

№ 1 (1)  
11 января  
2007 год



# Лянторская газета

Издается с 11 января 2007 года.

Еженедельная городская газета

Рекомендованная цена 12 рублей

## Тема номера



## БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ НЕ ПО ПРИЗЫВУ.

Фото Вугара Алиева

Продолжение на стр. 3

Читайте в номере:

### БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ НЕ ПО ПРИЗЫВУ.

В Сургутском районе по данным Управления опеки и попечительства на учете состоят 397 детей сирот и оставшихся без попечения родителей. Количество детей – социальных сирот, то есть при живых родителях, отказавшихся от исполнения родительских обязанностей, неуклонно растет. По сравнению с круглыми сиротами их больше в три раза. О проблеме сиротства, о благотворительности, о новых законах в поддержку опекунов и усыновителей в интервью с начальником Управления опеки и попечительства администрации Сургутского района Натальей Самсоновой.

Стр.3

### ЮНЫЕ ЛЯНТОРЦЫ – СПОРТИВНЫЙ АВАНГАРД СУРГУТСКОГО РАЙОНА

Для детской юношеской спортивной школы Лянтора 2006 год был одним из наиболее результативных. Юные спортсмены приняли участие в 133 соревнованиях. Об итогах 2006 года и планах на будущее вы узнаете из интервью Елены Первухиной с директором муниципального учреждения дополнительного образования детей «Детская юношеская спортивная школа» г. Лянтора Владимиром Путинцевым.

Стр. 7.

### КАК ВЕРНУТЬСЯ В ФОРМУ ПОСЛЕ ПРАЗДНИКОВ?

Ценные советы в рубрике «КЛАДовка».  
Стр.6.

ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ, СКАНВОРД. Стр.4



## От редактора

Дорогие лянторцы! В ваших руках первый номер «Лянторской газеты». Мы долго придумывали, ей название. Хотелось найти такое, чтобы Вам было легко запомнить. Надеюсь, что с этой задачей мы справились. Читатели «Лянторской газеты» найдут в ней последние городские новости (в первом номере самые яркие новости 2006 года), очерки, статьи на самые животрепещущие темы, в рубрике «Диалог» будем рады найти Ваши отклики: задавайте вопросы, участвуйте в опросах и в наших конкурсах! В «КЛАДовке» притасены для Вас ценные советы на все случаи жизни. А кроме этого поздравляйте, объявляйте (рубрики «От всей души» и «Объявления») на страницах «Лянторской газеты».

Делает газету коллектив, который в особом представлении не нуждается. Это корреспонденты телерадиокомпании «ЛянторИнформ». Теперь в одной руке они держат микрофон, а в другой оструе перо.

Искренне надеюсь, что «Лянторская газета» станет Вашей любимой газетой.

С наилучшими новогодними пожеланиями Наталия Тимофеева.

### Открытия, сенсации, таланты и поклонники.

В Лянторе прошел третий городской фестиваль детского и юношеского творчества. В отборочном туре приняли участие около тридцати коллективов. По мнению организаторов, отличительная черта фестиваля 2006 года, активное участие детей младшего школьного возраста. Так, рекордное количество баллов набрали Настя и Ваня Погасий. Брат и сестра поют русские народные песни. Это воспитанники Натальи Капкан. По словам руководителя, юные солисты впервые принимают участие в таком серьезном конкурсе.

В конкурсе было представлено три направления – эстрадное, академическое и народное. Хантыйский этнографический коллектив «Пимочка» исполнил танец «Кокетки». Хореографическая постановка отражает современную жизнь. Но не забыты и народные традиции – яркие костюмы, плавные движения девушек, напоминающие полет северной птицы. Члены жюри высоко оценили танец. В средней возрастной группе они заняли первое место.

С праздником детства и творчества поздравил всех участников глава городского поселения Лянтор Сергей Махиня. Он отметил, что это настоящая школа мастерства для участников фестиваля. И юных артистов впереди ждут новые победы и конкурсы.

## 11 января - Всемирный день заповедников.

В Тюменской области четыре государственных заповедника – Юганский (Берёзовский и Сургутский районы), Малая Сосьва (Советский район), Верхне-Тазовский (Красноселькупский район), Гыданский; природные парки и около 40 государственных зоологических заказников республиканского и областного значения.

Самый успешный и эффективный – такую характеристику дал глава Сургутского района прошедшему 2006 году.

Дмитрий Макушенко заявил, что бюджетные средства, заложенные на год, использовали полностью.

Данные обнародовали на встрече с журналистами сургутских и районных СМИ. Говорили и о новом бюджете, и о проблемах в

энергетике, о полномочиях по 131 ФЗ, об инициативной группе из Лянтора, призывающей выйти из района. На последнее глава сказал – дословно: «Я не противник отделения Лянтора, если бы была эффективность. Район при этом ничего не теряет».



# Диалог

[www.l-tv.ru](http://www.l-tv.ru)

«Идешь по городу, и ужасаешься! Посмотрите на наши дома. Окон не видно. Сплошные тарелки «Ямал» и т.д. Мало того, некоторые для установки антенн выломывают и выпиливают, причем самым варварским образом, деревья. Наглядный пример: 1 микрорайон дом 90. Житель первого подъезда, второй этаж. Установливая антенну на боковой стене дома (угол с первой школой) выломал в углу территории школы деревья. Возмущает не столько данный факт, сколько молчание наших властей. Элементарно, обратившись к Закону ЖКХ, мы видим, что для установки антennы на внешних стенах дома необходимы специальные разрешения».

Артемий

«... все знают, как дорого обходится озеленение. А вот, судя по нашему городу, не все это знают. Яркий пример: летние ремонтные работы на участке теплотрассы рядом с 1 школой. Загублен целый участок прекраснейших берес. Кто из нас не любовался весенним утром, идя на работу яркой зеленью молодых писточек? У кого не поднималось настроение хмурым дождливым осенним днем глядя

на алмазную россыпь дрожащих капель дождя на золоте берес? А теперь этого не будет. Вновь кучи песка, вздыбленные тротуарные плиты, вырванные с корнем деревья. А если не вырваны, то засыпаны или повреждены настолько, что все равно погибнут. Конечно, применять технологию пересадки драгоценных пород деревьев это дорого. Но не умеючи ценить копейку, мы теряем рубли!».

Татьяна

«Я живу в нашем городе с вагончиков, город рос и не без моего участия. Испытываю чувство гордости, когда рассказываю об изменениях в городе ранее уехавшим отсюда.

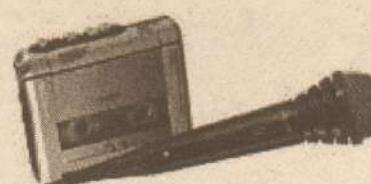
Что и говорить, было очень радостно знать, что мой город живет полноценно, появилось свое телевидение, газета. Включили, новый для города, канал НТВ. В бюджете хватало денег даже во времена дефолта, а сейчас нет. Может работники районной администрации, жители Сургута, так далеки от нас как «декабристы от народа»? Они живут в Сургуте, смотрят 30 каналов и им невдомек, что мы тут в «деревне» еще чего-то хотим?».

Житель города Лянтор

Подготовила Анастасия Волкова

## Блиц - Бат!

### Что вы ждете от этого года?



«Я, в этом году заканчиваю школу. Надеюсь, что удачно поступлю в ВУЗ на политолога.

Надежда, 17 лет, ученица СОШ № 3

«В прошлом году подняли заработную плату, теперь хочется удачно съездить в отпуск, поменять машину, жду, когда пойдет ножками моя внученька Сашенька. Еще хорошо бы город стал окружным, чтобы меньше ездить в Сургут. А моим детям поскорее взять и главное суметь реализовать кредит на квартиру. При нынешней ситуации на рынке жилья это не так-то просто.

Елена Вадимовна, 46 лет, оператор УВСИНГ

«В этом году заканчиваю институт. Это мое первое высшее образование. Надеюсь, что смогу устроиться по специальности, и диплом поможет мне получить продвижение по службе. Покупку машины тоже не хотелось бы откладывать надолго.

Дмитрий, 27 лет, дробильщик ЛДРСУ

«Жду, что этот год станет удачным в квартирном вопросе. И долгожданный дом для молодых семей, в который мы тоже должны вселиться наконец-то сдадут.

Сергей, 28 лет, служащий «Сургутнефтегазбанка»

«Наступивший год - мой символ. Поэтому жду от этого года много хорошего. А самым большим событием будет рождение внука.

Лилия Николаевна, 48 лет, оператор связи ООО «Телемабайл»

Подготовила Ирина Камартинова

# голые новости НЮ/Новости

## Митинг года.

Первые выступления нефтяников на городской площади Лянтора 16 июня были репетицией. Официальное заявление о проведении митинга подано в администрацию г. п. Лянтор сразу после несанкционированного собрания, на котором была избрана инициативная группа. Главные требования,звучавшие на площади и сформулированные лидерами: повышение гарантированной части оплаты труда нефтяников ОАО «Сургутнефтегаз», создание независимого профсоюза. Далее события развивались автономно. «Недовольные» работники запланировали митинг на 2 июля и провели его в Лянторе и в Сургуте. А руководство «Сургутнефтегаза» не вышло к митингующим, но приняло решение «О внесении изменения в коллективный договор ОАО «Сургутнефтегаз» на 2004-2006 гг.» от 16.06.2006 №801/11. в соответствии с ним повысилась минимальная тарифная ставка рабочего первого разряда с 864 рублей до 1100 рублей с 1.10.2006г. Тогда же было решено выплатить премию по итогам работы за 6 месяцев и 8 месяцев.

Комментировать происходящие неспокойные события первое время руководство «Лянторнефти» и самого объединения «СНГ» отказывалось. Да и понятно, время летнее – пора отпусков.

10 июля в эфире ГТРК «ЛянторИнформ» на вопросы корреспондента ответил начальник НГДУ «Лянторнефть» Ю. Н. Анзориев. По его мнению, за организацией выступлений нефтяников в Сургутском районе стоят политические силы, а именно «КПРФ приступила к своей предвыборной кампании». Именно к отделению этой партии в Сургуте обратились лидеры зарождающегося так называемого независимого профсоюза помочь в организации этого самого профсоюза. В это время официальные лица от профкомов «СНГ» безмолвствуют или играют в футбол в день митинга на стадионе ФОК «Олимп».

Анзориев Ю.Н. отказался давать оценку действиям или бездействию профсоюзной организации «Сургутнефтегаз», сказал, что это компетенция самих трудящихся. Он лично признает, что существующая в нефтяной компании система оплаты труда эффективна и менять в ней что – либо не стоит. Стоит

лишь пристальнее взглянуть на применение мер взыскания за производственные упущения, - чтобы не перегибали палку. И вообще, пришло время вернуться к воспитательной работе на предприятиях. Идеология «Сургутнефтегаза» должна быть крепка, и тогда «расшатать лодку» никаким конкурентам не удастся.

П.С. В ОАО «Сургутнефтегаз» 23 декабря подписали коллективный договор на 2007 – 2009 гг. С 1 января 2007 г. тарифная ставка рабочего 1 разряда увеличена до 2 500 рублей. Выплаты по колдоговору увеличатся на 1 млрд. 200 млн. рублей. Затраты на одного работника в целом по «Сургутнефтегазу» вырастут на 20 – 26% в новом колдоговоре гарантированная часть заработной платы составит 45%, а премии – 55% (в прошлом это соотношение было 38% - гарантированная зарплата и 62% - премия). В нефтяной компании подчеркивают, что это плановое повышение и с акциями протеста нефтяников не связано.

## Юбилей года.

В 2006 году уточнили дату образования Лянтора. Это не 1932 год, как было принято считать и как сообщала табличка на стеле в городском сквере, а 1931 год. Свидетельство – архивный документ «Постановление Урал Совета №552 от 23 мая 1931 года. Тогда был создан «Пимский Туземный совет Сургутского района». В Туземный совет входили кооператив, квартиры продавца, учителя, секретаря, заведующего Красным чумом и переводчика, а также баня, в которой жили три плотника, и строилась школа. В документе упоминается, что население Совета – исключительно ханты, ведущие полукочевой образ жизни.

Впервые точкой отчета в юбилеях Лянтора определена дата 1931 год, а не 1984 год, когда Указом Президиума Верховного Совета РСФСР поселок Пим переименовали в Лянторский, и не 1992 год, когда Лянтору присвоен статус города. Согласитесь, 75 лет куда более зрелый возраст!

Однако с большим размахом провести в мае 2006 года торжества по случаю юбилея Лянтора не удалось. Сказалось внеплановость мероприятия для бюджета Сургутского райо-

на. Денег выделили мало. Но несмотря на ограниченные финансовые возможности праздничное мероприятие состоялось. Лянторцы – народ творческий, энтузиазма ему не занимать. Художественные коллективы детские и взрослые готовили специальные программы, заслуженных людей города внесли в Книгу «Почета и памяти г. Лянтора». Грамотой главы Сургутского района отметили начальника НГДУ «Лянторнефть» Ю. Н. Анзориева, его заместителя по транспорту С. В. Дубровина, начальника отдела капитального строительства НГДУ «Лянторнефть» В.И. Назарову и директора СОШ №4 Л. Г. Золотареву. А все лянторцы в юбилейный год получили подарок – символы города. Через 75 лет Лянтор приобрел герб и флаг. И 80 летие встречать будем под лянторским флагом.

## Инициатива года.

В августе 2006 года в Лянторе создана инициативная группа из 15 человек. Цель, которую они преследуют – инициирование выделение города Лянтора из Сургутского района и преобразование его из городского поселения в городской округ с непосредственным подчинением субъекту – ХМАО. По Конституции РФ они имеют право на такую инициативу. Причинами, побудившими реализовать конституционное право, называют отсутствие в городе федеральных структур, таких как налоговая инспекция, ГАИ, суд и т.д. и приданье городу Лянтору большей самостоятельности.

В августе инициативная группа подала документы на регистрацию в территориальную избирательную комиссию Сургутского района. Ходатайство было отклонено из – за неправильно оформленной документации. Ходатайство положительно рассмотрели лишь в ноябре в избирательной комиссии муниципального образования городское поселение Лянтор. На 17 декабря были назначены публичные слушания по вопросу преобразования МО «Городское поселение Лянтор» в МО «Городской округ Лянтор» с выделением его из состава МО «Сургутский район». Публичные слушания проходили бурно, напоминая спектакль экспромтом, сценарий изменялся дважды. Сначала по требованию районной прокуратуры, мероприятие отменили. Затем, невзирая

на прокурорский протест по причине отсутствия проекта муниципального правового акта – необходимого приложения к решению Совета депутатов о проведении такого мероприятия, собрание признали публичными слушаниями.

Нужно ли Лянтору отделение? Мнений на этот счет много. Вот некоторые из них.

**Инициативная группа и неизвестное количество лянторцев:** полномочия по управлению городом должны быть в городе, а не в районе. Городу необходим самостоятельный бюджет. Лянторцам пора прекратить ездить за каждой справкой в Сургут. Лянторцы не должны оплачивать ЖКУ за себя и «за того парня», т. е. за жителей близлежащих населенных пунктов, относящихся к ТО №1.

С. В. Дубровин – зам. начальника НГДУ «Лянторнефть», депутат Тюменской областной думы (в программе «Актуальное интервью» в эфире ГТРК «ЛянторИнформ» 29.11.2006г): «Мне небезразлично как жители Лянтора, а что будет после отделения от Сургутского района?... в 2008 году город и так получит все полномочия по 131 ФЗ «О принципах местного самоуправления», «налоговая, ГАИ, суд как были в Сургуте так там и останутся».

Д. В. Макушенко – глава Сургутского района на пресс- конференции 28.12.2006 г.

«Я был бы двумя руками «за» данную ситуацию, если бы видел в ней целесообразность, эффективность и полезность для лянторцев..., но как человек, как гражданин, ответственный руководитель, который отвечает в том числе и за жителей Лянтора, я буду противодействовать всеми способами. Я вижу вредность, пагубность самой идеи». Один из аргументов: в бюджете Лянтора будет огромный дефицит, и на каждого жителя Лянтора из бюджета будет приходится против сейчас имеющихся 67 тысяч рублей, только 42 тысячи, столько, к примеру, сейчас имеет сургутянин – житель городского округа Сургут.

А. Н. Луценко – председатель Совета депутатов МО «Городское поселение Лянтор» (из выступления на публичных слушаниях 17.12.2006 г.): торопиться с самостоятельностью не надо. До 2008 года работать над бизнес- планированием развития города, стоит продолжать полное использование нынешнего положения Лянтора в составе Сургутского района.

Наталья Тимофеева.

• Безопасность детей ставят во главу угла законодатели, принявшие закон об обязательном наличии детского кресла при перевозке детей от рождения и до 12 лет в автомобилях. Нововведение вступило в силу с 1 января 2007 года. Глава Лянторской ГИБДД Алексей Комаренко, пояснил, что ребенок должен быть правильно, т. е. в районе грудной клетки, пристегнут ремнем безопасности. А покупать ли для этих целей специальное кресло, или подручными средствами обустраивать место юного путеше-

ственника – это головная боль водителя. Причем как родителей – автомобилистов, так и сотрудников пассажироперевозящих служб – такси.

Штраф за нарушение составляет, согласно законодательству 100 рублей. Но пока в Лянторе не было precedентов, заявляют представители правоохранительных органов.

# Л № В! заметь главное!

## БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ НЕ ПО ПРИЗЫВУ

В Сургутском районе по данным Управления по опеке и попечительству на учете состоят 397 детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Количество детей – социальных сирот, то есть при живых родителях, отказавшихся от исполнения родительских обязанностей, неуклонно растет. По сравнению с круглыми сиротами их больше в три раза. О проблеме сиротства, о благотворительности, о новых законах в поддержку опекунов и усыновителей в интервью с начальником Управления по опеке и попечительству администрации Сургутского района Натальей Самсоновой.



**- Наталья Владимировна, как Вы оцениваете ситуацию с сиротством в Сургутском районе?**

- О сиротстве говорить нужно и помнить об этом нужно каждодневно. К сожалению, не взирая на положительные изменения в экономическом положении страны в целом, проблема сиротства остается острой, поскольку количество детей – сирот не снижается, а возрастает. На конец 2006 года на учете в Управлении по опеке и попечительству состоит 397 детей. Как никогда в этом году много детей отказных, когда мамы оставляли ребенка в родильном доме. Таких детей было 12, и в последнюю неделю декабря к ним прибавилось еще двое. Такого количества у нас в районе не было никогда.

**- Это сироты при живых родителях? В общем списке ваших подопечных количество таких детей преимущественно?**

- Ухудшается ситуация и с социальным сиротством. Реальных сирот, у которых погибли родители, не более 25%, а свыше 74% – это социальные сироты. Родители живы, но отказались от выполнения своих родительских обязанностей. Они избегают этих обязанностей, или злоупотребляют алкоголем, наркотиками. Число таких сирот также растет.

**Дети оставшиеся без родителей в Сургутском районе (данные за 2006 год).**

**- Как складывается дальнешая судьба этих детей?**

- Наша задача помочь в устройстве дальнейшей судьбы ребенка, оставшегося без попечения родителей. В округе принят ряд законодательных актов, которые поддерживают тенденцию, сложившуюся в Сургутском районе, - приоритетное устройство ребенка в семью. Сегодня по возможности стараемся отдать осиротевшего ребенка под опеку. Опека – это наиболее распространенная форма устройства детей – сирот. В меньшей степени

пени, но все же немало людей усыновляют детей, приравнивают к своим кровным.

Хотелось бы получить возможность применять иные формы устройства сирот. Новое законодательство дает нам право с 2007 года использовать такую форму как патронатная семья. Если ребенок определен на содержание в учреждение, то, сохранив статус воспитанника детского дома, он может быть взят в семью. Учреждение продолжает отвечать за ребенка. Но даже в самых прекрасных стенах «казенного дома» ребенок не получит социального опыта, не научится жить в обществе, в семье – как ячейке общества. Малень-

Tem не менее, сама акция показатель того, что люди неравнодушны к бедам других. И когда говорят, что наше общество больно, я не согласна. Не настолько оно большое. По большому счету самое главное нравственное качество люди в душе сохранили. А благотворительность и стремление оказать благотворительность – это не разовое действие, а ощущение внутри себя потребности помочь ближним.

**- Какова статистика устройства детей-сирот в семью и в учреждения? И какие учреждения существуют в Сургутском районе?**

Дети, оставшиеся без родителей в Сургутском районе в 2006 году.

- Порядка 33 – 34% детей уходят в учреждения, а 67–66% – в семью. Это не самая плохая цифра. Патронатное воспитание, о котором я уже говорила, на мой взгляд, должно повысить количество детей, устраиваемых в семью. Сыграет роль и материальная заинтересованность.

На территории Сургутского района отсутствуют детские дома. В п. Барсово открыто учреждение социального обслуживания, которое носит название «Социально реабилитационный центр для несовершеннолетних «Апрель». Это учреждение изменит свой статус и с января 2007 года будет «Центром помощи семье и детям» с отделением длительного пребывания, в том числе и для тех детей, которые относятся к сиротам и оставшимся без попечения родителей. В районе есть ряд образовательных учреждений со статусом школа – интернат, которые тоже правомочны содержать детей. Это Угутский, Нижнесортымский, Ляминский интернаты. Около 70 детей сейчас находится в «Апреле», 117 – в учреждениях разных типов, 220 детишек в семьях опекунов, 44 ребенка усыновлены.

**- Бывают ли случаи, когда семья, взявшая под опеку или усыновившая ребенка, впоследствии возвращает его в учреждение?**

- Есть единичные случаи, когда отказываются от усыновления или опекунства. Это бывает, когда подросток выходит из подчинения приемных родителей. Не секрет, что и у родных родителей бывают проблемы с детьми в этом возрасте. К сожалению, опекуны не всегда справляются, и когда понимание полностью отсутствует, обращаются к нам. Мы стремимся вести работу с этой семьей, пытаемся убедить, что это временные трудности. Такой период пройдет. Есть главное, ради чего ребенок живет в семье. Он вырастет и выстроит свою семью в соответствии с теми образцами, которые ему заданы, которые он видит и воспроизводит. Очень важно, чтобы родители задали пример здоровых отношений в семье: забота, взаимопонимание, труд.

**- Как Вы отноитесь к предложению министра Зурабова о ликвидации детских домов в России?**

- Когда сегодня провозглашен тезис, что детские дома должны исчезнуть, – это хорошее пожелание. Но мое мнение: это не должно произойти очень быстро. Есть категория детей, которые сбежали из семьи, они вышли из – под контроля родителей. Ребенок в возрасте 15–16 лет не имеет много шансов найти семью. Они – то и будут потенциальными воспитанниками учреждений. Учреждения в уменьшенном количестве должны остаться и играть роль переходного этапа для ребенка.

**- Ваши новогодние пожелания.**

- В Новом году самые добрые пожелания в адрес всех воспитателей интернатных учреждений, всех родителей, кто опекает детей – сирот. Они творят благое дело. Благотворительность – признак широты души и ответственного отношения к ближнему. И это не просто красивая фраза – «Дети – наше будущее» – это истина.

Фоторепортаж о проведении благотворительной акции «Расти, малыш!»



Наталья Тимофеева  
Фото Вугара Алиева

Археологический памятник обнаружен на территории Лянтора. Ученые Уральского государственного университета и сотрудники историко-культурного центра «Барсова гора» - г. Сургут подтвердили факт существования древнего поселения ханты. Находка говорит о том, что в нашей местности уже тысячи лет назад проживали люди. Официальная информация о «Лянторском городище» впервые появилась в декабрьском номере

этнографического музея Марина Комф докладывала о проблемах сохранения наследия предков. В данный момент готовится проект превращения «Лянторского городища» в музейный комплекс. Это позволило бы сделать Лянтор одним из привлекательных мест для туристов.



# Программа передач

15 января, понедельник

1 Канал

- Профилактика  
11.45 "Ералаш"  
12.00, 15.00, 03.00 - Новости  
12.20 "Лолита.Без комплексов"  
13.20 "Понять.Простить"  
14.00 Другие новости  
14.30 "Контрольная закупка"  
15.20 "Криминальная Россия".  
"Ловушка для одинокого мужчины", 1 с  
16.00 Т/с "Любовь как любовь"  
17.00 "Федеральный судья"  
18.00 Вечерние новости  
18.20 Т/с "Пять минут до метро"  
19.10 "Жди меня"  
20.00 Т/с "Сестры по крови"  
21.00 "Время"  
21.30 Т/с "За все тебя благодарю"  
22.30 "Дачные войны.Кровь за кровь"  
23.30 Ночные новости  
23.50 "Теория невероятности".Любовь из интернета"  
00.40 "Гении и злодеи".Стивенсон  
01.10, 03.05 Х/ф "Директор"  
03.20 Х/ф "Последний крик"

Россия

- Профилактика  
11.50 Т/с "Вызов"  
13.45, 04.45 "Вести. Дежурная часть"  
14.00, 17.00, 20.00 "Вести"  
14.20, 16.40, 20.45 "Местное время.  
Вести - Югория"  
14.40 Х/ф "Срочный вызов"  
17.15 Т/с "Обреченная стать звездой"  
18.15 Т/с "Ангел-хранитель"  
19.00 Т/с "Волчца"  
21.05 "Спокойной ночи, малыши!"  
21.15 Т/с "Вызов"  
23.15 "Мой серебряный шар. Ольга Прокофьева"  
00.15 "Вести +"  
00.35 "Честный детектив"  
01.05 "Синемания"  
01.35 Х/ф "Шпана и пиратское золото".(США)  
03.45 "Дорожный патруль"  
03.55 Т/с "Закон и порядок".(США)

Культура

- 07.00 Канал "Европлюс"  
10.00, 19.30, 23.30 "Новости культуры"  
10.20 "В главной роли..."  
10.35, 01.35, 02.50 Программа передач  
10.45 "Путешествия натуралиста"  
11.15 Х/ф "Происшествие, которого никто не заметил"  
12.20 "Он был титулярный советник..."  
13.15 "Линия жизни".О. Табаков  
14.10 "Вен русского музея".В. Гусева  
14.40 Телеспектакль "Не заплачу!"  
16.05 М/ф "Приключения поросенка Фунтика"  
16.50 "Арктика всерьез"  
17.15 Д/ф "Погружение в Карибском море".(Великобритания)  
17.45 "Порядок слов"  
17.50 "Дворцовые тайны".Судьбы скрещенье. Великий князь Кирилл Владимирович"  
18.15 "Достояние республики".Екатерининский дворец  
18.30 "БлокНОТ"  
19.00 "Ночью полет"  
19.55 Д/с "Чудесная планета", 4 с. "Происхождение млекопитающих".(Япония - Канада - Франция)  
20.50 "Неистовый лицедей"  
21.35 Д/ф "Империя Королева".Фильм 2."Трофейный космос"  
22.05 "Тем временем"  
23.00 "Про Арт"  
23.50 Т/с "Джинс и Бустер", 1 с.(Великобритания)  
00.45 Д/ф "Неизвестный Савва Кулиш: грезы о земле и небе"  
01.25 "Реальная фантастика"  
01.40 Д/с "Чудесная планета", 4 с. "Происхождение млекопитающих".(Япония - Канада - Франция)  
02.35 Ж.Бизе.Сюита "Арлезианка".Дирежер П.Коган

ТНТ

- 05.45, 19.30, 00.30 "Москва: инструкция по применению"  
06.10 Т/с "Любовь и тайны Сансет Бич"  
07.00 "Глобальные новости"  
07.05 М/с "Ракетная мышь"  
07.30 М/с "Дикая семейка Ториберри"  
07.55 М/с "Новая жизнь Рокко"  
08.20 Предприниматель  
08.35 Наши песни  
09.00 Т/с "Замуж за миллионара"  
10.00 "Школа ремонта".Африканские страсти"  
11.00, 18.00, 18.30 Т/с "Счастливы вместе"  
12.00 М/с "Даша-следопыт"  
12.30 М/с "Настоящие монстры"  
13.00 М/с "Как говорит Джинджер"  
13.30, 19.00 Такси  
14.05 Деньги на проводе  
14.40 Комедия "Флот Мак-Хейли".(США)  
17.00, 21.00, 23.55, 01.30 "Дом 2."  
20.00 Нина спешит на помощь  
22.00 Комедия "Луна Топз: Снова в деле".(США)  
01.05, 04.30 "Ночные игры"  
02.30 Комедия "Флот Мак-Хейли".(США)

Югра

- Профилактика  
16.05 Т/с "Идеальная пара"  
17.00, 19.00, 23.00 - "Новости"  
17.30 "Горячий возраст"  
18.00 Т/с "Евлампия Романова"  
19.30 "Частный вопрос"  
20.00 Т/с "Уидина"  
20.50 "Топтыжкины сказки"  
21.15 "День"  
22.05 Т/с "Идеальная пара"  
23.35 Х/ф "Двойная рокировка".(Гонконг)  
01.20 Д/ф "Виктор Цой. Жизнь как в кино"

16 января, вторник

1 Канал

- 05.00, 09.00, 12.00, 15.00, 03.00-Новости  
05.05 "Доброе утро!"  
09.20 "Малахов +"  
10.20 Т/с "Вечный зов"  
11.20 "Детективы"  
12.20 "Лолита.Без комплексов"  
13.20 "Понять.Простить"  
14.00 Другие новости  
14.30 "Контрольная закупка"  
15.20 "Вне закона".Душеприказчик"  
16.00 Т/с "Любовь как любовь"  
17.00 "Федеральный судья"  
18.00 Вечерние новости  
18.20 Т/с "Пять минут до метро"  
19.10 "Пусть говорят"  
20.00 Т/с "Сестры по крови"  
21.00 "Время"  
21.30 Т/с "За все тебя благодарю"  
22.30 "Я умерла вместе с ним"  
23.30 Ночные новости  
23.50 "Искатели".Исчезнувший миллиард"  
00.40 "Ударила сила".Умыые спарады"  
01.30, 03.05 Х/ф "Банда Келли"  
03.40 Т/с "Мертвая зона"

Россия

- 05.00 "Доброе утро, Россия!"  
08.45 Д/ф "Марек Хальтер. Сын Библии и Александра Дюма"  
09.45, 13.45 "Вести. Дежурная часть"  
10.00 Т/с "Вызов"  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 "Вести"  
11.30, 14.20, 16.40, 20.45 "Местное время. Вести - Югория"  
11.50 Т/с "Вызов"  
12.50 "Частная жизнь"  
14.40 "Суд идет"  
16.00 "Кулагин и партнеры"  
17.15 Т/с "Обреченная стать звездой"  
18.15 Т/с "Ангел-хранитель"  
19.00 Т/с "Волница"  
21.05 "Спокойной ночи, малыши!"  
21.15 Т/с "Вызов"  
23.15 "Три тайны Гоголя"  
00.15 "Вести +"  
00.35 Х/ф "Обратная тяга".(США)  
03.10 "Дорожный патруль"  
03.25 Т/с "Закон и порядок".(США)  
04.10 Т/с "Война в доме".(США)  
04.30 Канал "Европлюс"

Культура

- 06.30 Канал "Европлюс"  
10.00, 19.30, 23.30 "Новости культуры"  
10.20 "В главной роли..."  
10.35, 01.50 Программа передач  
10.45 Д/ф "Погружение в Карибском море".(Великобритания)  
11.15 Х/ф "Фара".(Россия - Казахстан)  
12.30 М/с "Картофелины и драконы".(Франция - Канада)  
12.50 "Тем временем"  
13.45 "Academia"  
14.10 Д/ф "Евгений Онегин".Глава X"  
14.45 Х/ф "Личное дело судьи Ивановой"  
16.05 "Театральная летопись".М. Козаков, Глава 1  
16.35 М/ф "Кто же такие птички"  
16.50 Т/с "Дрессировщики", 5 с. "В лесу"  
17.15 Д/ф "Ныряние с китами".(Великобритания)  
17.45 "Порядок слов"  
17.55 Музыка-2006  
19.00 "Ночью полет"  
19.55 Д/с "Чудесная планета", 5 с. "Стратегия выживания".(Япония - Канада - Франция)  
20.50 "Больше, чем любовь".И. Ильф и М. Тарасенко  
21.35 Д/ф "Империя Королева".Фильм 3. "Недосыпаемая Луна"  
22.00 Д/ф "Мировые сокровища культуры".Дома Хорта в Брюсселе. Под стеклянными балдахинами".(Германия)  
22.20 "Апокриф"  
23.00 "Кто мы?" Премьера русского абсурда"  
23.55 Х/ф "Великолепные Эмберсоны", 1 с.(США)  
01.20 "О Чехове".По воспоминаниям И. Бунина

ТНТ

- 05.45, 19.30, 00.50 Москва: инструкция по применению  
06.10 Т/с "Любовь и тайны Сансет Бич"  
07.00 "Глобальные новости"  
07.05 М/с "Ракетная мышь"  
07.30 М/с "Дикая семейства Ториберри"  
07.55 М/с "Новая жизнь Рокко"  
08.20 Наши песни  
09.00 "Замуж за миллионара"  
10.00 "Запретная зона"  
11.00, 18.00, 18.30 Т/с "Счастливы вместе"  
12.00 М/с "Даша-следопыт"  
12.30 М/с "Настоящие монстры"  
13.00 М/с "Как говорит Джинджер"  
13.30, 19.00 Такси  
14.05 Деньги на проводе  
15.05 Комедия "Луна Топз: Снова в деле".(США)  
17.00, 21.00, 00.20 "Дом 2."  
20.00 Голые стены  
22.00 Комедия "Заводила".(США)

Югра

- 06.30, 13.00, 17.00, 19.00, 23.00 - "Новости"  
07.00 "С 7 до 9"  
09.10 "Уроки тетушки Совы"  
09.15 Т/с "Маугли"  
09.35 М/ф  
10.05 Т/с "Уидина"  
11.00 "Смехопанорама"  
11.30 Фильм-детям "Самая плохая ведьма"  
12.05 Х/ф "Лацаны серебристый"  
13.30 Д/ф "Острова безмолвия. Исповедь палача"  
14.30 Телемагазин  
15.00 Т/с "Непокорная"  
15.30 "Открытика"  
16.05 Т/с "Идеальная пара"  
17.30 "Детский мир"  
18.00 Т/с "Евлампия Романова"  
19.30 "Персональный счет"  
20.00 Т/с "Уидина"  
20.50 "Топтыжкины сказки"  
21.05 "День"  
22.05 Т/с "Идеальная пара"  
23.35 "Спортивный калейдоскоп"  
00.05 Боевик "Человек с заснеженной реки".(Австралия)  
01.45 Д/ф "Острова безмолвия. Приговоренные умереть"

- 16.05 Т/с "Идеальная пара"  
17.30 "Ералаш"  
18.00 Т/с "Евлампия Романова"  
19.30 "Без посредников"  
19.45 "Крик"  
20.00 Т/с "Уидина"  
21.00 "Топтыжкины сказки"  
21.15 "День"  
22.05 Т/с "Идеальная пара"  
23.35 Х/ф "Городские легенды 2".(США)  
01.15 Д/ф "Острова безмолвия. Исповедь палача"

17 января, среда

1 Канал

- 05.00, 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 - Новости  
05.05 "Доброе утро!"  
09.20 "Малахов +"  
10.20 Т/с "Вечный зов"  
11.20 "Детективы"  
12.20 "Лолита.Без комплексов"  
13.20 "Понять.Простить"  
14.00 Другие новости  
14.30 "Контрольная закупка"  
15.20 "Вне закона".Потерянный след"  
16.00 Т/с "Любовь как любовь"  
17.00 "Федеральный судья"  
18.00 Вечерние новости  
18.20 Т/с "Пять минут до метро"  
19.10 "Пусть говорят"  
20.00 Т/с "Сестры по крови"  
21.00 "Время"  
21.30 Т/с "За все тебя благодарю"  
22.30 "Жизнь на чужие деньги"  
23.30 Ночные новости  
23.50 "Шалынная звезда И.Аллегровой"  
00.40 Х/ф "Сент-Андре"  
02.50, 03.05 Комедия "Любовное гнездышко"

**Читайте в следующем номере:**  
Заметь главное! Купайтесь на здоровье! Добавят ли здоровья наследство крещенская вода и... национальный проект?  
Достали! Представляем новую рубрику.  
КЛАДовка. Полезные советы для всей семьи.  
Программа телепередач.

Россия

- 05.00 "Доброе утро, Россия!"  
08.45 Д/ф "Во всем прошу винить Битлз"  
09.45, 13.45 "Вести. Дежурная часть"  
10.00 Т/с "Вызов"  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 "Вести"  
11.30, 14.20, 16.40, 20.45 "Местное время. Вести - Югория"  
11.50 Т/с "Вызов"  
12.50 "Частная жизнь"  
14.40 "Суд идет"  
16.00 "Кулагин и партнеры"  
17.15 Т/с "Обреченная стать звездой"  
18.15 Т/с "Ангел-хранитель"  
19.00 Т/с "Волница"  
21.05 "Спокойной ночи, малыши!"  
21.15 Т/с "Двое из ларца"  
23.15 Д/ф "Третьяковка. Загадки века"  
00.15 "Вести +"  
00.35 Х/ф "Один и без оружия"  
02.10 "Горячая десятка"  
03.05 "Дорожный патруль"  
03.20 Т/с "Закон и порядок".(США)  
04.05 Т/с "Война в доме".(США)  
04.30 Канал "Европлюс"

Культура

- Профилактика  
10.00, 19.30, 23.30 "Новости культуры"  
10.20 "В главной роли..."  
10.35, 01.50, 02.50 Программа передач  
10.45 Д/ф "Ныряние с китами".(Великобритания)  
11.15 Х/ф "Юность гения"  
12.45 М/с "Картофелины и драконы".(Франция - Канада)  
13.10 Ток-шоу "Апокриф"  
13.50 Д/ф "Неизвестный Савва Кулиш: трезы о земле и небе"

- 14.35 Х/ф "Мы веселы, счастливы, талантливы!"  
16.05 "Театральная летопись".М. Козаков. Глава 2  
16.35 М/ф "Осыминошки"  
16.45 Т/с "Прессыровщики", 6 с. "Новый аттракцион"  
17.15 Д/ф "Погружение на Галапагосах".(Великобритания)

- 17.45 "Порядок слов"  
17.50 "Петербург: время и место".Портрет фотографа  
18.20 "Вечер вальсов"  
19.00 "Ночью полет"  
19.55 Д/с "Чудесная планета", 6 с. "Земля людей".(Япония - Канада - Франция)

- 20.50 "Русский Леонардо"  
21.20 Д/ф "Мировые сокровища культуры".Баку. В стране огня".(Германия)  
21.35 Д/ф "Империя Королева".Фильм 4. "Орбита Бабакина"  
22.10 Д/ф "Современники века".Фотография бездыны"

- 23.50 Х/ф "Великолепные Эмберсоны", 2 с.(США)  
01.15 "Русский день рождения Анны Жирардо"  
01.55 Д/с "Чудесная планета", 6 с. "Земля людей".(Япония - Канада - Франция)

ТНТ

- Профилактика  
16.00 Голые стены  
17.00, 21.00, 23.45, 01.15 "Дом 2."  
18.00, 18.30 Т/с "Счастливы вместе"  
19.00 Такси  
20.00 Правила съема  
22.00 Комедия "Первый удар".(США - Гонконг)  
00.50, 04.10 "Ночные игры"  
02.10 Комедия "Синий воротничок".(США)



## Программа передач

10.00 "Необычно, но факт"  
 11.00, 18.00, 18.30 Т/с "Счастливы вместе"  
 12.00 М/с "Даша-следопыт"  
 12.30 М/с "Настоящие монстры"  
 13.00 М/с "Как говорит Джинджер"  
 13.30, 19.00 Такси  
 4.05 Деньги на проводе  
 5.00 М/ф "Грибок-теремок"  
 5.15 Комедия "Первый удар".(США - Гонконг)  
 7.00, 21.00, 00.20, 01.55 "Дом 2."  
 20.00 Клуб бывших жен  
 22.00 Комедия "Шанхайские рыцари".(США)  
 01.25 04.55 "Ночные игры"  
 02.50 Комедия "Джонни-зубочистка".(Италия)

## Югра

06.30, 13.00, 17.00, 19.00, 23.00 - "Новости"  
 07.00 "С 7 до 9"  
 09.10 "Уроки тетушки Соры"  
 09.15 Т/с "Маугли"  
 09.35 "Детский мир"  
 10.05 Т/с "Уидина"  
 11.00 "Смехопанорама"  
 11.30 Фильм-детям "Самая плохая ведьма"  
 12.05 Х/ф "Ландыш серебристый"  
 13.30 Д/ф "Острова безмолвия. Приговоренные умереть"  
 14.30 Телемагазин  
 15.00 "Зеркало, зеркало 1"  
 15.30 "Вектор жизни"  
 16.05 Т/с "Идеальная пара"  
 17.30 Ток-шоу "Траектория"  
 18.00 Т/с "Евгения Романова"  
 19.30 "О первого лица"  
 20.00 Т/с "Уидина"  
 21.00 "Топтыжкины сказки"  
 21.15 "День"  
 22.05 Т/с "Идеальная пара"  
 23.35 Х/ф "Нибелунги".Фильм 2. (Германия)  
 01.05 Д/ф "Частный рубенс за 100 миллионов"

## 19 января, пятница

1 Канал  
 05.00, 09.00, 12.00, 15.00 - Новости  
 05.05 "Доброе утро!"  
 09.20 "Малахов +"  
 10.20 Т/с "Вечный зов"  
 11.20 "Детективы"

12.20 "Политика.Без комплексов"

13.20 "Понять.Простить"

14.00 Другие новости

14.30 "Контрольная закупка"

15.20 "Все закона". "Отлетая мошенница"

16.00 Т/с "Любовь как любовь"

17.00 "Федеральный судья"

18.00 Вечерние новости

18.20 "Пусть говорят"

19.00 Теленгра "Поле чудес"

20.00 Т/с "Сестры по крови"

21.00 "Время"

21.25 "Розыгрыши"

22.30 "Легенды "Ретро FM"

01.30 Комедия "Неверный"

03.20 Триллер "Ошибочное мнение"

04.50 Д/ф "Защитить от пули"

## Россия

05.00 "Доброе утро, Россия!"  
 08.45 "Мой серебряный шар. Алла Демидова"  
 09.45 "Мусульмане"  
 10.00 Т/с "Двое из ларца"  
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 "Вести"  
 11.30, 14.20, 17.20, 20.45 "Местное время. Вести - Югория"  
 11.50 Т/с "Двое из ларца"

## Ха

13.00 "Городок"

13.30 "Вся Россия"

13.45, 16.40, 19.40 "Вести. Дежурная часть"

14.40 "Суд идет"

16.00 "Кулагин и партнеры"

17.40 Т/с "Обреченная стать звездой"

18.40 Т/с "Ангел-хранитель"

21.05 "Спокойной ночи, малыши!"

21.15 Театр Е.Петровича "Кровное зеркало"

22.30 Х/ф "Ахиллесова пита"

02.20 Комедия "Быстрый обмен".(США)

04.10 "Дорожный патруль"

04.25 Т/с "Закон и порядок".(США)

05.10 Канал "Европьюс"

## Культура

06.30 Канал "Европьюс"  
 10.00, 19.30, 23.30 "Новости культуры"  
 10.20, 01.50, 02.50 Программа передач  
 10.30 "Лето Господне". "Святое Богоявление. Крещение Господне"

11.00 Х/ф "Актриса"

12.25 М/с "Картофелины и драконы".(Франция - Канада)

12.55 "Реальная фантастика"

13.10 "Культурная революция"

14.05 "Странствия музыканта"

14.35 Х/ф "На исходе лета"

15.45 Т/ф "Монрепо"

16.05 "Театральная летопись".М. Козаков. Глава 4

16.30 М/ф "Кубик"

16.40 "В музей - без поводка"

16.50 Х/ф "У лукоморья"

17.20 Телевикторина "За семью печатями"

17.50 "Разночтения"

18.20 "Тринадцать плюс..."

19.00 "Смехоностальтия"

19.55, 01.55 "Сфера"

20.35 Д/ф "Тонигардио.Священная гора". (Германия)

20.55 Х/ф "Чествование".(Канада)

23.00 Д/с "Силуэты времени", 13 с."Зонтики и сапоги".(Франция)

23.55 "Кто там...". В.Верника

00.20 "Большие"

01.15 "Все это джаз". Концерт трио К. Баррона

02.35 М/ф "Обратная сторона Луны"

05.45, 19.30, 00.00 Москва: инструкция по применению

06.10 Т/с "Любовь и тайны Сансет Бич"

## ТНТ

07.00 "Глобальные новости"  
 07.05 М/с "Ракетная мышь"  
 07.30 М/с "Дикая семейства Ториберри"  
 07.55 М/с "Новая жизнь Рокко"  
 08.20 Наши песни  
 09.00 Т/с "Замуж за миллиона"

10.00 "Правила съема"

12.00 М/с "Даша-следопыт"

12.30 М/с "Настоящие монстры"

13.00 М/с "Как говорит Джинджер"

13.30, 19.00 Такси

14.05 Деньги на проводе

14.35 Комедия "Шанхайские рыцари".(США)

17.00, 21.00, 23.30, 01.00 "Дом 2."

20.00 "Необычно, но факт".Секретные материалы

22.00 "Комеди Клаб"

23.00 М/с "Сумасшедшие за стеклом, или Мультреалист", 2 с

00.35, 03.50 "Ночные игры"

02.00 Комедия "Шматрица: загрузка".(США)

04.50 Настоящий мужчина

## Югра

09.30, 18.00 Т/с "Саша + Маша"  
 10.00 Д/ф "Хит-парад дикой природы". "Покорители мира"  
 11.00 Комедия "Между ангелом и бесом".(Франция)  
 13.30, 19.30 Т/с "Женская лига"  
 14.00 "Школа ремонта". "Газетный бум"  
 15.00 Няня спешит на помощь  
 16.00 Клуб бывших жен  
 17.00, 21.00, 00.00, 01.20 "Дом 2."

19.00 Такси

20.00 Звезды против караоке

22.00 "Комеди Клаб". "Музыка"

23.00 М/с "Сумасшедшие за стеклом, или Мультреалист", 2 с

23.30 "Секс" с А.Чеховой

00.40, 04.55 "Ночные игры"

02.20 Т/с "Семейка Аддамс"

02.50 Комедия "Между ангелом и бесом".(Франция)

05.55 Настоящий мужчина

## Югра

07.30, 20.00 - "Новости"

08.05 Д/ф "Большие вещи"

09.00 "Угадай мелодию"

09.45 "Северный дом"

10.15 "Уроки тетушки Соры"

10.30 "Детский мир"

11.00 Т/с "Когда сердца бьются в такт".(США)

11.30 "Югра в лицах. Школьная жизнь - моя жизнь"

12.00 "Женское любопытство"

12.30 Телемагазин

13.00 Драма "Лидер"

14.30 "Возвращение домой"

15.10 "Вектор жизни"

15.40 "Горячий возраст"

## Культура

06.30 Канал "Европьюс"

10.00, 01.50, 02.50 Программа передач

10.10 "Капучино"

10.40 Х/ф "Вам не спится"

12.10 "Легенды мирового кино". Ж. Багарт

12.40 Музыкальный кинотеатр

12.55 М/ф: "Аленский цветочек", "Высокая горка"

14.00 Д/ф "Маши-музтины" (Великобритания)

15.00 "Что делать?"

15.45 "Эпизоды". Л. Полония

16.30 Х/ф "Бес садовеной"

18.00, 01.55 Д/ф "Принцесса фантазии", 2 с.(США)

18.45 П.И.Чайковский. Балет "Спящая красавица".

21.50 "Дом актера". "Наш первый директор Михаил Иванович Жаров"

22.30 Х/ф "Ной - белая корона" (Испания - Германия - Великобритания - Дания)

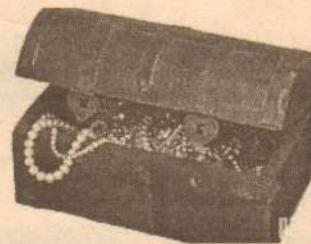
00.15 "Прогулки по Брайтону"

00.45 Д/ф "Легенда джаза.Лун Армстронг"

01.40 М/



# КЛАДовка



## Советы для мужчин:

Кувшин со следами вина, датированного V веком до н. э., был обнаружен в одном из горных районов Ирана. На дне кувшина обнаружили винный камень и канифоль, которая, как предполагают, использовалась против образования уксусной кислоты. Значит, традиции употребления спиртного более чем древние. Не стоит удивляться, поэтому нашей привычке сразу после слова «привет» спрашивать: «Выпьешь что-нибудь?» Традиции надо уважать.

А что, если на утро после обильного новогоднего застолья болит голова, а она, как правило, болит...

Доковыляйте до холодильника и сделайте себе чудодейственный коктейль: рюмка водки, несколько ложек сметаны, ложка меда, кусочек льда, все это перемешивается и медленно пьется. Проверьте, результат не заставит себя долго ждать.

Если перед сном вы хоть что-нибудь еще соображаете, то можно оставить с ночи открытую бутылку пива в холодильнике, при этом пиво выдыхается, а утром вам просто надо будет облегчить свои страдания, не спеша, выпив его. Классический способ опохмела — «100 грамм водки» — действительно, серьезно может помочь, но только тогда, когда это будет только 100 грамм водки и ни миллиграмма больше. Расхожая фраза про то, что неправильный опохмел приводит к очередному пьянству, не так и далека от правды. Не стоит забывать об этом.

Если же вам настолько плохо, что ничего алкогольного и видеть не можете, то есть и безалкогольный способ снятия похмелья. Необходимо просто натолочь немного семян укропа, развести их водой и заварить. Принимать желательно такой эликсир маленькими глотками и в горячем виде.

И, наконец, самое главное, если не хотите похмелья — пейте в меру. А на вопрос: «Ты меня уважаешь?» не всегда можно отвечать опрокинутым стаканом!

## Ты опять пьешь?

- Я не пью, я борюсь с похмельем...

## Советы для женщин:

Так уж у нас принято — российские праздники, Новый год, Рождество, это всегда обильное застолье. Какой же русский откажется от «оливье», курицы с картошкой, холода, селедки под шубой и праздничного общения??!

При этом научно доказано, что в компании мы, как и перед телевизором, поглощаем больше еды, чем съели бы в одиночку. Это пресловутое «за компанию» лишает нас всякого контроля. В результате — переедание, негативно сказывающееся на обмене веществ в организме, приводит к лишней складке в области талии у мужчин и к «галифе» на бёдрах у женщин. После очередного гастрономического отрыва мы с грустью рассматриваем свои недостатки в зеркале и садимся на жёсткую диету, отказывая себе во всём. Как же разумно вернуть утраченную фигуру, при этом, не навредив самому себе?

Однодневная разгрузка даст организму передохнуть, нормализует деятельность сердечно-сосудистой, пищеварительной и нервной систем.

• В течение дня съешьте 1,5 кг сырых или печёных несладких яблок либо 1,2 кг овощей (капуста, помидоры, редис, морковь, салат, огурцы) и выпейте полтора стакана

несладкого чая.

• Распределите на три-пять приемов 400 г обезжиренного творога и два стакана тепло-кипяченого молока.

• Разбейте на пять приемов 300-400 г отварной рыбы без соли (или постного мяса) и три стакана чая.

Минеральная вода, в состав которой входят калий и натрий, взбодрит, очистит организм от шлаков и токсинов. Лучше, если она будет без газа.

Пейте ее как можно больше: она восполнит дефицит калия и натрия, предупредит обезвоживание организма, устранит расстройство пищеварения из-за обилия токсичных веществ в кишечнике.

Травяной отвар избавит от изжоги, отрыжки, тяжести в желудке, вздутия живота. Смешайте в равных пропорциях цветки липы, листья мяты, кукурузные рёльца, корень валерианы и солодки, цветы ромашки и укропное семя. Одну столовую ложку смеси залейте стаканом кипятка, поставьте на тихий огонь на пять-семь минут. Процедите отвар и пейте по столовой ложке три-пять раз в день.

Чай быстро приведет в чувство после обильных алкогольных возлияний, окажет антистрессовое воздействие (снимет депрессию, апатию).

Заварите крепкий чай (две чайные ложки на стакан кипятка), половину заварки разбавьте горячим молоком, подсластите и выпейте маленькими глоточками.

### Садимся на конфетную диету.

Скорее, выпивая на работе чашку чая с конфетами, мы не будем думать о том, сколько калорий и граммов лишнего веса принесёт нам такое баловство. Мало того, мы будем сознавать, что таким образом заботимся о своём здоровье.

Работники научно-исследовательского института кондитерской промышленности заняты разработкой специальных сладостей, которые будут способствовать очищению организма. В основном очищающие конфеты будут на основе пралине.

Разработчики вводят в состав конфет специальные пищевые волокна, которые сами не перевариваются, но связывают накопившиеся вредные вещества и выводят их из организма. В качестве таких адсорбентов обычно используют свекловичный пектин, получающийся после переработки сахарной свёклы. Он практически не влияет на вкусовые качества пралине, зато способствует выведению многих вредных веществ, в том числе тяжёлых металлов и радионуклидов.

Кондитерские фабрики уже приступили к производству первых образцов этого лакомства.

### Анекдот от ведущей рубрики Полины Изиметовой



- Будьте добры, таблетки для похудания.  
- Извините, девушка, но я же пять минут назад продала вам десять упаковок.  
- Я не наелась.

## О детях:

Для детей новогодние праздники — это настоящий обедающий всевозможными сладостями. И всё это непременно оборачивается красными щеками и различными кожными высыпаниями.

Избавиться от них поможет народное средство, применяемое для лечения диатеза:

Взять свежие сырье яйца, сварить вкрутую, остудить и очистить. Из яичной скорлупы тщательно удалить выстилающую ее пленку и просушить скорлупу 2-3 часа в естественных условиях (но не на солнце и не в духовке). В форфоровой ступке измельчить скорлупу в пудру (не в мелкий порошок!).

Ребенку от 6 месяцев до 1 года дается количество, умещающееся на кончике ножа, от 1 года до 2 лет — в 2 раза больше, в 5-7 лет — до 1/2 скорлупы.

Перед тем как дать ребенку пудру из скорлупы, в нее нужно выдавить из лимона несколько капель сока: ребенку до года — 3-5 капель, до двух лет — соответственно больше сока и т.д.

Свежий лимонный сок нельзя заменять ни консервированным, ни, тем более, лимонной кислотой. Добавление лимонного сока вызывает химическую реакцию, в результате которой содержащиеся в скорлупе вещества переходят в формы, легко усваиваемые организмом.

Указанную норму нужно давать по одному разу в день в течение 2-3 и более месяцев. Постепенно диатез перестанет появляться даже на те продукты, которые раньше вызывали его непременно. Способ безвреден. Его можно применять и при других аллергических заболеваниях и не только детям, но и взрослым. Измельченную скорлупу можно заготавливать впрок.

Аллергия на куриные яйца и цитрусовые не является противопоказанием для применения этого способа лечения.

## Детский зодиакальный гороскоп

### Козерог (22 декабря-20 января)

Малыши-Козероги похожи на маленьких взрослых. Они серьёзно и планомерно осваивают окружающий мир. Их трудно рассмешить. Из-за плохо развитого чувства юмора, они всё время бывают напряжены. Самое главное — научить маленького Козерога расслабляться, смеяться создать вокруг него теплую и жизнерадостную атмосферу.

Ребёнок — Козерог любит одиночество, ему не нравятся большие шумные компании, поэтому не стоит заставлять его принимать гостей илиходить в гости, если ему этого не хочется. Одного — двух друзей им бывает достаточно.

Иногда эти дети развиваются медленнее, чем остальные, зато у них никогда не бывает проблем с дисциплиной. Все Козероги продвигаются по жизни маленькими методичными шагами и рано или поздно приходят к успеху... (продолжение следует)

### Анекдот от Винни-Пуха

Подарил Пятачок Винни-Пуху на день рождения сотовый телефон.

— Вот, Винни, тебе подарок — сотовый телефон!

— Ну, спасибо дружище!

На следующий день Винни-Пух встречает Пятачка.

— Что ты мне вчера на день рождения подарил???

— С-с-о-ото-овый т-

телефон...

— Я вчера 3 часа ковырялся, весь телефон сломал — нет ни сот,

ни мёда!



## Именны



11 января

Иван, Марк, Маркел, Фаддей

12 января

Анисия, Макар

13 января

Мелания, Пётр

14 января

Александр, Василий, Платон

15 января

Ульяна, Серафим, Сильвестр

16 января

Мелания, Гордей

17 января

Артём, Афанасий, Климент,

Родион, Степан, Трофим,

Феоктист, Филипп

18 января

Аполлинария, Григорий

## Уважаемые

### жители

города Лянтор!



**Искренне рады поздравить вас с Новым 2007 годом! От души желаем вам всего самого хорошего!**

**Оставим все горести и проблемы в прошлом. Пусть новый 2007 год принесет много радостей и отличного настроения. Счастливого Нового года!**

**Коллектив АНО ГТРК «ЛянторИнформ»**



**Р РАДИО ЮГРА-Лянтор**

**101.5 FM**

РЕКЛАМА НА РАДИО:  
21-888, 21-702

## Ты опять пьешь?

- Я не пью, я борюсь с похмельем...



Продолжается обустройство сквера в шестом микрорайоне. Перед новогодними каникулами к радости местной ребятни там установили детский городок. Игровую

площадку приобрели на сэкономленные бюджетные средства. В целом же инициативу устроить уголок Лянтора проявили местные предприниматели. На месте этого пустыря разбили дорожки, поставили лавочки, провели освещение. Теперь, появлением городка, это излюбленное место игр детишкам. Полное благоустройства должно завершиться весной: на территории сквера высажут деревья и разобьют цветочные клумбы.

Официально утверждена символика Лянтора. Изображение медведя на фоне восходящего солнца — так выглядит герб нашего города. В декабре 2006 года его утвердили в геральдическом совете Санкт-Петербурга. Об этом в программе «Актуальное интервью» телерадиокомпании «Лянторинформ» рассказал глава Лянтора Сергей Махиня.

Л

# ФИННИШ

## АВАНГАРД СУРГУТСКОГО РАЙОНА ЖИВЕТ В ЛЯНТОРЕ



Бронзовые призеры первенства ХМАО-Югры по баскетболу (юноши 1993 г. р.)

Сегодня в городской ДЮСШа работают шесть отделений. Это 38 групп. Юношеский спорт развивается по таким видам как футбол, волейбол, баскетбол, лыжные гонки, бокс и стрельба из лука. В 2006 году воспитанники школы приняли участие в 133 соревнованиях. При этом показали отличные результаты. Об итогах работы рассказывает директор муниципального учреждения дополнительного образования детей «Детская юношеская спортивная школа» г. Лянтора Владимир Путинцев.

- Владимир Константинович, с какими итогами завершили 2006 год?

- Мы провели достаточно много спортивно-массовых мероприятий местного масштаба, включая в этот список и юбилейную XX спартакиаду среди общеобразовательных школ г. Лянтора. Это волейбол, лыжные гонки, баскетбол, мини-футбол, шахматы, настольный теннис и легкоатлетический кросс.

Кроме этого, мы участвовали и во всероссийских соревнованиях. Конечно, надо отметить отделение бокса. Здесь работают тренеры - мастера своего дела. Под руководством старшего тренера - преподавателя Владимира Потлова и тренеров по боксу Игоря Фабера и Константина Жигаева впервые в истории юношеского спорта в Сургутском районе воспитанник ДЮСШ Артём Недоступенко выполнил норматив кандидата в мастера спорта. Если говорить в общем, то на отделении бокса в 2006 году появилось два серебряных призёра России Артём Недоступенко и Денис Качалов, и трое завоевали бронзу всё те же Артём Недоступенко, Денис Качалов и Амирхан Пашиев, Сайпуддин Баяджиев, Арслан Хасаев.

- Стремительно сегодня в Лянторе развивается такой вид спорта как стрельба из лука. Наверное, в большей степени, это зависит от плодотворной работы мастера спорта СССР Светланы Швецовой?

- Да, это на самом деле так. Ребята вместе с тренером стали выездными и результат, сами понимаете, не заставил себя ждать. Иван Прежеников и Ильмир Валиуллин выполнили норматив первого взрослого разряда. И уже в последних числах декабря на чемпионате Свердловской области Ильмир Валиуллин стал серебряным призёром, и выполнил норматив КМС. То есть, если говорить в численном эквиваленте об ито-

гах воспитанников детской спортивной школы, то это 2 кандидата в мастера спорта и четверо человек удостоены первого взрослого разряда

Должное надо отдать и лыжникам. Денис Пявка и Антон Свотин также стали перворазрядниками. Это, довольно-таки, ощущимый результат. Лейсан Валиуллина стала чемпионкой спортивных игр «Москва-Югра» по лыжным гонкам и биатлону. Успешно выступает спортсменка, занимающаяся у Александра Назарова - Екатерина Сазонова. Сегодня она входит в сборную Югры.

Говоря о тренерско-преподавательском составе, скажу, что в ДЮСШа Лянтора он сильный. Это тренеры первой, второй категории. Из них четверо имеют звание «Отличник физической культуры и спорта России». Один является «Заслуженным деятелем физкультуры и спорта ХМАО-Югры».

- Отдельно вопрос о юных футболистах. В городе три тренера - Андрей Чичиланов, Владимир и Алексей Кошановы. У каждого свой подход к мальчишкам. Ребята все без исключения с удовольствием идут в «Юность», чтобы, как говорят в народе, попинать мяч.

- Все тренеры делают свою работу отлично. Вот уже на протяжении четырёх лет мы выступаем в зональном первенстве России в составе сборной Сургутского района. Как правило, большинство спортсменов в команде составляют лянторцы. Во время зимних каникул воспитанники Алексея Кошанова играют в очередном туре зонального первенства Урала и Сибири в п. Солнечный.

Кстати, ребята Алексея Кошанова, стали финалистами первенства России по мини-футболу. Выиграли бронзу зонального первенства России и юноши 1990-91 годов рождения. А спортсмены 1991-92 годов рождения заняли третье место в первенстве Югры.

Воспитанники другого не менее известного футбольного тренера Андрея Чичиланова являются победителями окружных соревнований на приз клуба «Кожаный мяч». Под началом этого тренера выросло немало перспективных спортсменов. Сергей Соковин сейчас играет в составе дублирующей команды МФК г. Тюмени (Суперлига).

А подопечные Владимира Кошанова, юноши 1989-90 годов рождения – бронзовые призёры зонального первенства России по мини-футболу. Отрадно констатировать и тот факт, что именно лянторские футболисты не единожды признавались лучшими игроками

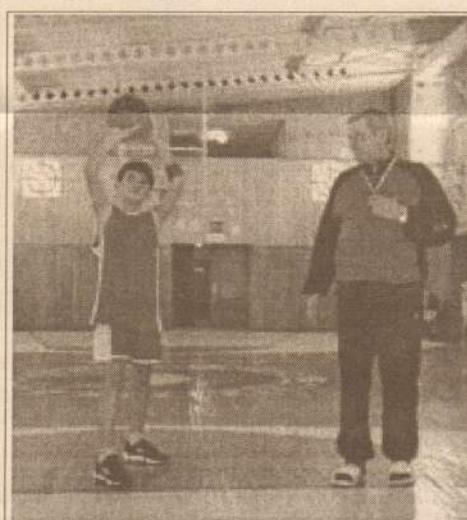
состязаний различного масштаба.

- Давайте поговорим о волейболе и баскетболе. Как здесь складываются дела?

- В волейболе у нас несколько скромнее успехи. Но в то же время надо отметить, что наша Ирина Макаренко входит в основной состав сборной Ханты-Мансийского округа по 1993-94 годам. Она уже участвовала в первенстве России. Ирина была названа лучшим волейбольным игроком в открытом первенстве Сургутской СДЮСШОР «Аверс». Именно здесь воспитанницы Александра Макаренко завоевали золото. Сейчас на отделении волейбола у нас работает три тренера. И я думаю, что через год мы будем вновь добывать определённые успехи в этом виде спорта.

У баскетболистов главным событием года стал II городской фестиваль «Мини-баскет». Участие в нём приняли более 300 учащихся школ Лянтора. Он становится уже популярным не только в городе. Мы планируем сделать его открытым. Хотим, чтобы со всего Сургутского района приезжали к нам юные поклонники баскетбола. К тому же, в данном мероприятии активное участие принимают спонсоры – меценаты, благодаря которым состязания по-настоящему становятся праздником спорта.

А в первенстве округа лянторские юноши 1993 г. р. заняли третье место. Тренируются ребята у Сергея Шумцова. Его воспитанница Дарья Корепанова приглашена в баскетбольную школу г. Уфы.



Старший тренер-преподаватель отделения баскетбола ДЮСШ г. Лянтора С. Л. Шумцов со своим наставником

- Что Вы можете сказать о лыжных гонках и биатлоне? Известна их огромная популярность в Югре. А как эти виды развиваются в Лянторе?

- Здесь стоит отметить тренера Александра Назарова и его подопечных. Лейсан Валиуллина, к примеру, стала чемпионкой спортивных игр «Москва-Югра». А Екатерина Сазонова показала шестой результат на всероссийских соревнованиях по биатлону на призы олимпийских чемпионов Юрия Кашкарова и Евгения Редькина. Кстати, Екатерина входит в состав сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа.

- В 2006 году вы поменяли своего куратора. Теперь деятельность детской юношеской спортивной школы находится под эгидой управления молодёжной политики, физической культуры и спорта администрации Сургутского района. Какие-то изменения почувствовали?

- Мы находим неплохое взаимопонимание с новыми нашими кураторами. Если взять 2007 год, то нам пошли на встречу, видя наши успехи и результаты, которые мы показываем. В связи с этим финансирование спортивной школы было увеличено. Это немаловажно. Поскольку у нас много детей выезжает на соревнования.

К тому же заложены средства и на освещение в средствах массовой информации самых значимых стартов. Для нас это является, одним из главных пунктов нашей работы. Поскольку пропаганда спорта и здорового образа жизни положительно влияет на сознание детей.

Здесь я хочу сказать, что в этом направлении мы продолжаем активно сотрудничать с городской телерадиокомпанией «ЛянторИнформ». Многолетний опыт работы показывает: когда дети видят себя, когда слышат, что о них говорят, это придаёт им уверенности. Плюс ко всему, в секции приходят новые мальчишки и девочки.

Главное, нужно быть более мобильным, чем когда-либо. Уметь в непростой экономической ситуации, найти пути решения и делать всё возможное, чтобы детский спорт в Лянторе развивался.

- Медленно, но верно мы подбрались и к планам нового 2007 года!

- Да, мы продолжаем Спартакиаду школьников. Участвуем в открытом первенстве СДЮСШОР г. Сургута по мини-футболу, в зональном первенстве Урала и Сибири. Боксёры-победители примут участие в первенстве Российской студенческой ассоциации. У нас уже в январе запланировано 18 мероприятий.

В завершении, хочу выразить благодарность всем директорам городских школ за понимание развития спорта в городе. Отметить бы хотел наших постоянных лидеров, как в городе, так и в Сургутском районе. Это средняя общеобразовательная школа № 3, которая на протяжении многих лет является чемпионом и призёром городских и районных спартакиад учащихся.

Активно помогают нам депутаты от Лянтора, работающие в составе Думы Сургутского района Владимир Кокоровец, Раудат Кульманбетов и Григорий Киликди. Сергей Дубровин из своего депутатского фонда по Думе Тюменской области помог приобрести 60 комплектов футбольной формы. Всегда откликаются на помощь такие предприятия как СУМР-3 и Лянторское ДРСУ.

Надеюсь, что в 2007 году наши ребята порадуют нас более высокими достижениями!

### Лянторские лыжники к сезону готовы!

В Лянторе состоялось открытие зимнего сезона. Соревнования проходили на лыжной базе «Снежинка». Участие в лыжных гонках приняли 46 спортсменов из ДЮСШ г. Лянтора, филиала СДЮСШОР Сургутского района и п. Белый Яр.

Среди девочек и мальчиков 1995-97 г. р. на дистанции 500 м классическим ходом отличились Эллина Калимуллина (1 место), Радик Гайфуллин и Наталья Кузнецова (2 место), Матвей Спектаренко и Екатерина Сафарова (3 место).

В возрастной группе 1993-94 г. р. на километровой дистанции успех городу принесли Иван Ергея (1 место) и Альбина Нургалиева (2 место).

На 3 км у юношей 1991-92 г. р. Денис Пявка и Артём Иванов завоевали серебро и бронзу соответственно.

### Так держать, боксёры!

Денис Качалов – бронзовый призёр Первенства России по боксу среди юношей 1991-92 г. р. Это произошло в г. Тверь. В весовой категории Дениса (70 кг) состязались 15 боксёров из Ленинградского, Московского, Южного, Уральского, Сибирского, Дальневосточного и Волжского федеральных округов. Денис Качалов представлял Ханты-Мансийский автономный округ.

Сайпуддин Баяджиев и Арслан Хасаев в составе сборной Сургутского района стали призёрами первенства Югры по боксу среди юношей 1991-92 г. р., прошедшем в г. Советский. Тренируют ребят преподаватели детской юношеской спортивной школы г. Лянтора Владимир Потлов и Игорь Фабер.

Елена Первухина  
Фото Вугара Алиева

безответственности загорелся жилой дом в первом микрорайоне Лянтора.

Грамоту из рук главы района получила Лянторская школница.

Ученицу шестой школы Ксению Курбатову наградили грамотой «Человека, чьего не теряет». Ученицу шестой школы Ксению Курбатову наградили грамотой «Человека, чьего не теряет». На мероприятии в области культуры. Это произошло на главной площади города. Состоялась в культурно-досуговом центре «Премьер» п. Фёдоров.



# Интересная информация

## Расценки на изготовление политической рекламы

- Рекламный ролик (с формата D-9)	от 17 000 руб.
- Документальный фильм	от 25 000 руб.
- Актуальное интервью	от 25 000 руб.
- Коммерческий информационный сюжет	
в программе «Городские вести» (до 2-х минут)	от 15 000 руб.
<b>ШРИФТОВОЙ РОЛИК (РОЛЛ-ТИТРЫ)</b>	
- стоимость за 1 слово	65 руб.
- озвучивание	1500 руб.
- спецэффекты	1500 руб.
- оригинальный текст	1500 руб.
- оригинальная музыка	1500 руб.
<b>Ролик-заставка</b>	от 6 000 руб.
<b>АДАПТАЦИЯ</b>	
- Наложение титров	от 1500 руб.
- Озвучивание	от 1500 руб.
- Оригинальный текст	от 1500 руб.
- Оригинальная музыка	1500 руб.
- Перемонтаж	3000 руб.
<b>БЕГУЩАЯ СТРОКА</b> на канале ТНТ (цены указаны в рублях, за 1 слово)	
- будни	60 руб.
- выходной	65 руб.
«Информационный курьер» (цена за 1 слово)	30 руб.
<b>ПРОКАТ</b> рекламных роликов (цены указаны в рублях за 1 сек.)	
На канале ТНТ:	
- Рекламный ролик производства ГТРК «ЛянторИнформ»	300 руб.
- Рекламный ролик производства не ГТРК «ЛянторИнформ»	600 руб.
На канале ГТРК «ЛянторИнформ»:	
- Рекламный ролик производства ГТРК «ЛянторИнформ»	250 руб.
- Рекламный ролик производства не ГТРК «ЛянторИнформ»	500 руб.
<b>ПРОКАТ</b> документальных фильмов и программ (цены указаны в рублях за 1 мин.)	
- производства ГТРК «ЛянторИнформ»	150 руб.
- производства не ГТРК «ЛянторИнформ»	300 руб.
<b>СЪМКИ НА ЗАКАЗ</b> (1 минута эфирного времени)	2000 руб.
<b>Копирование и перезапись</b>	
- до 1,5 минут	300 руб.
- до 3 минут	500 руб.

### За изменения стандартов бегущей строки:

- шрифта - 10% от стоимости общей суммы;
- цветности - 10% от стоимости общей суммы;
- приостановка (текст не более 3-х слов) - 10% от стоимости общей суммы;
- срочность - 50% от стоимости общей суммы.

На все виды услуг добавляется налог на добавленную стоимость (НДС) 18 %



## БЕСПЛАТНЫЙ КУПОН

на объявления в «Лянторской газете»

телефоны: 21-702; 21-888

адрес: ул. Салавата –Юлаева 13.



### Знаменательные даты

#### 11 января

День Сургутского района.

В 1878 году в этот день состоялись Торжественные похороны русского поэта Н.А. НЕКРАСОВА.

В 1911 году в Черном море в шторм затонул русский пароход «Русь», 172 человека погибли.

В 1917 году на территории России создан первый заповедник - Баргузинский. С

1997 года отмечается как День заповедников.

В 1922 году в Канаде впервые в мире для лечения диабета применен инсулин.

В 1943 году во время Второй мировой войны Советские войска освободили от фашистов город Пятигорск, Железноводск, Минеральные Воды.

В 2000 году во время инвентаризации коллекции крупнейшей в мире Венской Национальной библиотеки ученые обнаружили фрагмент рукописи апостола Павла, созданной около 2 тыс. лет назад.

Газета «Лянторская газета» выходит с 11 января 2007 года.

Учредитель и издатель: АНО ГТРК «ЛянторИнформ»

• те От<sup>и</sup> наличи с авто. обилях. Новы ГИБДД Алексей Комаре

ОАО «Нефтеюганская ти- грудной клетки, прист- свободная. Тираж 999.

• специальное кресло, или подушка, поверхность рекламируется.

Директор Наталья Тимофеева. Редактор Ирина Тыщенко. Журналисты: Полина Изиметова, Елена Первухина, Ирина Камартдинова.

Фотокорреспондент Вугар Алиев.

Художественный редактор Елена Колесник. Оператор вёрстки Елена Колесник.

Адрес редакции и издания 628449, г. Лянтор, ул. Салавата Юлаева, 13.

Тел: 2-17-02, 2-18-88.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов. Рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются.