемешанные с грязью. За время прогулки мы не отдохнули, а устали настолько, что решили, что у нас есть два варианта: первый — отказаться от прогулки, второй — попытаться изменить ситуацию. Вы уже писали о снежных кучах, поэтому мы выбрали второй вариант и решили написать вам в редакцию, чтобы задать несколько вопросов. Куда подевались дворники с улиц? Если во дворе мы их видим, то на улицах города они большая редкость! Весна, конечно, — это таяние снега и, соответственно, лужи. Но почему нельзя вывезти снег, почистить тротуары, выезды из дворов? Или все ждут, что проблемы со снегом решит солнце? И последний вопрос: несут ли какую-либо ответственность директора учреждений, магазинов, торговых и иных центров за то, что творится на прилегающей территории?» Мы перенаправили все вопросы в департамент ЖКХ г. Нижневартовска и ждем соответствующих комментариев.



#### от первого лица

Наталья Комарова

губернатор Ханты-Мансийского автономного округа - Югры

- Нужно вывозить снег из городов, чтобы не заливало улицы, заниматься в специальном порядке крышами, дополнительно мобилизовать муниципалитеты. Внимание к этим вопросам должно быть самым пристальным.

Власть

## Все услуги – в одном центре

В г. Нижневартовске готовится к открытию многофункциональный центр (МФЦ) по предоставлению муниципальных и государственных услуг.



Фото из архива Самолор Экспресс

Об этом на заседании коллегии администрации города по противодействию коррупции сообщила глава администрации города Алла Бадина. МФЦ будет работать по принципу «одного окна». То есть, человеку не нужно будет ходить по различным инстанциям и собирать справки. Достаточно принести документы, которые находятся у него в личном пользовании, и обратиться к специалисту центра. В МФЦ будут предоставляться более 20 наиболее востребованных муниципальных услуг, а также государственные услуги. «Создать комфортные условия для населения, в том числе и обеспечить доступную среду для маломобильных групп при получении муниципальных и государственных услуг – основная задача подобных центров», – подчеркнула заместитель главы администрации города по экономике Елена Рябых. Разместится центр по адресу: улица Мира, 25/12. Здание находится в собственности правительства Тюменской области. Все необходимое

оборудование также приобретено по областной программе «Сотрудничество». Здесь будут работать 25 окон по приему и выдаче документов.

Уже сегодня 40 муниципальных услуг предоставляются структурными подразделениями администрации города и 14 услуг – подведомственными ей учреждения. Улучшить качество предоставления услуги и значительно сократить перечень требуемых от заявителя документов позволяет система межведомственного взаимодействия структурных подразделений администрации города с федеральными и региональными структурами (Росреестр, Налоговая инспекция, Военный комиссариат, Пенсионный фонд и другие).

Пример успешного взаимодействия – значительное упрощение с 1 июля 2012 года процедур оказания услуг. Так, если раньше для постановки на учет в качестве нуждающегося в жилом помещении человеку нужно было обращаться в управление по жилищной политике три-четыре раза, обойти более 10

инстанций и собрать множество справок, причем за получение некоторых приходилось платить, то теперь заявителю достаточно двух посещений управления, а документы потребуют только те, которые находятся у него в личном пользовании. Кроме того, заранее ознакомиться с порядком оказания услуги, перечнем необходимых документов можно на портале государственных услуг РФ (gosuslugi.ru). Здесь же размещены бланки, которые необходимо заполнить.

Информация о предоставляемых муниципальных услугах размещена на официальном сайте органов местного самоуправления г. Нижневартовска в разделе «Муниципальные (государственные) услуги/функции».

В подразделе «Жалобы на предоставление муниципальных (государственных) услуг» жители города могут подать жалобу в электронном виде на решения и действия (бездействие) структурных подразделений администрации города г. Нижневартовска и подведомственных им организаций, должностных лиц, муниципальных служащих при предоставлении муниципальных (государственных) услуг.

Также в разделе «Противодействие коррупции» размещена информация о нормативно-правовом обеспечении противодействия коррупции, работе коллегии по противодействию коррупции, проекты нормативных правовых актов администрации города и другая информация.

Пресс-служба администрации г. Нижневартовска

Общество

## Определили пределы больничных

Президент РФ Владимир Путин подписал закон об ограничении размера пособий по временной нетрудоспособности.



Этот документ был разработан после проверки фонда соцстрахования, в ходе которой выявлены запределные выплаты ряду игроков футбольного клуба «Зенит». Согласно закону, максимальный размер такого пособия за полный календарный месяц не может превышать четырехкратного максимального размера ежемесячной страховой выплаты. Также устанавливается механизм расчета выплаты по больничному в случае, если пособие, исчисленное из среднего заработка, превысит максимальный размер выплаты. Для предупреждения несчастных случаев на производстве по вине сотрудников и в случае нарушения трудовой дисциплины будет снижен размер и разрешен отказ в назначении пособий по временной нетрудоспособности. Например, если заболевание или травма наступили вследствие алкогольного,

наркотического, токсического опьянения или действий, связанных с таким опьянением, или больной не соблюдал режим, предписанный ему лечащим врачом. «Максимальный размер ежемесячной страховой выплаты устанавливается федеральным законом о бюджете Фонда социального страхования на очередной финансовый год, поэтому максимальный размер пособия по временной нетрудоспособности в связи с несчастным случаем на производстве и профессиональным заболеванием также будет ежегодно меняться. Предполагается, что в 2013 году устанавливаемое ограничение коснется не более чем 90 высокооплачиваемых застрахованных граждан, таких как спортсмены-профессионалы, руководящий состав крупных компаний», — говорится в сообщении на сайте Кремля.

По материалам РИА Новости



Банк  
Кольцо Урала



ТОЛЬКО УРАЛЬСКИЙ  
РАБОЧИЙ ПРИНОСИТ  
В БАНК КАСКУ,  
ЧТОБЫ ПОДТВЕРДИТЬ  
ЗАНЯТОСТЬ

ДЕШЕВЫЕ  
КРЕДИТЫ  
от **13,9%**  
БРАТЬ  
ПРОЩЕ!

**WWW.KUBANK.RU**  
**8-800-500-50-11**  
НИЖНЕВАРТОВСК, УЛ. МИРА, Д. 58  
ТЕЛ.: 45-22-80

КРЕДИТ «ЗОНА КАСКА» — ДЕШЕВЫЙ, БЕЗ ПОРУЧИТЕЛЕЙ, ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ РАСХОДОВ И КОМИССИЙ. ПРОЦЕНТНАЯ СТАВКА — ОТ 13,9% ДО 19,9% ГОДОВЫХ. СУММА КРЕДИТА — ОТ 20 000 ДО 1 000 000 РУБЛЕЙ. СУММА КРЕДИТА ДЛЯ ЛИЦ НЕ ИМЕЮЩИХ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ КРЕДИТНОЙ ИСТОРИИ В БАНКЕ «КОЛЬЦО УРАЛА» — ОТ 100 ТЫС. РУБЛЕЙ ДО 1 МЛН. СРОК КРЕДИТА — ДО 7 ЛЕТ. ПОДРОБНЫЕ УСЛОВИЯ НА САЙТЕ, В ОФИСАХ БАНКА И ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ КОНТАКТ-ЦЕНТРА. УСЛОВИЯ ДЕЙСТВУЮТ НА МОМЕНТ ВЫХОДА РЕКЛАМЫ. ООО «КОЛЬЦО УРАЛА», ЛПД № 74-0765

Социум

## Маршруты изменятся

В связи с ремонтом тепловых сетей по улице Кузоваткина с 15 апреля до окончания работ (ориентировочно по 15 июня) будет закрыт для движения транспорта участок автодороги по улице Кузоваткина в створе улиц 6П и Омской. В связи с этим движение автобусов по маршрутам №№ 3, 11, 12, 19, 20, 32, 93, 94, 95 будет осуществляться по следующим схемам:



**Маршрут № 3:** поселок «У Северной роши» - улица Заводская - улица Рабочая - улица Лопарева - улица 60 лет Октября - улица Нефтяников - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Мира - улица Маршала Жукова - улица Северная - улица Интернациональная - МЖК. В обратном направлении - аналогично.

**Маршрут № 11:** ДРСУ - улица Интернациональная - улица Индустриальная - улица Северная - улица Кузоваткина - улица Мира - улица Дружбы Народов - улица 60 лет Октября - улица Нефтяников - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Омская - проспект Победы - улица 60 лет Октября и далее по маршруту.

**Маршрут № 12:** авторынок - улица Интернациональная - улица Чапаева - улица Мира - улица Маршала Жукова - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Омская - проспект Победы - улица 60 лет Октября - ПАТП-2. В обратном направлении по маршруту.

**Маршрут № 19:** железнодорожный вокзал - улица Пермская - улица Интернациональная - улица Северная - улица Маршала Жукова - улица Ленина - улица Индустриальная - улица 2П-2, поселок «НТГМ». В обратном направлении - аналогично.

**Маршрут № 20:** железнодорожный вокзал - улица Чапаева - улица Мира - улица Кузоваткина - улица Омская - проспект Победы - улица 60 лет Октября и далее по маршруту.

лет Октября - улица Менделеева - улица Омская - улица Кузоваткина и далее по маршруту.

**Маршрут № 32:** улица Лопарева - улица Ханты-Мансийская - улица Интернациональная - улица Северная - улица Маршала Жукова - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Омская - улица Менделеева - улица 60 лет Октября - улица Индустриальная - улица 2П-2 и далее по маршруту. В обратном направлении - аналогично.

**Маршрут № 93 (с 1 мая):** автовокзал - улица Чапаева - улица Мира - улица Кузоваткина - улица Ленина - улица Индустриальная - улица 2П-2 - РЭБ Флота - СОНТ «Буровик». В обратном направлении - аналогично.

**Маршрут № 94:** в прямом направлении: поселок СУ 496 - поселок Дивный - улица 2П-2 - улица Индустриальная - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Омская - ДЖКХ. В обратном направлении - согласно схеме маршрута.

**Маршрут № 95:** в прямом направлении: поселок СУ 496 - поселок Дивный - улица 2П-2 - улица Индустриальная - улица Ленина - улица Кузоваткина - улица Мира - улица Нефтяников - ТК «Империя-Т». В обратном направлении - согласно схеме маршрута.

Департамент ЖКХ  
администрации  
г. Нижневартовска

Отрасль

## Хлеб – это здоровье

В г. Москве 24 апреля пройдет Международный конгресс «Диетическое, специализированное и функциональное хлебопечение («Хлеб – это здоровье»).



В программе - презентация концепции развития хлебопечения в Российской Федерации до 2020 года, «круглый стол» по вопросам внедрения национальных и международных стандартов в процесс хлебопечения.

К участию приглашаются представители малого и среднего бизнеса, производители хлебобулочных и кондитерских изделий, хлебопекарного оборудования, сырья, упаковки, инвентаря, осуществляющие свою деятельность на территории Югры.

Дополнительную информацию можно получить по телефонам: 8(495)755-50-35, 755-50-38, факс 8(495) 974-00-61, 755-67-69, e-mail: info@rospik.ru.

Управление  
по потребительскому  
рынку администрации  
г. Нижневартовска

Весна

## В ожидании большой воды

По информации МКУ города Нижневартовска «Управление по делам ГО и ЧС», вскрытие реки Обь и основной ледоход в черте г. Нижневартовска ожидаются в конце апреля – начале мая.



Сегодня толщина льда на автозимнике Нижневартовск – Вампугол – Былино составляет 153 сантиметра. Переправа работает с ограничением грузоподъемности до 30 тонн. Открыто движение и через наплавной мост Нижневартовск – Ермаковское месторождение. Оно

прекратится только с началом ледохода.

По данным на 31 марта, средняя высота снежного покрова составила 74 сантиметра (на 14 сантиметров выше, чем в прошлом году). Таким образом, есть основания предположить, что «большая вода» не превысит отметку 870 - 900 сантиметров и останется в пределах ожидаемого среднего уровня. Однако это не окончательный прогноз. Свои коррективы могут внести осадки и ледяные заторы, которые вызывают подъем воды.

Пресс-служба  
администрации  
г. Нижневартовска

МЧС

## Готовимся к паводку

Закончился первый весенний месяц. Погода в марте не радовала вартовчан. На территории Югры сохранялась низкая температура воздуха и наблюдались осадки различной интенсивности.

Высота снега повсеместно выше нормы на 20 – 40 сантиметров. Особенно много его в верховьях реки Обь (в горных районах республики Алтай и Алтайского края).

Жаркое, засушливое лето 2012 года повлияло на уровень воды в р. Обь. Впервые за все время наблюдений максимальный уровень воды в пик половодья составлял 20 мая 542 сантиметра, затем понижался. К весеннему периоду 2013 года зимний уровень воды в русле реки оказался значительно ниже нормы. Последнее измерение перед зимним ледоставом было 25 октября 2012 года. Уровень воды составлял 107 сантиметров.

Сложившиеся в настоящий момент гидрометеорологические условия повлияют на предстоящее половодье. По предварительной информации, в районе г. Нижневартовска на реке Обь возможна следующая обстановка:

- ФГБУ «Обь-Иртышское управление по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды» (г.Омск) во многих районах автономного округа фиксирует превышение нормы снегозапасов до 70%, зимние уровни воды на реке Обь с притоками ниже нормы на 0,3 - 0,7 м, в связи с этим максимальные уровни ожидаются близкими к норме и ниже ее на 0,3 - 0,9 м. В значительной степе-

ни формирование высших уровней воды в период весеннего половодья будет определяться характером весны (интенсивность таяния снега, дополнительные осадки, особенно ливневые дожди в период формирования половодья).

- «Западно - Сибирское управление гидрометеослужбы» (г. Новосибирск) отмечает значительное превышение снегозапасов в верховьях реки Обь. В связи с этим предполагается увеличение максимума весеннего половодья на 0,6 - 0,8 м. Во второй половине июня – начале июля возможна повышенная вторая паводковая волна, пик половодья зафиксируется в этот период.

Сложившиеся условия весеннего периода 2013 года по гидрометеорологическому характеру схожи с условиями 2010 года.

- Верхне-Обское бассейновое водное управление Федерального агентства водных ресурсов (г. Новосибирск) осуществляет плановые сбросы из Новосибирского водохранилища для регулирования стока воды р. Обь и сдерживание ее уровня от критических отметок ниже по течению в Томской области и Ханты-Мансийском автономном округе. Водохранилище, находящееся не в каскаде, наполняется именно во время весеннего половодья. От створа Новосибирской ГЭС

до г. Нижневартовска вода доходит через 21 – 22 суток. Увеличенный сброс воды во второй декаде апреля, а также установившиеся положительные температуры воздуха окажут влияние на вскрытие реки Обь в черте города (предположительно в первой декаде мая). Первая паводковая волна ожидается во второй декаде мая, вторая – возможна во второй половине июня - начале июля.

Более точный прогноз о сроках вскрытия и уровне воды в р. Обь в районе г. Нижневартовска будет известен в первой декаде апреля.

МКУ г. Нижневартовска  
«Управление по делам  
ГОиЧС»

# С заботой о солдате

Допризывная молодежь Югры получит возможность посетить действующие войсковые части.

В столице округа прошло совместное заседание призывных комиссий автономного округа и муниципальных образований региона. В нем приняли участие представители органов исполнительной власти и общественных организаций автономного округа, главы муниципалитетов и работники медицинских учреждений Югры. Главной темой обсуждения стала подготовка к весенней призывной кампании.

В конце марта 2013 года Владимир Путин подписал Указ о призыве на военную службу. Призывная кампания пройдет с 1 апреля по 15 июля. На военную службу будет призвано более 153 тысяч россиян в возрасте от 18 до 27 лет. Из Ханты-Мансийского автономного округа — чуть более 1 200 молодых людей.

План подготовки и проведения призыва в Югре был утвержден еще в январе 2013 года. В документе прописаны основные задачи — это обеспечение полного и качественного комплектования призывных команд с учетом всех нужд призывников, в том числе таких, как качественное питание, нормальные условия проживания и передвижения. По мнению главы региона Натальи Комаровой, особое внимание необходимо уделить медицинскому обследованию новобранцев. *«Важно с максимальной достоверностью установить тех, кто не годен к службе по медицинским показаниям, тех, кто несет угрозу для своих сослуживцев - злоупотребляет наркотическими, психотропны-*

*ми и иными веществами. При малейших подозрениях, попавшие в группу риска молодые люди должны отправляться в медицинские учреждения более высокого уровня для проведения дополнительных обследований и, при необходимости, оказания им специализированной помощи», — нацелила коллег губернатор.*

Планируется на сборном пункте организовать профилактическую работу по предотвращению распространения простудных и иных инфекционных заболеваний. Для этого, а также для проверки условий нахождения новобранцев на призывном пункте, профильным департаментам вместе с представителями общественности дано указание проинспектировать готовность Центра подготовки к военной службе. В 2013 году в нем был произведен ремонт: обновлена кровля, инженерные сети, приобретена дополнительная мебель и бытовая техника. Кроме того, для призывников был организован центр общественного доступа, и теперь каждый новобранец мо-



жет получить необходимую информацию о предстоящей службе и воинской части, в которой он будет ее проходить.

Призывные мероприятия взяты под особый контроль на предмет соблюдения законности при проведении призывных мероприятий. *«Должно быть предусмотрено равноправное, непосредственное участие в этой работе представителей общественных организаций, прежде все-*

*го Комитета солдатских матерей, — убеждена губернатор. — В ходе подготовки сборного пункта в этом году для них организован отдельный кабинет, оборудованный горячей линией связи».*

Для повышения престижа воинской службы в округе планируется привлекать ветеранов боевых действий и военной службы, представителей казачества, офицеров запаса — всех тех, кто может рассказать молодым людям о военной службе.

В ходе совещания, сообщает пресс-служба губернатора, принято решение поддержать инициативу Комитета солдатских матерей, связанную с работой по погружению десятиклассников в полевые условия. Планируется, что будущие призывники в ходе двухнедельных экскурсий будут посещать действующие войсковые части для ознакомления с процессом военной службы и ее популяризации.

Рината Каримова

## АРМИЯ: ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

**- Какие документы необходимо иметь при себе призывнику перед отправкой на сборный пункт?**

Согласно приказу Министра обороны Российской Федерации от 2007 г. № 400 в день отправки на сборный пункт в отделах военных комиссариатов у призывников проверяется наличие:

- паспорта гражданина Российской Федерации;
- удостоверения гражданина, подлежащего призыву на военную службу;
- соответствующих удостоверений о наличии военноточных специальностей, полученных в образовательных учреждениях общеобразовательных объединений, начального профессионального и среднего профессионального образования;
- водительского удостоверения — у водителей транспортных средств.

**- Может ли призывник сам выбрать место прохождения службы или род войск?**

Решение о призыве гражданина, годного к военной службе по состоянию здоровья, не имеющего права на отсрочку или освобождение от призыва, принимает призывная комиссия. При принятии решения о призыве гражданина на военную службу призывная комиссия определяет вид Вооруженных Сил Российской Федерации, род войск, другие войска, воинские формирования и органы, в которых гражданин будет проходить военную службу, с учетом оценки его психологических и морально-деловых качеств, уровня образования и профессиональной подготовленности. Обоснованность направления граждан для прохождения военной службы в соответствующих видах и родах войск контролирует призывная комиссия субъекта Российской Федерации. Кроме того, призывники, имеющие детей, а также больных и пожилого возраста родителей (женщины — старше 55 лет, мужчины — старше 60 лет), при наличии

у них документального подтверждения, по возможности, направляются для прохождения военной службы в воинские части, дислоцированные вблизи места их проживания, в пределах установленных норм призыва для соответствующих муниципальных образований. Более подробно вопрос назначения граждан, призываемых на военную службу, для подготовки и прохождения военной службы по соответствующим военно-учетным специальностям изложен в «Инструкции по подготовке и проведению мероприятий, связанных с призывом на военную службу граждан Российской Федерации, не пребывающих в запасе», утвержденной приказом Министра обороны Российской Федерации 2007 г. № 400.

**Могут ли друзья-призывники быть определены на службу в одно и то же место?**

Решение о призыве гражданина, годного

к военной службе по состоянию здоровья, не имеющего права на отсрочку или освобождение от призыва, принимает призывная комиссия. При принятии решения о призыве гражданина на военную службу призывная комиссия определяет вид Вооруженных Сил Российской Федерации, род войск, другие войска, воинские формирования и органы, в которых гражданин будет проходить военную службу, с учетом оценки его психологических и морально-деловых качеств, уровня образования и профессиональной подготовленности. Непосредственное предназначение гражданина в конкретную воинскую часть осуществляется военным комиссариатом, исходя из установленного задания на призыв граждан на военную службу.

**- Почему Вооруженные Силы Российской Федерации комплектуются военноточными, проходящими военную службу по призыву и по контракту? В чем сложность пе-**

**рехода к контрактному способу комплектования?**

Мировой опыт показывает, что переход к контрактному способу комплектования требует привлечения значительных интеллектуальных, организационных, финансовых и материально-технических ресурсов, а также продолжительного времени для его осуществления при полной государственной поддержке. Руководством нашего государства никогда не ставилась цель перевести все Вооруженные Силы на контрактный способ комплектования. Исходя из исторических и культурных традиций и необходимости иметь достаточно обученный мобилизационный людской ресурс, наиболее приемлемым для России в настоящее время является смешанный способ комплектования (по призыву и по контракту).

По материалам сайта Минобороны

# Путь к красоте, здоровью и долголетию

Продолжительность жизни человека, его здоровье зависят не только от образа жизни, но и от питания. Многие болезни развиваются именно от неправильного, неполноценного рациона. Специалисты рекомендуют формировать культуру питания с раннего возраста. Как правильно кормить своего ребенка, чтобы обезопасить его от проблем со здоровьем в будущем?



## Нормы потребления

**П**родовольственная корзина Югры, принятая в марте этого года окружными парламентариями предписывает детям следующий дневной рацион: 215 гр. хлеба и хлебобулочных изделий, 1/2 яйца, 120 гр. мяса и мясных продуктов, 76 гр. рыбы, 316 гр. овощей, 323 гр. фруктов, 28 гр. жиров и 987 гр. молока и молочных продуктов. При переводе граммов на калории выходит, что подросток должен получать в день чуть больше тысячи килока-

лорий. Согласно исследованиям врачей, школьницам 14–17 лет в сутки полагается в среднем 2760 килокалорий, а юношам – 3160.

Сразу оговоримся, что продовольственная корзина — это не специально разработанный рацион питания, а всего лишь экономическая величина для исчисления размеров прожиточного минимума, оплаты труда, пособий по безработице и прочих социальных дотаций. Так что ориентироваться на нее при выборе рациона питания ребенка не стоит.

## Немного теории

Оптимальное для школьников соотношение белков, жиров и углеводов в рационе — 1:1:4. Также дети должны получать достаточно воды — одной из основных составляющих клеток тела. Начиная с 7 лет, детям по нормативам полагается 50 мл жидкости на 1 кг массы тела в сутки в виде питья и в еде. В эти нормы не включается сладкая газировка и быстрорастворимые напитки из пакетиков. Ведь кроме сахара и красителей в них ничего и нет.

## Нездоровые диеты

Вояния последних лет — увлечение фаст-фудом или диетами. Недовольный своим внешним видом подросток практически прекращает питаться или изобретает какие-то экзотические диеты.

Из-за активного роста и гормональной перестройки молодой организм испытывает повышенную потребность в белке животного происхождения — мясо, птица, рыба.

Вегетарианство в этом возрасте категорически противопоказано. Его результатом могут стать железодефицитная анемия, нарушение роста и работы эндокринной системы. Девочкам это грозит потенциальным бесплодием.

Не менее сильную потребность организм подростков испытывает в кальции. Его недостаток приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата.

Кроме того, в рационе подростка должны присутствовать и жиры. При этом насыщенных жиров лучше избегать. Примерно 30% из них должны быть растительного происхождения, а остальные лучше получать из молочных продуктов, например, сливочного масла и сметаны.

## Когда и сколько?

**В** идеале подросток должен есть четыре раза в день, но соблюдать такой режим хотят далеко не все дети. Задача родителей — следить, чтобы пища принималась вовремя. Завтрак подростка должен обеспечивать 25% суточной потребности в энергии, обед — 35–40%, полдник — 15%, а ужин — 20–25%.

Завтрак, обед и ужин обязательно должны быть горячими. Кроме того, желательно, чтобы подросток ел не менее трех порций молочных продуктов в день, включая молочную кашу или творожную запеканку. А свежие овощи или фрукты должны включаться в каждый прием пищи и становиться самостоятель-

ным перекусом вместо чипсов или конфет.

## На что обратить внимание?

**Н**еправильно составленный рацион и нарушение режима питания детей, дефицит ряда элементов и витаминов — обычные проблемы нашего времени. Так, нехватку витамина С ощущают до 70% детей, витаминов А, В1, В2, железа и кальция — 30–40%, йода — до 80% детей. Как следствие, все больше подростков страдают от заболеваний пищеварительной системы и анемии. И это в то время, когда организм все силы должен тратить на активный рост!

Для подростка особенно актуально, чтобы его регулярно кормили и поили. Стремительно растущий организм требует постоянного внимания и первоклассных строительных материалов для мышц и костей. Не нужно тратить огромные деньги на диеты, изобретать рационы питания и оплачивать услуги сотрудников сомнительных центров. Лучшее всего — проконсультироваться с квалифицированным специалистом поликлиники и составить рацион питания для своего ребенка.

**Николай Молоков**

[illegible]

## Еженедельник «Самотлор-Экспресс»



**ТЕПЕРЬ МОЖНО  
ПРИБРЕСТИ**

• в офисе  
по адресу:  
г. Нижневартовск,  
ул. Северная, 54А,  
оф. 260

• на Центральном  
рынке  
ЛОТОК № 82



**Реклама  
Онлайн**

Все виды рекламы.  
Все регионы.  
Всё время.

Печать, Радио, ТВ,  
Интернет, Мобильный, ОНЛАЙН, Платформы

**(812) 401-64-64**  
(495) 737-64-64, (383) 227-64-64  
www.wklama-online.ru

## АВИАКОМПАНИЯ «АЭРОФЛОТ» ПРЕДЛАГАЕТ Удобные стыковки к рейсам а/к «Аэрофлот»

### НИЖНЕВАРТОВСК-МОСКВА-НИЖНЕВАРТОВСК

Ежедневный рейс SU-1647 на самолете Аэробус А321  
Вылет из Нижневартовска.....06:35  
Прилет в Москву.....08:00  
Вылет из Москвы.....00:05  
Прилет в Нижневартовск.....05:20

По 2, 4, 5, 6, 7 дням недели  
Вылет из Нижневартовска.....18:50  
Прилет в Москву.....20:20  
Вылет из Москвы.....12:20  
Прилет в Нижневартовск.....17:40

### ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО АЭРОФЛОТА В НИЖНЕВАРТОВСКЕ:

ул. Омская, 11, «Сити-Центр», 3 этаж;  
тел./факс: 8 (3466) 24-32-32, 24-55-55.

**www.aeroflot.ru**

|                         | Вылет | Прилет |
|-------------------------|-------|--------|
| Москва-Анапа            | 09:20 | 11:40  |
| Москва-Калининград      | 22:10 | 23:10  |
| Москва-Краснодар        | 11:50 | 14:10  |
| Москва-Минеральные Воды | 10:10 | 12:35  |
| Москва-Ростов           | 10:30 | 12:35  |
| Москва-Санкт-Петербург  | 09:15 | 10:40  |
| Москва-Самара           | 09:25 | 11:00  |
| Москва-Сочи             | 10:15 | 12:45  |
| Москва-Днепропетровск   | 16:10 | 16:10  |
| Москва-Донецк           | 09:45 | 09:35  |
| Москва-Киев             | 09:50 | 09:25  |
| Москва-Одесса           | 23:55 | 00:10  |
| Москва-Симферополь      | 10:55 | 11:10  |
| Москва-Харьков          | 23:10 | 22:45  |
| Москва-Минск            | 09:35 | 10:00  |
| Москва-Баку             | 12:00 | 13:20  |

ПОЧТА  
РОССИИ



С журналом  
я на равных  
с Управляющей  
компанией!



**Все на почту  
за журналом!**

Журнал для собственников жилья



Также приобрести журнал можно в редакции по адресу:  
г. Нижневартовск, ул. Северная, 54А, строение 1, офис 260

**8 (3466) 57-15-26**



Самотлор  
Экспресс

**Начни зарабатывать!**

## Требуется ведущий менеджер по работе с корпоративными клиентами.

У нас в Компании работать сложно, но интересно. Мы ждем тех, кто не боится трудностей. Тех, кто хочет творчески развиваться и ориентирован на результат. У нас жесткие требования к качеству выполняемой работы. Вместе с тем, мы предоставляем не только работу - возможность заниматься любимым делом и проявить себя. Предлагаем поле для деятельности и потенциал для достижений.

**Требования:** опыт работы в аналогичной должности не менее года.

**Условия:** «белая» заработная плата (оклад+процент), социальный пакет, обучение, карьерный рост.



**Резюме по факсу: 8 (3466) 49-13-17  
или по e-mail: samotlor2@gesnv.ru**

Газета зарегистрирована  
Уральским региональным  
управлением регистрации  
и контроля за соблюдением  
законодательства РФ о средствах  
массовой информации и печати  
от 10 февраля 1999 г.  
Регистрационный номер Е-2897  
Свидетельство о перерегистрации  
ПИ № ФС17-0107  
от 28 февраля 2005 г.

Объем - 2 печатных листа  
Тираж 25 000 экз.

При перепечатке ссылка  
на еженедельную газету  
«Самотлор-Экспресс» обязательна.  
Подписано в печать 11 апреля 2013 г.  
Время подписания номера в печать:  
по графику - 12.00,  
фактически - 11.00  
Заказ №

Номер набран и сверстан  
в издательском центре редакции.  
Отпечатано в ООО  
«Новости Югры - Производство»,  
628400, ХМАО-Югра, г. Сургут,  
ул. Маяковского, 14,  
тел.: 8 (3462) 22-04-42

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ:  
ЗАО «МЕДИА-ЭКСПРЕСС»  
Адрес: 628615, г. Нижневартовск,  
ул. Северная, 54А, строение 1, оф. 260  
Директор  
Сальманова Рима Рамильевна

РЕДАКЦИЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИКА  
© «САМОТЛОР-ЭКСПРЕСС»  
Главный редактор  
Сальманова Рима Рамильевна  
Приемная - 8 (3466) 49-13-17  
Информационный отдел - 8 (3466) 57-11-35  
Технический отдел - 8 (3466) 57-11-35

Реклама и объявления принимаются в  
редакции еженедельника с 9.00 до 17.00  
и по тел. 8 (3466) 57-15-26

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС 29379

Мнение авторов публикаций не всегда  
совпадает с точкой зрения редакции.

Ответственность за достоверность  
рекламных материалов и объявлений  
несут рекламодатели.

Все рекламируемые товары и услуги  
имеют сертификат качества и  
лицензию.

### АДРЕС РЕДАКЦИИ:

628615, Тюменская обл., г. Нижневартовск,

ул. Северная, 54А, строение 1, офис 260

Приемная: тел./факс 8 (3466) 49-13-17

E-mail: samotlor2@gesnv.ru, gazeta.samotlor-express@yandex.ru

Отдел доставки: тел. 8 (3466) 57-11-35

Еженедельник распространяется по вторникам на территории Ханты-  
Мансийского автономного округа-Югры по подписке и в розницу,  
цена свободная, а также бесплатно по почтовым ящикам.

Электронная версия на сайте [www.sam-express.ru](http://www.sam-express.ru)