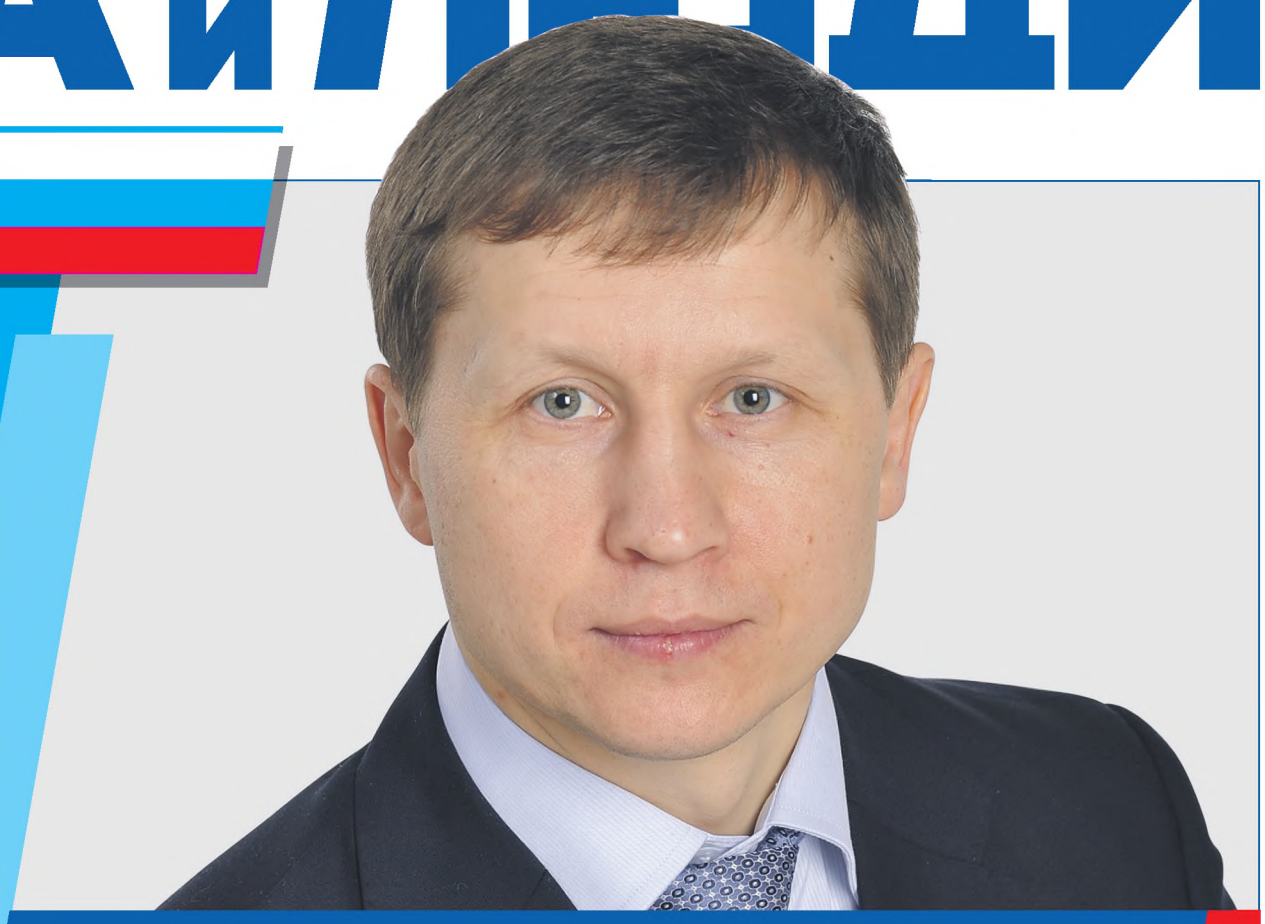
ДЕЛА и ЛЮДИ

СОВЕТ ДЕПУТАТОВ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

ОТЧЕТ О РАБОТЕ ЗА 2021 ГОД



АЛЕКСАНДР БЕСТУЖЕВ | ОКРУГ №22

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

НАКАЗОВ СТАНОВИТСЯ БОЛЬШЕ, ПОТОМУ ЧТО ЖИТЕЛИ ВИДЯТ РЕЗУЛЬТАТ!

Минувший год оказался непростым для всех, в том числе и для городских депутатов. Свои коррективы в развитие города и жизнь общества внесла пандемия коронавируса. И все же, несмотря на возникшие проблемы, благодаря поддержке неравнодушных граждан многие планы удалось успешно реализовать, рассказал депутат Совета депутатов города Новосибирска Александр Бестужев.

Качество работ по благоустройству принимается совместно с жителями

ВОПРЕКИ ПАНДЕМИИ

Александр Владимирович, минувший год впервые полностью прошел в условиях антиковидных ограничений. Как это отразилось в вашей работе на округе?

Безусловно, пандемия оказала влияние на все сферы нашей жизни, заставила искать новые форматы работы. К примеру, школы были переведены на дистанционное обучение, а в спортивном клубе «Успех», президентом которого я являюсь, мы столкнулись с тем, что нельзя проводить тренировки с детьми. Пришлось разрабатывать специальные программы, осваивать новые методики общения через интернет и в режиме онлайн проводить занятия с ребятами.

Коснулась пандемия и работы депутатов горсовета, особенно в первый, наиболее острый период. После указов нашего президента и губернатора были введены ограничения по проведению массовых мероприятий, народных гуляний. Праздники, которые у нас традиционно проводились на протяжении многих лет, такие как Новый год, Масленица, а также спортивные мероприятия, которые мы организовывали на призы фонда «Общее дело» и призы депутатов, к сожалению, были отменены.

Пришлось искать новые формы работы и общественных приемных. В частности, мы стали проводить встречи через онлайн-трансляции. Люди задавали вопросы, на которые получали ответы от приглашенных специалистов или лично от меня, если вопрос был адресован мне. Вот в таком режиме работали весь 2021 год.

Сегодня мы уже проводим встречи с жителями, но не в таком количестве, как хотелось бы. Все мероприятия проходят с соблюдением ограничительных мер: масочный режим, перчатки, дистанция, начали больше проводить мероприятий на улице. Это и занятия скандинавской ходьбой, и новый проект «Выходные со спортом».

Впрочем, в таком положении дел есть и некоторые плюсы. Например, мы выяснили, что раньше не в полной мере использовали интернет-ресурсы. Считали, что люди старшего возраста не слишком умеют пользоваться интернетом. А оказалось, что очень даже умеют, и в условиях ограничений это позволяет наладить прямую связь с большим числом горожан.

НЕОБХОДИМЫ НОВЫЕ ПРОГРАММЫ

Одной из основ работы депутата является исполнение наказов. Что удалось выполнить в прошлом году и что планируется сделать в перспективе?

Жители с каждым годом становятся все активнее, и в этом созыве я получил наказов намного больше, чем в предыдущем. Вспоминаю, когда я стал депутатом в 2010 году, люди только-только начинали вовлекаться в этот процесс. И еще не верили, что наказы работают и что желание горожан установить, например, детскую площадку во дворе может реализоваться. Но когда мы за пять лет практически все наказы выполнили, то люди убедились, что этот инструмент работает. И в 2015 году наказов было уже гораздо больше.

Так же активно мы принимали от жителей наказы и в эту выборную компанию. После оформления наказов идет работа с департаментами мэрии по их финансированию. При этом каждое пожелание жителей по улучшению жизни в районе мы аргументированно отстаиваем.

К сожалению, возможности городского бюджета сильно ограничены, хотелось бы, чтобы он стал больше, тогда и средств будет выделяться больше. Будем в этом направлении работать с депутатами Государственной Думы.

Среди выполненных наказов хочу выделить ремонт спортивного зала в школе №63, с ним была очень большая проблема. Теперь, при том что школы на моем округе в основном достаточно старые, спортивные залы в них на сегодня приведены в нормативное состояние.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 2

Капитально отремонтированный спортзал школы №63

ЛИЧНОЕ ДЕЛО

БЕСТУЖЕВ АЛЕКСАНДР ВЛАДИМИРОВИЧ

Родился 2 сентября 1974 года в г. Павлодаре.

В 1982 году семья переехала в город Новосибирск. Окончив 8 классов, поступил в ПТУ №17, получил среднее специальное образование. Работал на заводе «Сиблитмаш».

В 2004 году окончил Сибирский университет потребительской кооперации, получил специальность «Экономист-менеджер».

С 2009 года по 2012 год директор Новосибирского городского общественного фонда поддержки социальных инициатив «Общее дело».

С 2012 года — президент новосибирской региональной организации «Спортивно-профессиональный клуб Успех».

С сентября 2009 года — депутат Новосибирского областного Совета депутатов.

С марта 2010 года — депутат Совета депутатов города Новосибирска.

Мастер спорта международного класса.

Семейное положение: женат, воспитывает двоих детей.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

РАЙОНУ НУЖНЫ НОВЫЕ ШКОЛЫ И ПОЛИКЛИНИКИ

НАЧАЛО НА СТР. 1

Стала острее проблема с местами в школах. В некоторых пять лет назад было по 500 детей, а сейчас по 1000, а то и по 1500 школьников там занимается, наши учебные заведения работают на пределе. Нужно строить дополнительные школы, возводить пристройки. Депутатский корпус нашего района доказал исполнительной власти необходимость решения проблемы перезагруженности школ. Школу №217 сдали год назад, и в этом году начнут строить две новых школы. Нужно приводить в порядок школьные стадионы. Это тоже дополнительные расходы из бюджета города, где опять-таки, я считаю, нам нужны государственные программы и поддержка. Пример – приняли областную программу «Школьное окно», и благодаря этому практически все школы получили современные пластиковые энергосберегающие окна.

«Территория детства» — партийная программа «Единой России» дала возможность в сотнях дворов установить новые качественные детские и спортивные площадки. Причем жители сами выбирают, какая площадка им нужна, в каком месте, с какими элементами.

Подобные программы необходимы, и я убежден, что город и область должны совместно работать в этом направлении.

Площадка по программе «Территория детства» (ул. Зорге, 87)

НА ОКРУГЕ И В ГОРСОВЕТЕ

Другой важной частью работы депутата является прием граждан. С какими вопросами и проблемами чаще всего обращаются жители?

С чем приходят люди? В основном с житейскими вопросами. Например, некоторые пивные магазины переоформились в кафе, у них появилась возможность торговать практически круглосуточно, продавать спиртное на розлив. И ко мне не раз приходили жители, которые жалуются на шум, мусор, беспорядок. Мы ищем пути решения этой проблемы с Кировской администрацией и с департаментами мэрии.

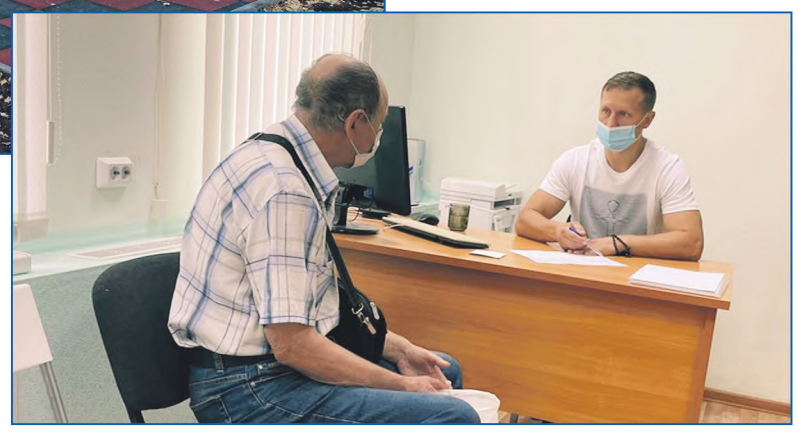
Много обращений по поводу здоровья, люди просят помочь с приобретением лекарств, с возможностью попасть на прием к узкому специалисту, получить лечение. В этом вопросе мы тесно взаимодействуем с Комплексным центром социального обслуживания населения района.

Даже если какой-то вопрос от жителей не входит напрямую в мои депутатские полномочия, я беру его «на карандаш» и нахожу тех, кто за этот вопрос отвечает.

Вы являетесь заместителем председателя постоянной комиссии по городскому хозяйству и членом постоянной комиссии по градостроительству. Какие вопросы были рассмотрены на заседаниях этих комиссий в 2021 году?

Все вопросы основываются на наказах и обращениях жителей. Возьмем пример — в наказе написано «благоустройство внутриквартальной территории». На территории многоквартирных домов и жилмассивов туда входит расширение дорог, обустройство парковочного пространства, асфальтирование. А в частном секторе до недавнего времени значилась только отсыпка щебнем или гравием. И лишь благодаря настойчивости депутатов была создана комплексная программа по частному сектору, по которой будут конкретно выделяться средства на развитие территории.

Другой вопрос, который мы по обращениям жителей рассмотрели в прошлом году, — это проблема бездомных животных, в частности собак. Сегодня их отлавливают, стерилизуют и пускают опять в ту среду обитания, где они уже жили. Но это небезопасно. Были случаи, когда собаки нападали на детей и взрослых, даже стаями. Мы через комиссию по городскому хозяйству добились того, что будут выделены деньги на строительство специальных приютов, где эти животные будут содержаться.



Приемы жителей проводятся регулярно

Все хозяйственные вопросы, которые касаются благоустройства нашего города, активно обсуждаются на комиссиях. И мэрия города Новосибирска идет навстречу депутатам и предложениям, которые поступают от них. Надеюсь, что и в этом году работа будет идти слаженно.

Благодаря настойчивости и аргументированной позиции депутатов района удалось добиться того, в Кировском районе будут построены две поликлиники.

Напомним, строительством семи амбулаторий в Новосибирске на условиях государственно-частного партнерства будет заниматься «Седьмая концессионная компания», входящая в группу «ВИС». Госэкспертиза уже вынесла положительное заключение по проектам четырех поликлиник: №№2, 7, 22 и 27. Среди них – здание мощностью от 658 посещений в сутки, его начнут возводить на ул. Виктора Уса, как только будут выданы разрешения на строительство. Концессионер уже подготовил площадку к началу работ: расчистил от мусора и установил ограждение, сообщает пресс-служба группы «ВИС».

Проект поликлиники на ул. Виктора Уса

СРЕДСТВА НА ОБРАЩЕНИЯ ГРАЖДАН В 2021 ГОДУ

ОРГАНИЗАЦИЯ	ВЫПОЛНЕННЫЕ РАБОТЫ
СП «Пламя»	Приобретены оргтехника, бытовая техника, диктофон и мебель
МБОУ СОШ №182	Проведено изготовление стендов для музея имени 46-го гвардейского Таманского Краснознаменского ордера Суворова III степени женского авиационного полка легких ночных бомбардировщиков
МКДОУ детский сад №172	Проведена замена деревянных блоков на окна ПВХ
МБУ «Центр «Молодежный» Кировского района	Субсидия на организацию поездки делегации молодежи на «Безымянную высоту 224,1»
	Субсидия на проведение экскурсий для жителей округа и коллективов образовательных учреждений и волонтеров
МБУ «КЦСОН Кировского района»	Субсидия на оказание адресной помощи малообеспеченным гражданам
МБУ ДО города Новосибирска «Хоровая детская музыкальная школа №19»	Субсидия на приобретение музыкального инструмента
Художественная школа «Снегири»	Субсидия на приобретение оргтехники
МКД Зорге, 139	Субсидия на обустройство придомовой территории

2021 г. НАКАЗЫ, ВЫПОЛНЕННЫЕ ПОЛНОСТЬЮ ИЛИ ЧАСТИЧНО

- Спил аварийных деревьев и санитарная обрезка деревьев на прилегающей территории дома по адресам: ул. Зорге, №№13, 59, 77, 93, 93/1, 105, 151.
- Строительство дорожки к остановочному пункту общественного транспорта «Училище» между домами по ул. Зорге, 15, 17.
- Санитарная обрезка деревьев и спил аварийных деревьев во дворе дома по ул. Зорге, 9, и у контейнерной площадки.
- Строительство пешеходной дорожки за домом по ул. Зорге, 75, вдоль проезжей части.
- Спил аварийных деревьев на придомовой территории дома №69 со стороны дома №5 по ул. Громова.
- Спил и обрезка аварийных деревьев у остановочного павильона общественного транспорта «Училища».
- Демонтаж старых игровых форм и установка детского городка, лавочек 7 штук с безопасным резиновым покрытием во дворе дома по ул. Зорге, 129/2.
- Обустройство пешеходной дорожки за домом по адресу ул. Петухова, 118, от СП «Пламя» до библиотеки им. Макаренко с ответвлением дорожки к д/с №436.
- Санитарная обрезка деревьев и спил аварийных во дворе дома по ул. Петухова, 110.
- Строительство пешеходной дорожки от торцов домов по ул. Петухова, 114 и 116, за домом №118 к входу библиотеки им. Макаренко.
- Капитальный ремонт придомового проезда с оборудованием парковочного кармана и строительством ливневой канализацией на территории дома по ул. Петухова, 118.
- Капремонт с расширением пешеходной дорожки от торца дома по ул. Петухова, 118 до межквартальной дороги
- Ремонт межквартального проезда с устройством ливневой канализации по адресу: ул. Петухова, №118.
- Строительство тротуара напротив дома по ул. Петухова, 124, вдоль дороги от ТЦП до ворот детского сада №505.
- Установка детского городка на придомовой территории по адресу ул. Сибиряков-Гвардейцев, 64, (с искусственным покрытием и спортивными элементами).
- Замена деревянных оконных блоков в количестве 2 штук и перегородок между лестничными маршами, между групповыми ячейками и коридорами (4 штуки) в детском саду №402.
- Установка безопасного покрытия на детской игровой площадке во дворе дома №129/2 по ул. Зорге.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ПРОБКИ – ПРОБЛЕМА №1

ДОРОГИ, КОТОРЫЕ НАС ОКРУЖАЮТ

По инициативе депутатов Заксобрания и горсовета была создана рабочая группа, которая проверяет качество ремонта дорог. Расскажите, каким образом ведется контроль, были ли случаи забраковки выполненных работ и возвращение подрядчику на доработку.

В этом созыве я возглавил рабочую группу по контролю за качеством дорог, и мы практически все лето с депутатами объезжали участки, где проводилось благоустройство. И выяснилось, что основная проблема даже не в качестве — оно как раз оказалось хорошим. К тому же существуют гарантийные сроки, и если где-то находилась трещина или некачественный асфальт, то мы приглашали независимую экспертизу, делали вырубку асфальта, проводили лабораторные исследования и подрядчик без всяких разговоров исправлял свои недочеты.

Сегодня, на самом деле, главная проблема — отведение воды. Это касается не только Кировского района, а всего города. У нас нет ливневой системы, которая позволила бы стекать воде в городские ливневки и спокойно уходить. И когда мы выезжали на территории, жители иной раз говорили: «У нас новая дорога, но когда дождь пройдет, мы не можем пройти, нас затапливает, у нас озеро образуется. И воде нужно примерно три дня, чтобы она куда-то ушла». А по нормативам вода должна уйти в течение одного-двух часов после дождя. Про это мы уже не раз говорили, и мэр города проблему знает. Здесь нужна комплексная программа и речь идет не о миллиарде рублей, а о гораздо большем финансировании. Нужно комплексное благоустройство, значит, при ремонте и строительстве дорог нужно предусматривать и деньги для системы отвода воды.

Насколько активно ваш округ представлен в национальных проектах «Комфортная городская среда» и «Безопасные и качественные дороги»?

В этих программах мы участвуем каждый год, на какой-то территории обязательно выполняются работы по этим программам. Я хочу сказать большое спасибо жителям, которые поддерживают программу «Комфортная городская среда», не боятся в ней участвовать и помогают сделать наши дворы красивее и удобнее для жизни.

В рамках программы «Безопасные качественные дороги» в минувшем году были выполнены очень масштабные работы: отремонтированы автодороги от площади Кирова до площади Ефремова и от площади Кирова до Хилокского рынка, обустроен выделенный путь для трамвайного движения на этих участках, построены «островки безопасности» на остановках, где раньше их не было. Только при участии городского бюджета выполнить такие объемы благоустройства вряд ли бы удалось.

ЗАДАЧИ НА ПЕРСПЕКТИВУ

Кировский район — один из самых динамично развивающихся районов города, какие задачи в связи с этим предстоит решать в ближайшие годы?

На сегодня проблема №1 – это пробки. Причем этот вопрос мы поднимаем уже давно, создавали рабочие группы при правительстве, разрабатывались проекты по решению «транспортной» проблемы, но пока кардинальных изменений нет, а ситуация ухудшается. Ведется очень плотное строительство нового жилья на Затулинке, в Южно-Чемском жилмассиве, Просторном. Зачастую новостройки находятся уже на примыкании с областью, с Новосибирским районом, к примеру ЖК «Фламинго», «Березки». А ведь люди, которые туда въезжают, начинают пользоваться уже имеющимися школами, поликлиникой и, конечно, дорогами. Машины сегодня практически в каждой семье. Плюс через наш район движется транзитный транспорт с Советского шоссе. В результате в часы пик мы встаем в пробки. Некоторые жители говорят, что им на работу приходится выезжать за два с половиной часа.

Поэтому нужно развивать наземный транспорт. «Городскую электричку», трамваи. В Кировском районе можно наладить очень хорошее трамвайное движение, с выделенными полосами, с четким графиком движения. Это все реально, и время заняться этим вплотную уже подошло.

На днях я встречался со специалистами мэрии, и они согласились, что нам следует обсудить все назревшие вопросы с областью. Чтобы можно было строить дополнительные развязки, новые выезды, дополнительную объездную дорогу вокруг Затулинки.

В одиночку эти задачи депутату не решить, надо объединить усилия области и города, чтобы развитие Кировского района проходило комплексно. Чтобы люди, которые покупают здесь жилье, могли отвести ребенка в детский садик, в школу, имели возможность сходить в поликлинику и не стоять там в очередях. Чтобы могли спокойно уехать на работу. Чтобы жили полноценной, комфортной жизнью.

Каждый год для украшения дворов жителям выдают бесплатно цветы и саженцы

В ДРУЖБЕ СО СПОРТОМ

Известно, что вы любите спорт, занимаетесь единоборствами, являетесь президентом СПК «Успех», мастером спорта международного класса по карате. А что на округе делается для создания условий для занятий спортом, а также для того, чтобы люди могли вести здоровый образ жизни?

Озеленение Затулинки — выдача сосен

Как только в городе возникает какое-то спортивное движение или начинание — кировчане всегда в первых рядах.

Прежде всего, это организация мест для занятий спортом и физкультурой на улице, уголки со спортивными элементами во дворах, крытые спортивные комплексы — катки, такие как на Зорге, 107. Большую площадку с турниками, брусьями и другими элементами для занятий гимнастикой мы установили на аллее по улице Петухова. Причем, когда устанавливали, были некоторые сомнения — а будет ли она востребована, не возникнет ли случаев вандализма? Но время показало, что мы переживали зря. Этим тренажерам уже почти десять лет, а они по-прежнему в хорошем состоянии, туда приходит заниматься и молодежь, и пожилые люди. Рядом мы установили также детскую площадку, чтобы ребятишкам было интересно здесь заниматься. На округе организованы спортивные мероприятия по стритболу, футболу. Занятия по скандинавской ходьбе, дыхательной гимнастике, ОФП для пожилых людей. Проект «Здоровье и долголетие — Успешный возраст».

Хочу особо отметить — впервые в нынешнем году на площади Кирова, возле здания администрации района, был организован шикарный каток с бесплатным входом, с освещением, прокатом коньков, местом, где можно переобуться. Хочу выразить благодарность главе администрации Андрею Владимировичу Выходцеву, который помог в этом вопросе.

Надеемся, что и наш дисперсный парк, который продлится также на аллею по ул. Петухова, позволит дополнительно развивать зоны для занятия спортом. Есть очень большое желание сделать здесь пешеходные дорожки или прогулочные зоны для наших «скандинавцев».

Хочу обратиться к жителям района с призывом — давайте жить активно, вести здоровый образ жизни, больше находиться на улице. На днях мы презентовали новый проект «Выходные со спортом», который будут представлять знаменитые спортсмены, в том числе и олимпийские чемпионы. Это очень большой стимул для жителей, когда их кумиры проводят на улице зарядку.

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ЖИТЕЛЕЙ

Насколько тесно вы взаимодействуете с представителями ТОС, со старшими по домам, просто с активными жителями? Помогают ли они в вашей депутатской работе?

Они не только наши главные помощники, но инициаторы и движущая сила всех изменений на округе. В Совете депутатов решаются общегородские вопросы, а о том, что нужно сделать на конкретных придомовых территориях, могут сказать только сами жители. Все вопросы поступают от них. Они к нам приходят, а дальше мы вместе реализуем их надежды и планы. Это люди, которым небезразлично, где и в каких условиях они проживают. И я хочу сказать нашим активным горожанам: огромное человеческое спасибо и дай вам Бог здоровья!

СПОРТ

НАСТРОЙ — НА ПОБЕДУ!

Кировский район давно снискал славу одного из самых спортивных в городе. Здесь и площадок для занятий различными видами спорта хватает, и соревнования проводятся систематически. Депутат Александр Бестужев считает поддержку спортивных мероприятий одним из приоритетов своей деятельности.

В сентябре 2021 года впервые прошел турнир по стритболу среди школьных команд Кировского района на кубок фонда «Общее дело». Более 10 команд из школ Кировского района на площадке школы №182 приняли участие в борьбе за медали и кубки, которые разыгрывали в двух категориях: юноши и девушки.

Стритбол — это разновидность баскетбола, от обычной игры данный вид спорта отличается количеством игроков на поле — их трое, а также зоной игры — половиной баскетбольного игрового поля.

Соревнования по стритболу на призы фонда «Общее дело»

В результате упорной и захватывающей борьбы первое место заняла команда гимназии №7, второе — лицея №176, третье — школы №108. В категории юноши первыми стали ребята из школы №41, вторыми — школы №196, третьими — лицея №176.

Турнир планируется сделать ежегодным.

Не менее значимыми, интересными и по-спортивному азартными получились и соревнования по баскетболу. Один из них — ежегодный турнир по баскетболу «1+3+1», проводится уже в шестой раз. Организовали этот турнир и по сей день его проводят учителя физкультуры школы №182 Сергей Александрович Самойленко и школы №217 Евгений Олегович Решетов при поддержке депутатского корпуса Кировского района. Традиционно в нем участвуют ребята из разных школ города.

Еще один турнир по баскетболу называется «3+2», он тоже является традиционным и проводится на базе гимназии №7 «Сибирская» и школы №182. Участие в соревнованиях приняли смешанные школьные команды (трое юношей и две девушки на площадке).

Депутат Александр Бестужев выражает благодарность тренерам за подготовку команд, а участникам — за спортивный азарт и отличную игру.

АДАПТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ — ЗДОРОВЫЙ ОРГАНИЗМ

С годами люди, увы, не молодеют. Однако существуют методики, которые позволяют улучшить самочувствие, усилить физическую выносливость и настроиться на позитивное восприятие жизни. Один из таких способов — занятия дыхательной гимнастикой, которые проводятся в Кировском районе города при поддержке депутата Совета депутатов Александра Бестужева.

Уроки дыхательной гимнастики способны не только раскрыть двигательные возможности организма, улучшить его состояние, но и получить возможность регулировать важнейшие физические параметры, гармонизировать личность в целом.

В основе занятий, которые проводит по своей методике оздоровления Ольга Григорьевна Кречетова, основаны на восточных системах Ниши и Су-джок.

Первый — это комплекс оздоровительных упражнений, включающий также правильное питание и образ жизни, который вырабатывает привычку жить согласно законам природы.

Су-джок-терапия — это способ проработки рефлекторных точек кистей и стоп, позволяющий восстановить функции организма, предупредить развитие серьезных заболеваний и даже оказать скорую помощь человеку, чье здоровье находится под угрозой.

«Занятия адаптивной гимнастикой позволяют нормализовать дыхание, улучшить сердечную деятельность и кровообращение, повысить или понизить давление, стабилизируют нервную систему, — поясняет Ольга Григорьевна Кречетова. — Депутат Александр Бестужев выделил нам место для занятий — в спортивном комплексе на ул. Зорге, 107, и теперь два раза в неделю мы проводим там упражнения для пожилых людей».

Ольга Григорьевна со спортом дружит всю жизнь. Занималась и участвовала в крупных соревнованиях по спортивной гимнастике, плаванию, лыжам. Вот уже много лет проводит занятия по дыхательной гимнастике.

По словам тренера, система предусматривает не только физическое, но и духовное развитие. А еще один положительный показатель самочувствия, который возникает у людей после занятий, — бодрость, прилив сил и прекрасное настроение.

Занятия оздоровительной гимнастикой организованы на нескольких площадках (на фото — занятия на ул. Зорге, 107)

ВЫХОДНЫЕ СО СПОРТОМ

НА ЗАРЯДКУ с чемпионами — становись!

Новый проект «Выходные со спортом!» стартовал сразу на пяти площадках Кировского района, в том числе на аллее Петухова. «Фишка» мероприятия в том, что проводить занятия физкультурой для жителей района будут именитые спортсмены.

Каждый раз жителей, которые придут на зарядку, ожидает знакомство с новыми видами спорта и чемпионами, причем не только из нашего района, но и из города и области.

Самую первую зарядку провел мастер спорта по карате, семикратный чемпион России среди взрослых, капитан сборной России по каратэ и сборной Новосибирской области Александр Щербань.

Несмотря на бодрящий морозец, желающих заняться физкультурой на свежем воздухе собралось приличное количество, особенно порадовало, что было много родителей с детьми.

«Александр Щербань провел разминку и показал несколько элементов карате, я тоже с радостью принял участие. Все присутствующие зарядились положительными эмоциями, — говорит депутат горсовета Александр Бестужев. — Мы живем в Сибири, зима у нас по семь месяцев в году. И если не выходить на улицу и не вести активной жизни, то нас не только пандемия будет одолевать, но и другие заболевания».

Зарядку проводит Олимпийский чемпион, депутат Заксобрания НСО Евгений Подгорный

«Выходные со спортом!», организованные при поддержке фонда «Общее дело», планируется проводить каждую субботу. Приходите сами, приводите семью, друзей! Будем укреплять иммунитет и повышать настроение вместе!

Площадки для занятий на Затулинке

Аллея Петухова (напротив Кировского универмага, ул. Петухова, 76)

Ул. Зорге, 219 (рядом с хоккейной коробкой МАУ «Стадион»)

Время занятий — КАЖДУЮ СУББОТУ (при температуре не ниже -20°) **в 12:00**

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

С палочками — в поход за здоровьем

Какая бы ни стояла погода на улице, существует вариант не пропустить день без физических упражнений. Достаточно взять в руки палочки и заняться спортивной или, как ее еще называют, скандинавской ходьбой.

Сегодня увидеть на улице человека с палочками — уже привычное явление. Прелесть этого вида спорта в том, что им могут заниматься люди абсолютно любого возраста.

Скандинавская ходьба набирает популярность с каждым годом. Особенно активно этот вид спорта развивается в Кировском районе, в том числе благодаря поддержке депутатов всех уровней.

На первый взгляд может показаться, что в этом нет особых энергетических затрат. Но на самом деле стоит попробовать походить, и любой человек чувствует, как включается все тело. Это чем-то пересекается с лыжами, но в более щадящем режиме. При этом каждый выбирает нагрузку по своему самочувствию, по своей подготовке.

«Это очень полезное направление, где задействованы все группы мышц, — акцентирует депутат Совета депутатов Александр Бестужев. — Скандинавская ходьба хорошо подходит для пожилых людей. Вместе с тем сегодня она все больше начинает привлекать и молодежь, потому что при увеличении нагрузки развиваются важные функциональные качества. Скандинавская ходьба — это не только возможность получить заряд бодрости и позитива, когда исчезает одышка, нормализуется давление. Зачастую она становится еще и поводом для общения, когда спортивное увлечение помогает найти новых знакомых и друзей».

Скандинавская ходьба началась в Кировском районе по инициативе депутатов и стала общегородским увлечением

Юные кировчане приблизили Новый год

В преддверии самого волшебного праздника — Нового года в Кировском районе состоялся конкурс «Елочная игрушка своими руками», организованный при поддержке депутата Совета депутатов г. Новосибирска Александра Бестужева.

Развитие детского творчества особенно важно в наше время, считает депутат. Когда многие публичные мероприятия приостановлены из-за ковидных ограничений, важно дать детям возможность не сидеть без дела, а проявлять фантазию, что-то мастерить, развивать творческие способности.

Конкурс «Елочная игрушка своими руками» был проведен в онлайн-режиме, и ребят, захотевших приблизить наступающий праздник и сделать свою игрушку, оказалось очень много. Почти три сотни разных, очень интересных и невероятно красивых игрушек сделали молодые кировчане! Здесь были и елочки, и сказочные персонажи, и, конечно же, символ 2022 года — Тигр. Так что выбрать победителей было непросто.

«Мы определили 25 ребят, которые получили призы, а абсолютно всем участникам были вручены дипломы, — отмечает депутат Александр Бестужев. — При этом все конкурсанты проявили в своих работах фантазию и выдумку. В результате получились оригинальные, симпатичные и забавные игрушки. Я еще раз от всего сердца хочу поздравить наших победителей! Огромное спасибо всем за старание и креативность!»

В наступившем году планируется организовать еще больше конкурсов и игр.

Общественная приемная депутата Александра Бестужева:

ул. Петухова, 68

тел.: 342-79-87
факс: 342 96 02

okrug.nsk-22@yandex.ru

Выпуск подготовлен: ООО «Пресс-служба». Директор и главный редактор Я. Н. Самохин. **Адрес издателя и редакции:** 630102, г. Новосибирск, ул. Большевистская, 43. Телефон редакции 8 (383) 266-35-84. Газета «НДН», регистрационное свидетельство ПИ № ТУ54-00881 от 03 декабря 2018 г., выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по СФО. **Газета отпечатана:** АО «Прайм Принт Новосибирск», 630105, г. Новосибирск, ул. Линейная, 114/1. Время подписания в печать по графику: 18.00, фактически 17.02.2022, 18.00. Тираж выпуска: 15 000 экземпляров. 16+