

# пятница

газета городского большинства

16+

Читайте свежий номер на сайте газетпятница.рф

Администрация города Перми



## На том берегу

В Перми открыта обновлённая набережная Камы в Кировском районе ▶ **стр. 2**

• неделя — в фактах



museumperm.ru

В пермском Музее-диораме, который зимой периодически закрывается из-за низкой температуры в помещениях, установят газовую котельную. На работы по проектированию системы отопления и установке теплового пункта выделено 4,5 млн руб. Ожидается, что контракт будет исполнен до конца текущего года.

суббота



Администрация города Перми

На Липовой Горе завершено строительство сетей наружного освещения общей протяжённостью 688 м. Работы были проведены по обращениям местных жителей. Теперь в микрорайоне появилось освещение тротуара, ведущего к железнодорожной станции. Это повысило комфорт и безопасность проживающих там пермяков.

воскресенье



Администрация города Перми

До 30 июня пермяки могут выбрать названия для трёх экологических парков в долине реки Егоши и одного участка у Данилихи. Сейчас они обустройстваются в рамках проекта «Зелёное кольцо». Проголосовать можно двумя способами: на портале «Госуслуги», а также на официальном сайте администрации Перми.

понедельник



Константин Долгановский

К 80-летию Победы, которое будет отмечаться в 2025 году, обновят Музей пермской артиллерии. Ранее объект был передан на баланс краеведческого музея. В ходе ремонта планируется заменить асфальт, установить ливневую канализацию, обновить навигацию уличной экспозиции и смонтировать подсветку.

вторник



Константин Долгановский

На площади Гайдара начались подготовительные работы к строительству транспортной развязки. Реализации проекта будет мешать арт-объект «Пермские ворота». Из-за большого износа переносу он не подлежит, поэтому было принято решение разобрать его и утилизировать. Автор арт-объекта против этого не возражает.

среда



Архив ИД «Компаньон»

В Пермском крае вернули запрет на трудоустройство мигрантов в качестве водителей автобусов. Это связано с тем, что среди иностранных граждан такая работа оказалась не востребована. На данный момент в регионе также действуют ограничения для лиц без российского гражданства на работу водителями такси.

четверг

Ещё больше новостей — на сайте газетпятница.рф

пятница

# На том берегу

В день празднования 301-летия Перми у многих жителей сбылась одна общая на всех мечта — в нашем городе появились две благоустроенные набережные. Вслед за комфортным и многофункциональным местом отдыха на левом берегу преобразилась прибрежная зона в Кировском районе. Благодаря этому Пермь стала единственным в стране городом на Каме, в котором по обе стороны реки оборудованы современные, удобные и красивые пространства для прогулок, встреч с друзьями, занятий спортом и любимого времяпрепровождения.

Назвать Кировский район городской окраиной теперь совсем не получается. Многие туристы, приезжающие в Пермь на круизных теплоходах, с удивлением узнают, что это не другой благоустроенный город, а всё та же столица Прикамья, которая одинаково комфортна и красива как на левом, так и на правом берегу Камы. Обновлённая набережная Закамска ничуть не уступает по своему наполнению и внешнему виду той, что расположена в центре.

## Капитальный подход

Капитальный ремонт прибрежной территории в Кировском районе на протяжённом участке от ул. Чистопольской до ул. Шишкина начался в 2022 году. Перед выходом первой строительной техники была проведена большая подготовительная работа. Городские власти опросили местных жителей на предмет того, что бы они хотели видеть у берега реки. На основе пожеланий пермяков был составлен дизайн-

проект набережной с разным наполнением.

Сам ремонт стартовал с работ по берегоукреплению. Подрядная организация ООО «ТехДорГрупп» приступила к ним в начале весны. До прихода большой воды строители выполнили демонтаж старых плит, подготовили основание под заливку склона прочным монолитным бетоном на площади около 15 тыс. кв. м. Это было сделано для предупреждения разрушений и затоплений берега реки, а также позволило защитить береговую линию от агрессивного воздействия волн, течения и льда.

## Масштабное преобразование

В ходе реконструкции были обновлены лестничные спуски, парапет, обустроен променад с разными типами покрытий и два спуска-пандуса для доступа маломобильных групп населения. Кроме того, через территорию набережной был организован удобный маршрут для транзитного велосипедного движения — в об-

ход мест массового пребывания людей и тихих зон.

В обновлённом пространстве также разместились малые архитектурные формы, подчёркивающие уникальность и дух места: скамьи, кресла и высокие уличные стулья. Проектом также было разработано функциональное зонирование. В рамках капитального ремонта на набережной обустроили зону проведения культурно-массовых мероприятий, детское игровое пространство, зону отдыха (прогулочные дорожки, смотровые балконы) и зону для занятий спортом.

Отдельное внимание было уделено территории вокруг Дворца культуры им. С. М. Кирова. Парковочное пространство вокруг стало организованным, восстановлен газон, посажены деревья и кустарники. Площадь озеленения составила более 45 тыс. кв. м.

## Большой праздник

В честь открытия обновлённой набережной 12 июня состоялся большой празд-



Администрация города Перми

ник. Концертную часть праздничного дня наполнили выступления коллективов учреждения культуры «ПермьКонцерт» и Дворца культуры имени С. М. Кирова. Глава Перми Эдуард Соснин поздравил жителей Кировского района с открытием места отдыха.

«Праздничное настроение царит сегодня во всех районах города, но для Кировского района это особенный праздник — мы открываем обновлённую набережную на правом берегу Камы. Я от всей души поздравляю вас с этим знаковым событием. Мы постарались сделать так, чтобы облик новой набережной гармонично вписался в окружающее пространство.

Набережная получилась очень современной и функциональной — настолько, что теперь берега Камы связывает регулярный водный рейс», — обратил внимание глава города.

Эдуард Соснин отметил, что на набережной в Кировском районе каждый житель вне зависимости от возраста способен найти для себя занятие по душе. Здесь можно неспешно гулять всей семьёй и любоваться видами Камы со смотровых балконов, можно заниматься спортом и совершать пробежки, а для детей оборудована современная игровая площадка.

«Уверен, что новая набережная станет излюбленным местом отдыха для жителей Кировского района и всей Перми», — подчеркнул градоначальник.

## Бонус для центра

Ко Дню города для посещения был также открыт обновлённый участок набережной на левом берегу — от сквера им. Решетникова до Речного вокзала.

В рамках капитального ремонта здесь была проложена дорожно-тропиночная сеть, обустроены тематические площадки и амфитеатр на берегоукреплении, уста-

новлены два модульных туалета. Дополнительно было проведено озеленение сквера, включающее высадку деревьев, кустарников, цветников, устройство сети наружного освещения и видеонаблюдения, установку навесов, лавочек и урн.

Преобразившийся участок набережной украсили 10 новых скульптурных композиций медведей. У каждой из фигур животного — уникальное название, которое отражает одно из наиболее известных достижений или один из символов Прикамья. Например, «Солёные уши», «Пермский балет», «Посикунчики», «Медеплавильное дело и пушечное производство», «Авиадвигателестроение», «Спорт в Перми», «Камма-матушка», «Изобретатель радио», «Диджей» и «Пермь мягче, чем вы думаете».

На этом преобразование берега Камы в Перми не закончено. До конца 2025 года предусмотрено благоустройство ещё одного участка набережной — от торгового центра «Речник» до территории «Мотовилихинских заводов». Его протяжённость составит около 1,34 км. Работы на объекте уже стартовали при поддержке властей Пермского края.

Мария Пермьякова



# Пляжные перспективы

В Перми официально стартовал сезон летнего отдыха у воды

Несмотря на аномально холодный май, вода в Каме успела прогреться до нормативных значений к началу пляжного сезона. Причём, по данным специальных ресурсов, которые отслеживают температуру в реке, буквально за неделю она поднялась с +17,8 °С до +21 °С. А это значит, что пермякам уже смело можно купаться, потому что благоприятной для заплывов в открытых водоёмах считается температура +18... +19 °С. Однако окунуться в воду можно далеко не везде. Санитарная обстановка позволяет сделать это только на трёх пляжах на территории Перми.

Традиционно сезон летнего отдыха у воды стартовал в нашем городе 15 июня. К этому моменту районные власти вместе со специалистами не только привели в порядок площадки у воды, но и проверили береговую полосу на наличие опасных предметов. Речное дно обследовали профессиональные водолазы.

Сделано это было в четырёх официальных местах отдыха Перми. Они расположены на правом берегу Камы в районе Коммунального моста, на территории между ул. Фокинской, ул. Мостовой

и Мотовилихинским прудом, на левом берегу Камы в районе железнодорожной станции КамГЭС и на левом берегу залива реки Сылвы в микрорайоне Новые Ляды.

Подрядная организация, ответственная за подготовку и содержание этих рекреационных зон у воды, очистила территории, вывезла мусор, подрезала кустарники и скосила траву. Были отремонтированы и покрашены малые архитектурные формы — скамейки, урны, теневые навесы, спортивные и игровые площадки. Частично проведён ремонт

оборудования, установлены новые раздевалки, скамейки, заменён песок.

Сегодня на каждом пляже Перми ведётся ежедневная уборка, осуществляется вывоз мусора. Подрядчик занимается обслуживанием мобильных туалетных кабин и охраной имущества.

На прошлой неделе все места массового отдыха у воды прошли комиссионную приёмку. Их готовность оценили надзорные органы и специалисты городской администрации. Особое внимание было уделено проверке Управления Роспотребнадзора по Пермскому краю. Сотрудники ведомства, как всегда, провели лабораторные исследования проб воды и почвы, взятых с пляжей. В результате к началу сезона санитарно-эпидемиологическое соответствие о соответствии санитарным правилам было выдано лишь трём прибреж-

ным зонам у водоёмов в Перми — не соответствует требованиям только площадка в районе акватории Камской ГЭС.

При этом на остальной территории Пермского края санитарное разрешение получил пока только пляж в районе курорта «Усть-Качка». Пробы с остальных десяти обустроенных рекреационных зон ещё проверяются. Речь идёт о трёх пляжах в Добрянском округе: ниже профилактория «Уральская Венеция», у санатория «Демидково» №1 и 2, о четырёх пляжах на Сылве в районе Кунгура (на ул. Воровского, 1 и 10, на ул. Труда и в районе Машзавода), а также о пляжах Осы, Чайковского и на Тимкинском пруду в Гамово.

Состояние воды и почвы в районе всех пляжей, включая те, что не прошли контроль, специалисты Роспотребнадзора планируют

проверять в течение всего сезона. Всего планируется выполнить более 200 лабораторных исследований.

В течение лета территории у городских водоёмов будут также проверять сотрудники полиции совместно с представителями районных администраций. Делать это они будут в неорганизованных местах отдыха. Например, в Индустриальном районе рейды уже проводятся на ул. Архитектора Свизева, 33, ул. 1-й Гириной (большой и малый Андроновские пруды), в деревне Субботино, в СНТ на ул. Оверятской, 20а/9 и на шоссе Космонавтов, 244 у реки Мулянки. В Дзержинском районе регулярные инспекции организованы в заливе Мулянки, в Кировском районе — на берегу Камы. В Орджоникидзевском районе патрулируются камские заливы и берег реки Чусовой. В случае выявления нару-

шителей, которые плавают в местах, где установлены таблички «Купаться запрещено», либо оставляют без присмотра детей, будут выписываться протоколы и административные штрафы.

В организованных местах отдыха при этом дежурят спасатели. Перед началом сезона был собран отряд численностью порядка 50 человек. Все они обеспечены униформой и прошли спецподготовку по спасению утопающих и оказанию первой медицинской помощи. Для обеспечения безопасности в акватории Камы осуществлён спуск на воду спасательного катера «Русбот-65Н». Это позволяет оперативно реагировать в случае происшествий на воде. Он ежедневно курсирует от набережной Кировского района до КамГЭС, в том числе отслеживает обстановку у Коммунального моста.

инфраструктура

Юлия Бояршинова

# Широкие возможности

В общественном транспорте Перми появится новый способ оплаты проезда

**Городские власти придумали, как сделать бескондукторную систему оплаты проезда одновременно более удобной для пассажиров и выгодной для бюджета Перми. По мнению чиновников, этому будут способствовать bluetooth-маячки, которыми оснастят весь парк МУП «Пермгорэлектротранс».**

В департаменте транспорта предупредили пермских пассажиров о том, что в скором времени в трамваях и ряде автобусов города начнётся тестирование оплаты проезда через bluetooth. Предполагается, что площадкой для пилотного проекта выступит транспорт муниципального перевозчика. Для этого на машины будут установлены специальные маячки. В дальнейшем оснащение ими планируется сделать обязательным требованием для всех маршрутов городского транспорта.

«Всё больше пассажиров выбирают оплату проезда через приложение. Это удобно, поскольку исключает необходимость стоять в очереди к валидатору или покупать билет у водителя. Можно сразу сесть на сиденье, отсканировать QR-код или выбрать автобус на карте и оплатить проезд в несколько касаний. Теперь этот процесс станет ещё удобнее — система сама определит автобус или трамвай, в котором находится пассажир, а ему будет доста-

точно лишь подтвердить поездку», — говорит начальник департамента транспорта администрации Перми Анатолий Путин.

В ведомстве также отмечают, что оснащение муниципального транспорта маячками будет бесплатным для бюджета города. Устройства будут предоставлены пермской компанией ООО «ИТ-ЦентрСервис», которая является разработчиком приложения «Транспортная карта Пермь». Предварительная договорённость была достигнута на международном форуме по развитию цифровой трансформации городов «Умный город», который проходил в Перми. О сроках старта пилотного проекта департамент транспорта сообщит отдельно, когда будут проработаны все нюансы эксперимента.

Между тем в городе выявились мошенники, которые пытаются обманым путём получить от жителей деньги, которые они якобы задолжали за проезд в общественном транспорте. О дей-



ствиях злоумышленников в городской дептранс написала одна из пермячек. По её словам, ей постоянно звонят с номера +7-968-990-31-22 и говорят о том, что нужно погасить долги за проезд в размере более 600 руб. При этом сама пассажирка в основном пользуется услугами автобусных маршрутов, где работают кондукторы.

По словам жительницы, о долгах сообщает не человек, а робот, который представляется сотрудником «Гортранса».

«Мы рекомендуем жителям блокировать такие номера и, конечно, не пере-

водить никому средства. Оплата проезда осуществляется непосредственно в трамваях и автобусах», — прокомментировали в департаменте транспорта.

В ведомстве подчеркнули, что ни МКУ «Гортранс», ни департамент транспорта не используют системы автодозвона, поскольку у них нет базы телефонных номеров пассажиров. Дополнительно в мэрии напомнили пассажирам, что штрафы за безбилетный проезд в общественном транспорте Перми приходят на «Госуслуги» после составления акта и протокола.

• транспорт

Евгений Колесников

• технологии

## Цифровая симка

Жители Перми осваивают новый вид сим-карт eSIM, который встраивается в устройство на производстве

Количество абонентов сотовой связи, выбирающих eSIM, за год выросло на 81%. При этом владельцы цифровых сим-карт стали проводить больше времени в интернете и переписываться в мессенджерах. К таким выводам пришли аналитики МегаФона, изучив обезличенные данные абонентов за первые пять месяцев 2024 года.

Встроенную в смартфон eSIM можно использовать как самостоятельную сим-карту или одновременно с пластиковой, чтобы подключить два номера. Наиболее популярна она у абонентов Москвы и Санкт-Петербурга. В этом году в топ-5 по количеству пользователей вошли также Краснодар, Самара и Ростов-на-Дону. Однако жители Перми тоже постепенно осваивают новый вид связи.

Владельцы смартфонов с eSIM стали чаще использовать её для выхода в интернет: за год общее потребление трафика выросло на 11%. Причём активность абонентов заметно увеличилась при просмотре веб-страниц в браузерах и при использовании мессенджеров — на 28% и 23% соответственно. Также абоненты с eSIM начали чаще использовать социальные сети (+16%). В то же время уровень потребления видеоконтента и музыки практически не изменился: этот показатель вырос всего на 2%. В остальных случаях пользователи больше применяют обычную сим-карту.

«Мы видим устойчивый рост спроса на eSIM, поскольку на рынке появляется всё больше устройств с поддержкой этой технологии. Это один из основных факторов, повышающих интерес к eSIM. Кроме того, eSIM позволяет установить на устройство дополнительно к обычной SIM-карте ещё одну, цифровую, и пользоваться двумя телефонными номерами на одном устройстве. Это может понадобиться, например, в ситуации, когда человеку необходим временный номер», — говорит директор департамента по развитию МегаФона Игорь Глебов.

• парковка

## Дополнительная выгода

В Перми рассматривают возможность ввести льготу на парковку для электромобилей.



В Пермскую городскую думу внесён проект о введении льготы на пользование платными парковками для владельцев электромобилей на территории краевой столицы. Соответствующий документ на рассмотрение депутатов внёс глава Перми Эдуард Соснин.

В документе говорится, что владельцам электрокаров будут предоставлять право бесплатной стоянки в течение 120 минут с момента въезда на платную муниципальную парковку.

Чтобы воспользоваться льготой, собственнику электромобиля надо предварительно внести сведения о своём автомобиле в специальный реестр.

Вместе с бесплатной парковкой в течение двух часов устанавливается и скидка в размере 35% на парковочные абонементы, если их приобретают на срок более 120 дней. Абонемент на срок не более 20 дней владелец электромобиля сможет приобрести со скидкой в 20%, от 21 до 40 дней — 25%, от 41 до 120 дней — 30%, на 120 дней и дольше — 35%.

На сегодняшний день в Пермском крае у владельцев электрокаров уже есть преимущество перед собственниками машин с топливными двигателями — они освобождены от уплаты транспортного налога до 2028 года включительно. Правда, эта льгота распространяется только на электромобили не старше семи лет.

Перевод автотранспорта на использование более экологичных видов топлива, по данным краевых властей, является значимой частью задачи по очищению воздуха в регионе.

«Это очень важно, поскольку среда напрямую влияет на условия жизни населения. Именно поэтому темы экологической безопасности и сохранения природы появляются в повестке краевых властей чаще. И они имеют одно из первостепенных значений», — считает губернатор Пермского края Дмитрий Махонин.

Решение об освобождении от транспортного налога было принято как мера по стимулированию приобретения водителями авто, которые считаются более чистыми с экологической точки зрения. И пока льготные условия использования таких машин действительно мотивируют жителей Прикамья пересаживаться на электрокары. Если в 2021 году на территории региона было зарегистрировано порядка 600 электромобилей, то по итогам прошлого года в Пермском крае насчитывалось уже 1673 машины на электроприводе. Из них 1660 — легковые электромобили, 13 — остальные типы транспортных средств. По этому показателю, судя по данным исследования технопарка Morigon Digital, Пермский край занимает седьмое место среди других регионов России.

Павел Верещагин

# Продолжение следует

На ул. Борчанинова стартовал второй этап реконструкции трамвайных путей

• модернизация

**Пермское лето в самом разгаре, а работы по замене трамвайных путей на ул. Борчанинова до сих пор продолжаются. За три месяца горожане уже так привыкли к происходящему, что теперь уже никто даже не вспоминает о том, что закрыть движение вагонов на этом участке планировалось до июня. На фоне полного прекращения движения трамваев в Индустриальном районе эти ограничения выглядят лишь мелким неудобством.**

На этой неделе городские власти объявили о том, что на ул. Борчанинова начался второй этап реконструкции путей. Компания «Мовиста Регионы Пермь», ведущая работы в рамках концессионного соглашения о модернизации трамвайной системы города, приступила к демонтажу старых путей и рельсошпальной

решётки на другом участке ул. Борчанинова — от ул. Ленина до ул. Петропавловской.

По данным мэрии, работы на объекте инвестор ведёт ежедневно. Благодаря этому на участке реконструкции от ул. Пушкина до ул. Пермской сейчас уже уложено 900 м одиночного пути рельсошпальной решётки. Одновременно с этим на пе-

рекрестках улиц Борчанинова и Луначарского, а также Екатерининской и Пермской шпалы накрыты плитами для удобства движения автомобильного транспорта.

Как ранее уже писала «Пятница», реконструкция путей на ул. Борчанинова предполагает замену основания пути, рельсошпальной решётки, реконструкцию контактной сети, установку новых остановочных павильонов. При укладке путей используются бетонные шпалы, а также новый тип крепления, который позволит продлить срок их службы. Для сварки стыков строители применяют резиновые про-

кладки. В дальнейшем это обеспечит плавность хода и существенно снизит уровень шума от движения вагонов.

В городской администрации напомнили, что последний раз трамвайные пути на ул. Борчанинова ремонтировались около 15 лет назад. За это время вся дорожная инфраструктура пришла в негодность.

«С 2023 года в Перми ведётся системная и масштабная работа по модернизации трамвайного хозяйства. Так, уже проведена реконструкция трамвайных путей на ул. Куйбышева от ул. Революции до ул. Белинского, продолжают работы на участках улиц Мира и Дзержинского», — отметили в мэрии.

В горадминистрации добавили, что из-за начала второго этапа реконструкции путей на ул. Борчанинова с 22 июня по выходным дням будет временно изменена схема движения автобусных маршрутов №15, 20, 72, 7т, 10т. Автобусы будут объезжать закрытый участок по улицам Ленина, Крисанова и Петропавловской с дополнительной остановкой «Пермский академический Театр-Театр». Все существующие остановки по пути следования будут сохранены.

Татьяна Смирнова





## Просто о финансах

### Экономия на спорте

Рассказываем, как возместить часть расходов на тренировки в спортивных клубах и занятия в секциях

У граждан России вот уже два года есть возможность оформить налоговый вычет за оплату посещения тренажёрного зала, занятий фитнесом и других физкультурно-оздоровительных мероприятий. Как и в случае с остальными видами возврата части уплаченного НДФЛ, возместить можно только 13% от затраченных на абонемент или клубную карту средств. Причём речь идёт не только об оплате спортивных услуг для себя, но и об аналогичных тратах на детей до 18 лет или до 24 лет, если ребёнок налогоплательщика является студентом-очником.

Документы на получение вычета за текущий год нужно подать по его окончании. Однако рассчитывать на возврат можно лишь в том случае, если услугу оказывали организации или индивидуальные предприниматели из специального списка Минспорта РФ. Он формируется ежегодно на основании данных, поступающих из регионов.

На этой неделе Министерство физической культуры и спорта Пермского края напомнило компаниям и бизнесменам о необходимости позаботиться о своих клиентах и подать документы на включение в заветный список. Сделать это они могут до 1 октября. Таким образом, если вашего фитнес-клуба ещё не было в перечне, есть повод подсказать руководству заведения, что они могут помочь своим гостям сэкономить на услугах.

В свою очередь клиентам надо помнить о том, что, в отличие от имущественного вычета, связанного с приобретением жилья, все социальные возвраты налогов предоставляются сразу после окончания календарного года, когда были оказаны услуги. То есть после 1 января 2025 года уже невозможно будет вернуть часть средств, которые были потрачены на оплату спортивных занятий в 2023 году.

#### Сколько?

Максимальная сумма, с которой может быть получен налоговый вычет, сейчас составляет 150 тыс. руб. Причём в неё включены все социальные возвраты, в том числе лечение, обучение и прочее.

При расчёте получается, что 13% от 150 тыс. руб. составляет 19,5 тыс. руб. Это наибольший размер вычета, на который можно рассчитывать. Но есть один нюанс. И связан он с расходами на детей. Закон позволяет налогоплательщику самостоятельно определять, в какой пропорции заявить разные виды вычетов в своей декларации. Если, например, мама потратила на спорт, обучение, лечение, добровольное медицинское страхование и прочие услуги больше 150 тыс. руб., то расходы на оплату детской спортивной секции может включить в свою декларацию отец ребёнка. Кроме того, оба родителя могут подать документы на налоговый вычет по одному и тому же виду трат, если они произведены за счёт общей собственности и связаны с их детьми.

#### Как оформить?

Возвращаясь к налоговому вычету за спорт, важно отметить, что в этом году значительно упростилась процедура подтверждения расходов на тренировки. Теперь вместо нескольких документов, подтверждающих право на возврат части НДФЛ (договор, чеки и пр.), применяется одна справка об оплате физкультурно-оздоровительных услуг. Её надо получить в организации, где вы занимаетесь спортом. Причём этот документ может подать даже сама компания или ИП. В таком случае информацию о поступивших расходах налоговая служба сразу размещает в личном кабинете налогоплательщика.

Для получения вычета нужно заполнить налоговую декларацию по форме 3-НДФЛ, предоставить упомянутую справку и принести эти документы в налоговый орган по месту жительства.

#### Альтернатива

Однако существует и другой способ получения выплаты — через работодателя. Но перед этим надо подтвердить это право в налоговом органе. А значит, нужно так же прийти в районную службу, предоставить справку об оплате спортивных услуг, написать заявление и дождаться его рассмотрения в течение 30 дней. После этого можно будет уведомить работодателя. Затем компания, в которой вы трудоустроены, временно перестанет удерживать 13% из зарплаты. Таким образом, в этом случае вернуть часть затрат можно будет уже в течение года, не дожидаясь его окончания.

Анна Артёмова

# Движение — жизнь

В России проходит Неделя информирования о важности физической активности

здоровье

ЦОЗМП Пермского края

Малоподвижный образ жизни, который по-научному называют гиподинамией, — один из факторов, способствующих возникновению хронических неинфекционных заболеваний и преждевременной смертности населения. Отсутствие достаточного объёма двигательной активности может также усугубить положение дел с уже существующей патологией, ускорить её развитие. О важности поддержания организма в тонусе «Пятнице» рассказала заведующая отделом коммуникационных программ и общественных проектов Центра общественного здоровья и медицинской профилактики Пермского края Ирина Батюкова.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), около 3,2 млн человек на планете ежегодно умирают от последствий недостаточной физической активности. Как уточнила Ирина Батюкова, физическая активность — это какое-либо движение тела, производимое скелетными мышцами, которое требует расхода энергии. К популярным видам физической активности относятся ходьба, езда на велосипеде, катание на коньках, занятия спортом, активный отдых и игры.

По словам врача, в настоящее время существует большое количество научных исследований о связи между физической активностью и изменениями в функциональном состоянии сердечно-сосудистой системы. При малоподвижном образе жизни сердце «привыкает» работать непродуктивно. Это существенно снижает тонус стенок сосудов, нарушая общее состояние кровеносной системы, от чего страдают все органы. Отсутствие активных физических движений приводит к тому, что сердечная мышца настолько ослабевает, что даже непродолжительный бег становится причиной сильного сердцебиения.

Доказано, что регулярная физическая активность способствует профилактике и лечению неинфекционных заболеваний, таких как болезни сердца, инсульт, диабет и некоторые виды рака. Она также помогает предотвратить гипертонию, поддерживать нормальный вес и может улучшать психическое здоровье, повысить качество жизни и благополучие. У людей с низкой физической активностью на 33% выше риск ранней смертности по сравнению с теми, кто уделяет достаточно времени спорту или длительным прогулкам на свежем воздухе. Кроме того, при малоподвижном образе жизни увеличивается риск развития онкологических заболеваний. Повышение уровня физической активности снижает риск депрессии у человека и является профилактикой старения.

Ирина Батюкова отмечает, что сидячий образ жизни способствует развитию варикозного расширения вен.

«Нахождение в положении сидя на протяжении длительного времени приводит к нарушению кровообращения в ногах, что увеличивает риск развития патологических процессов в венах. Неприятные симптомы варикозной болезни, такие как боль, отёки, могут осложниться тромбозом, который без соответствующего лечения опасен для

жизни», — говорит врач по медицинской профилактике.

Каждый взрослый человек знает, что отсутствие физической активности ведёт к набору лишнего веса, продолжает Ирина Батюкова. Сидя в офисе, мы тратим меньше калорий, чем потребляем, от чего масса тела растёт. Лишние килограммы в комплексе с неправильным питанием, плохой экологией и ежедневным стрессом переходят в ожирение. Данная патология провоцирует развитие гипертонии, заболеваний суставов, сахарный диабет и другие состояния.

Помимо этого, долгое сидение на одном месте способствует застою крови и лимфы в малом тазу, негативно отражаясь на работе кишечника и мочеполовой системы. Недостаток двигательной активности сказывается на кишечной перистальтике. Вследствие этого могут появиться запоры, которые со временем приобретают хроническую форму. Запор, в свою очередь, становится причиной другого неприятного заболевания — геморроя.

«Застой крови и лимфы в органах малого таза может способствовать развитию простатита у мужчин, а он в свою очередь ведёт к снижению потенции и бесплодию. Для женщин застойные явления чреваты заболеваниями половой сферы и нарушениями менструального цикла», — обращает внимание Ирина Батюкова.

По словам врача, определить, насколько подвижный образ жизни ведёт человек, очень просто. Если в течение дня он не двигается активно хотя бы полчаса, это считается малоподвижностью. Под активными движениями понимается бег, плавание, физическое упражнение.

В группе риска находятся люди, которые проводят на рабочем месте в сидячем положении по шесть-семь часов, редко делая перерывы. Они мало передвигаются пешком, на работу или домой добираются на машине или общественном транспорте, редко ходят по лестнице, предпочитая лифт, не занимаются спортом, а активному отдыху предпочитают пассивный: походы в кино или просмотр телевизора дома.

«Вред сидячего образа жизни намного страшнее, чем кажется изначально. Согласно последним исследованиям, если человек просто сидит по восемь часов



в день, а потом ещё и добираться домой не пешком, то продолжительность его жизни может сократиться на 10, а то и на 15–20 лет по сравнению с теми, кто сидит не больше трёх часов и активно занимается спортом», — предупреждает специалист.

По мнению Ирины Батюковой, сидячий образ жизни можно назвать болезнью нашего времени. Низкая физическая активность и отказ от занятий спортом приводят к возникновению ряда заболеваний. По оценкам специалистов ВОЗ, именно гиподинамия — основная причина 21–25% случаев рака молочной железы и толстой кишки, 27% случаев диабета и 30% случаев ишемической болезни сердца. Свой вклад в развитие гиподинамии вносят телевизоры, компьютеры и мобильные телефоны: люди предпочитают «сидеть в Сети» или играть в компьютерные игры, вместо того чтобы выйти на улицу и прогуляться.

Чтобы избежать последствий малоподвижного образа жизни, надо стараться постоянно соблюдать физическую активность. Специалисты выделяют три возрастные категории, для каждой из которых предусмотрены свои нормы и рекомендации. Детям и подросткам (5–17 лет) нужно активно двигаться не менее 60 минут ежедневно, большая часть этого времени должна отводиться на аэробные занятия: бег, прыжки, подвижные игры.

Взрослые люди (18 лет — 64 года) должны посвящать физической активности средней интенсивности не менее 150 минут в неделю, высокой интенсивности — не менее 75 минут в неделю. Можно распределять это время — например, заниматься 30 минут пять раз в неделю.

Пожилые люди (65+ лет) должны следовать тем же рекомендациям и обязательно включить в свой режим дня упражнения на равновесие — они помогут избежать падений. Но необходимо помнить: уровень активности следует подбирать с учётом состояния здоровья.

«Поскольку физическая нагрузка очень важна, спортом рекомендуют занимать-

ся в любом возрасте, причём активность должна быть регулярной и дозированной. Это означает, что не нужно заниматься до изнеможения, но и забывать о нагрузках на месяц-другой тоже не стоит. Любые упражнения должны выполняться в комфортном режиме», — подчёркивает Ирина Батюкова.

Поэтому, по её словам, начинать занятия лучше всего с консультации врача и минимального медицинского обследования. Для безопасных занятий при наличии хронических заболеваний необходимо соблюдать рекомендации доктора и выполнять только специально разработанные комплексы упражнений.

Утро лучше всего начинать с зарядки. Только регулярные занятия принесут результат. Размяться можно во время похода в магазин, прогулки с ребёнком или с собакой. Специалисты рекомендуют всем подниматься по лестнице пешком. По дороге на работу или с работы врачи рекомендуют выходить из транспорта раньше хотя бы на одну остановку и тоже проходить её пешком.

«Помните: сам по себе сидячий образ жизни нельзя считать приговором. Если вы вынуждены проводить по восемь часов в офисе, это не означает, что вас однозначно ожидает ожирение, геморрой или проблемы с сердечно-сосудистой системой. Всего этого можно избежать, если следить за своей физической активностью в течение дня», — отмечает врач.

Специалист рекомендует делать небольшие перерывы в работе и каждые 15–20 минут менять положение тела. Во время работы за компьютером она советует следить за осанкой. Каждый час надо делать небольшие разминки: встать из-за стола, потянуться, сделать пару наклонов из стороны в сторону, размять ноги и пройти по офису.

«Зная, к чему приводит сидячий образ жизни, каждый человек имеет все шансы не дать этому явлению современной жизни испортить своё здоровье. Берегите себя!» — заключила Ирина Батюкова.

Елена Мальцева

## На загородную базу отдыха требуется

СЕМЕЙНАЯ ПАРА  
с возможностью проживания

Выходные дни по согласованию.

**Месторасположение:** деревня Гари, Добрянский городской округ, на берегу реки Сылва, в сосновом бору.**Мужчина:** охранник, ведение хозяйства, мелкий ремонт.**Женщина:** уборка коттеджей, помощь повару на кухне.**Условия:** проживание в доме для персонала, новые апартаменты.

З/п от 80 000 руб., официально.

Телефон для связи, Viber, WhatsApp: +7-951-93-50-117,  
Наталья Вячеславовна. Звонить в рабочие дни с 10:00 до 17:00.

1645

## На загородную базу отдыха требуется

## ПОМОЩНИК / ПОМОЩНИЦА ПО ХОЗЯЙСТВУ

с возможностью проживания

Выходные дни по согласованию.

**Месторасположение:** деревня Гари, Добрянский городской округ, на берегу реки Сылва, в сосновом бору.**Основные обязанности:** уборка коттеджей, санузлов, кухни, удаление пыли, мойка посуды, полов, окон, сбор мусора, стирка, помощь повару на кухне.**Условия:** проживание в доме для персонала, новые апартаменты.

Возможны компенсация питания, доставка служебным транспортом.

**Зарботная плата от 40 000 рублей.** Официально.

Дополнительно к окладу премии за добросовестный труд, за дополнительный объём работ.

Звонить в рабочие дни с 10:00 до 17:00

по телефону +7-951-935-01-17, Наталья Вячеславовна.

1646

ОБЪЯВЛЕНИЯ О ВАКАНСИЯХ  
присылайте на e-mail: [tca@newsko.ru](mailto:tca@newsko.ru)

## ТОРГОВЛЯ. ОФИС

Срочно! **ПОМОЩНИК** руководителя, достойная оплата, 70 т. р. Без продаж. Центр города. Тел.: 204-66-12, 8-922-358-37-30, 8-922-315-31-29.**АДМИНИСТРАТОР**, 36 т. р. Тел. 8-952-650-67-09.**ПОМОЩНИК** архивариуса, 40 т. р. Тел. 8-908-277-90-76.**ПОМОЩНИК** руководителя, 45 т. р. Тел. 8-908-261-55-49.

## БЕЗОПАСНОСТЬ. ОХРАНА

**ОХРАННИКИ.** Графики: вахта, 1/2, 1/3, день, ночь. Ленинский, Свердловский, Кировский, Дзержинский, Индустриальный, Мотовилихинский р-ны. Объекты разные. С удостоверением и без. З/п 1680-2400 руб./смена. Возможна оплата после смены. Подработка. Тел.: 8-901-267-21-35, 8-922-307-00-01.

## ОХРАННИКИ-СТОРОЖА, ВАХ-ТЁРЫ.

Коттеджные посёлки, ТСЖ, базы. Все районы, работа рядом с домом. З/п 21 000 руб./месяц. 100% без задержек! Графики: 1/1, 1/2, 1/3, день, ночь. Возможны подработки, оплата сразу после смены. Работаем без выходных. Тел.: 8-902-80-14-207, 277-42-07, 8-992-22-09-666.

**ОХРАННИК**, ул. Маршрутная, 9. З/п 2200 руб./смена. Тел.: 298-28-58, 8-995-54-55-830.**ОХРАННИК** в ТСЖ, ул. Советской Армии. З/п 2000 руб./смена. Тел.: 298-28-58, 8-995-54-55-830.**ОХРАННИК** в ТСЖ, ул. Тургенева. З/п 1700 руб./смена. Тел.: 298-28-58, 8-995-54-55-830.Срочно! **ОХРАННИКИ!** Тел. 8-909-101-95-99.

## РАБОТА БЕЗ ПОДГОТОВКИ

**АДМИНИСТРАТОР-КОНСЬЕРЖ**, своевременная оплата, 34 т. р. Прием входящих звонков и оформление заявок. Разные графики: 1/2, 2/2, 3/3. Готовы рассмотреть студентов и пенсионеров. Тел.: 204-66-12, 8-922-358-37-30, 8-922-315-31-29.**АДМИНИСТРАТОР** по заселению посуточного жилья. З/п ежедневно, от 2000 руб./смена. Вахта 10/10, 20/10, 15/5. Питание, проживание. Тел. 8-901-432-47-36.Дежурный **ВАХТЁР**, 34 т. р. Тел. 8-908-261-51-69.**КОНСЬЕРЖ** в жилой дом. З/п от 1500 руб./смена. Тел.: 298-28-58, 8-995-54-55-830.Работа **СИДЕЛКОЙ** рядом с домом. Гибкий график, от 35 т. р., еженедельные выплаты. Тел. 8-964-190-29-19.

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

## Услуги

• Электрик, плотник-сантехник. Любой ремонт в доме и все мелочи. Все р-ны. НЕДОРОГО. Т.: 202-15-99, 8-982-481-15-99.

• Бесплат. вывоз всего железного. Вывоз мусора, б/у мебели. Т. 293-22-63.

## Ремонт бытовой техники

## РЕМОНТ

СРОЧНЫЙ • НА ДОМУ

• СТИРАЛЬНЫХ МАШИН  
• ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СВЧ, ТВ  
• ЛЮБОЙ БЫТОВОЙ ТЕХНИКИВызов 0 руб. Опыт  
Гарантия. СкидкиПОКУПКА / ПРОДАЖА БУ  
8-908-272-09-63

278-82-95

• Швейн. маш., оверлок. Выезд. Т. 286-68-18.

• Пенсионерам скидка 30% на профессиональный ремонт и настройку телевизоров на дому. Т. 203-02-64.

• Ремонт за 1 день стир. машин, холодильников, СВЧ, ТВ и др. Скидки, запчасти. Т. 8-908-276-17-87.

• Ремонт TV на дому. Т. 243-25-50.

• Рем. и наладка телевиз. на дому. Пенсионерам скидка 30%. Т. 203-01-91.

• ДБ «Малахит». Ремонт холодильников, стиральных машин. Т. 8-912-883-31-02.

## Строительство и ремонт

МАСТЕР  
УНИВЕРСАЛ

Ремонт замков

Ремонт окон ПВХ

Электрик, сантехник

НЕДОРОГО

☎ 204-67-73

8-922-389-85-50

## Продам

• Б/у холодильники, ст. машины, ТВ, плиты (газ.), жел. двери, радиаторы, б/у мебель. Доставка. Т. 293-22-63.

• Навоз, чернозём, перегной, торф, песок, ПГС, щебень. Т. 278-55-40.

## Куплю

• Выкуп авто! Дорого! Целые, битые, кредитные, на запчасти. ДЕНЬГИ СРАЗУ! Тел. 8-912-986-73-30.

• Авто куплю дорого. Т. 8-951-956-53-30.

• Юбилейную монету 10 руб. «Пермский край», 2010 год. Т. 8-982-486-58-70.

## Перевозки

• «Газели», переезды. Вывоз строймусора, мебели. Грузчики. Т. 298-46-38.

• «Газель». Т. 8-902-473-42-73.

## Утилизация

• Бесплатно вывоз всего желез. Ежедн. вывоз мусора, мебели. Т. 293-22-63.

• Беспл. вывоз б/у ванн, холод., м. дверей, радиат., газ. плит, стир. машин, макулатуры, пианино. Вывоз мусора, мебели. Без вых. Т. 298-46-38.

## Медицина

• Пьянство, запой. Тел. 8-902-476-92-92.

## Разное

• Клуб знакомств «Виктория». Т. 8-902-839-56-41.

• Утерянный аттестат №528314 о среднем (полном) общем образовании на имя Корчагиной Татьяны Васильевны, выданный в 1986 году МАОУ «СОШ №136» г. Перми, считать недействительным.



## ЗАОр «НП НЧ КБК им. С. П. Титова»

в связи с расширением производства приглашает на работу следующих специалистов целлюлозно-бумажного производства:

- ПЕЧАТНИК (офсет + флексопечать), з/п от 91 000 до 107 000 рублей;
- СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК, з/п от 67 000 до 93 000 рублей;
- СЛЕСАРЬ ПО КИПИА, з/п от 67 000 до 82 000 рублей;
- МАШИНИСТ ПОТОЧНОЙ ЛИНИИ, з/п от 81 000 до 126 000 рублей;
- УКЛАДЧИК-УПАКОВЩИК, з/п от 85 000 до 100 000 рублей;
- ЭЛЕКТРОМОНТЁР, з/п от 67 000 до 92 000 рублей;
- ТОКАРЬ, з/п от 74 000 до 89 000 рублей;
- СТАНОЧНИК ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ, з/п от 74 000 до 89 000 рублей.

Иногородним квалифицированным специалистам целлюлозно-бумажного производства и техническим специалистам компенсация за аренду жилья. Дополнительные поощрительные премии, соцпакет, ДМС, бесплатное лечение в профилактории. Молодёжная жилищная программа, перспектива стать акционером предприятия.

☎ (8552) 791-989, 791-908

В гостиницу АМАКС «Полярная звезда»  
(г. Новый Уренгой)СРОЧНО  
ТРЕБУЮТСЯ ПОВАРА

- ✓ заработная плата от 65 000 руб.
- ✓ сменный график 2/2
- ✓ иногородним предоставляем жильё (койко-место)
- ✓ отпуск 52 дня
- ✓ после трёх месяцев работы компенсируем проезд к месту работы
- ✓ медосмотр за счёт организации
- ✓ активная корпоративная жизнь
- ✓ премии по результатам работы

Тел. 8 (3494) 24-05-67

Руководитель отдела кадров  
Цыганкова Наталья

(Звонить в рабочее время с 09:00 до 16:00)

1640

## ООО «Альфа Регион МК»

- ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК НА ПОЛУАВТОМАТЕ (с опытом работы)
- СТРОПАЛЬЩИК
- ГАЗОРЕЗЧИК
- РАЗНОРАБОЧИЙ
- СЛЕСАРЬ-СБОРЩИК МК

З/п от 250 руб./час  
до 325 руб./час,  
КТУ.Ул. Дзержинского, 59,  
корпус 3 «К».Тел.: 8-912-596-02-00,  
8-912-480-51-31

1324

Приглашаем на работу в ТЦ «Планета»:

- УБОРЩИКОВ (муж., жен.), з/п от 21 000 руб.
- ДВОРНИКОВ, з/п от 21 000 руб.
- ОПЕРАТОРОВ ПОЛОМОЕЧНЫХ МАШИН, з/п от 21 000 руб.

График работы: дневные, ночные смены.  
Оформление по ТК РФ.

Тел.: 8-908-276-49-11, 8-906-102-44-46

1401

ТРЕБУЮТСЯ:  
ОХРАННИКИ  
СТОРОЖА

С УДОСТОВЕРЕНИЕМ И БЕЗ

- з/п от 150 руб./час
  - графики различные и дневные
  - вахтовые объекты
- ПРЕДОСТАВЛЯЕМ:
- доставку на объекты
  - соцпакет

8-909-731-08-50  
8-909-117-18-65  
8-909-119-74-66

1411

Охранному агентству требуется

НАЧАЛЬНИК  
ОХРАНЫТрудоустройство по ТК РФ.  
Зарботная плата своевременно.

8-982-444-00-35



## Внимание!

Дистанционно подать  
объявление в газету  
можно на сайте[газетапятница.рф](http://газетапятница.рф)

## пятница

приятное с полезным

Рекламная служба  
206-40-23

Охранному агентству требуются:

## ОХРАННИКИ

(возможна работа вахтовым методом)

Помощь в получении удостоверения.

Зарботная плата своевременно (2 раза в месяц).

Трудоустройство по ТК РФ.

Графики работы различные.

8-982-444-00-35

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ  
на посты

- ▶ Графики: 1/2, 1/3.
- ▶ Зарботная плата 2160-2400 руб./смена. Выплата з/п два раза в месяц.
- ▶ Центр, Индустриальный р-н, п. Осенцы.
- ▶ Официальное трудоустройство. Соцпакет.
- ▶ Форма предоставляется.
- ▶ С удостоверением и без. Охранное предприятие готово оказать помощь в получении удостоверения частного охранника.

☎ 8-922-643-41-29,  
8-922-643-58-70, 8-922-367-83-03

1647

# Обмен добром и теплом

Юлия Бояршинова

В Перми во второй раз пройдёт благотворительный фестиваль «Ночь на улице» (6+)

Для того чтобы помогать попавшим в беду людям, не обязательно лишать себя чего-то, делясь этим с другими. Поддерживать тех, кто нуждается в заботе, можно даже во время отдыха и замечательного времяпрепровождения. Этим летом такую возможность жителям Перми в очередной раз предоставит организация помощи бездомным людям «Территория передышки». По инициативе её активистов в городе пройдёт второй благотворительный фестиваль «Ночь на улице» (6+).

Как рассказывает со-основательница «Территории передышки» Анна Фадеева, вместе со своими единомышленниками она много лет мечтала

сделать большой фестиваль в поддержку бездомных людей, на котором были бы музыка, вкусная еда, маркет. И несмотря на то, что у волонтеров был опыт про-

ведения мероприятий, идея организации такого события казалась недостижимой вершиной, сродни Эвересту. Но в прошлом году в рамках событий к 300-летию Перми они решились на это, и вышло так здорово, что было решено сделать продолжение фестиваля, но только уже более масштабное и интересное.

Большой летний праздник состоится 29 июня в пространстве событий «Берег» на ул. 1905 года, 356/1. Площадка для отдыха и культурных мероприятий расположена у реки Камы. Старт программы — в 14:00.

Для гостей фестиваля будет работать фуд-зона от пермских ресторанов и гастрономических проектов, пройдут танцевальные мастер-классы по dancehall, занятия по изготовлению аромасаше и элементов декора из половинок кокоса, по росписи свечей и виниловых пластинок. Участники события смогут попробовать себя в рисовании на холстах и йоге на закате, пляжных играх и катании на сапбордах. Те, кто увлекается творчеством и психологией, оценят лекции про созависимые отношения и моду, а также о том, как самостоятельно организовать мероприятие. Помимо этого, на фестивале будет работать тату-бар.



vk.com/nightstreet59

Отдельно будут проводиться активности для детей. В 22:00 на закрытой веранде начнётся праздничная тусовка, а завершится мероприятие просмотром фильма под открытым небом в спальных мешках.

«Мы проводим фестиваль уже второй раз. В прошлом году он проходил на городском пляже и собрал около 500 пермяков. В этом году планируем собрать ещё больше людей и показать, что благотворительность — это нескудно. Мы хотим, чтобы «Ночь на улице» была только названием фестиваля, а не социальной пробле-

мой. Ведь до сих пор есть люди, которым приходится проводить ночь на улице, а не дома», — отметили организаторы.

Во время фестиваля каждый желающий сможет напечатать принт на футболке, поиграть в пинг-понг и посетить бьюти-бар, где можно украсить своё лицо блёстками. Для гостей также будет работать «Живая библиотека» — это формат, где можно будет познакомиться с работой «Территории передышки» изнутри, пообщавшись с сотрудниками, клиентами, партнёрами и волонтерами организации.

В месте проведения «Ночи на улице» установят две сцены, на одной из которых выступят музыкальные коллективы «Ой, колется», Hard Lux, Papa Karlo и «Никого не стало». Вторая площадка будет предназначена для диджеев Klassen, Satrin и Chekma, которые представят зрителям свои лучшие сет-ы.

Все площадки фестиваля будут благотворительными, часть собранных средств пойдёт на работу «Территории передышки». Покупая билет на мероприятие стоимостью 200 руб., его участники делают пожертвование на проекты организации.



• фестиваль

## Музыка, йога и пицца

В Перми вновь пройдёт фестиваль модной музыки, дизайна и стрит-фуда Red Fest (6+)

В этом году традиционный летний пермский open-air Red Fest (6+) выйдет на новый уровень, ведь в нём впервые примут участие артисты не только из России, но и из ближнего зарубежья — Кыргызстана. Гостей ждут выступления 27 самобытных и талантливых музыкантов, которые пройдут сразу на двух сценах: главной и электронной.

Фестиваль состоится 6 и 7 июля в пространстве Digital Port. Хедлайнерами события станут rassmurny (Москва), «Лайд» (Уфа), «Второй Ка» (Бишкек, Кыргызстан), Beautiful Boys (Саратов) и целая команда из Санкт-Петербурга в лице таких исполнителей, как DJ Stonik1917, Ноора и Turbosh.

В первый день фестиваля на главной сцене выступят инди-поп-бэнд rassmurny и экспериментальная рок-группа «Краснознаменная дивизия имени моей бабушки», гости из Кыргызстана и другие исполнители. Параллельно на площадке электронной музыки будут играть сет-резиденты из Северной столицы, в том числе DJ Ноора, фаундер независимой онлайн-радиостанции TESTFM.

7 июля на главную сцену выйдут шугейз-команда «Деревянные киты», лоу-фай-поп-команда с оперным вокалом Beautiful Boys и пост-панк-группа «Где Фантом?». На электронной сцене себя покажут пермские диджеи.

Оба дня на фестивале будет работать дизайн-маркет, участниками которого станут 100 дизайнеров из Перми и регионов России. Для всех желающих откроется лекторий, пройдёт серия творческих мастер-классов.

Каждое фестивальное утро будет начинаться с бесплатных занятий йогой.

Детская программа фестиваля будет состоять из мастер-классов и игр, а также детского «Картонного маркета», где юные предприниматели смогут продать свои работы.

В гастрономической программе примут участие кафе и рестораны «Пастарь», «РисЛапша», «Белка», Sabotage, Amber, «Цех», Red BBQ, Novoromodoro, SpeakEasy, Curtiss — всего на фудкорте соберётся более 30 участников. При этом Novoromodoro планирует выпекать пиццу в настоящей неаполитанской печи, которую установят в фудтраке. В фестивальном меню будет как пицца-фаворит гостей — с ростбифом из мраморной говядины и соусом чимичурри, так и новые, необычные сочетания. Must-eat фестиваля — паста, приготовленная в большой сковороде.

Бары SpeakEasy и Curtiss совместно создадут иммерсивный секретный бар для гостей фестиваля — пространство, которое перенесёт посетителей в прошлое, во времена зарождения коктейльной культуры.

newsko.ru

# До самых струн души

В Пермском театре оперы и балета состоится показ благотворительного мюзикла (6+)

• спектакль

В Перми вновь состоится благотворительный показ музыкального спектакля, зрители которого смогут стать частью большого и доброго дела. Причём возможность внести свой вклад в поддержку детей с особенным здоровьем будет предоставлена организаторами дважды — в один день пройдёт сразу два показа мюзикла, в 15:00 и 19:00.

Два спектакля «Музыка жизни 3: это наше шоу!» (6+) зрители смогут увидеть на сцене Пермского театра оперы и балета им. П. И. Чайковского. Уникальный проект реализуется благотворительным фондом «Берегиня» и командой пермских профессиональных артистов и музыкантов. Все собранные с продажи билетов средства будут направлены на помощь детям с онкологическими и другими тяжёлыми заболеваниями.

Главный герой спектакля — заурядный педагог детского дома культуры Никита, мечтающий о карьере на Бродвее. На его долю выпадает особая миссия. Его выбрали в качестве режиссёра и автора мюзикла, который будет представлять учреждение на конкурсе. Работа с детским творческим коллективом и так не предел мечтаний Никиты, а тут ещё выясняется, что в актёрский состав спектакля он обязан включить очень необычных детей.

Автором сценария постановки выступили два творческих семейных тандема:

Ульяна и Алёна Семериковы, а также Екатерина и Валерий Колесовы. Хореограф-постановщик спектакля — Ксения Бутакова, режиссёр — Алёна Семерикова, продюсер — Дарья Волчек.

Главные роли в мюзикле исполняют Евгений Замахаев, Екатерина Смирнова, Александр Соколов, Милана Давлетова и артисты театра танца Flash.

«Музыка жизни 3: это наше шоу!» — продолжение серии благотворительных мюзиклов, начатой фондом «Берегиня» в 2020 году.

«Эффектная хореография, живой вокал, невероятная энергетика и вдохновляющий сюжет, который не оставит равнодушным ни одного зрителя. Это спектакль о мечте, любви и подвигах, которые часто остаются незамеченными», — так о нём рассказывают авторы.

В фонде помощи детям «Берегиня» мюзикл называют «отличным примером экологичной благотворительности», когда удовлетворение получают все стороны: и команда проекта, и благополучатели, и сами благотворители.



vk.com/muzikazhizni\_perm

Две предыдущие постановки «Музыки жизни» позволили собрать на помощь тяжелобольным детям порядка 2 млн руб. Благодаря спектаклю 2022 года, например, был куплен полный комплект оборудования «Томатис» для пермского «Дома счастья», в котором оказывают помощь детям с ограниченными возможностями здоровья. На технику, лицензию и обучение специалиста потребовалось 498 тыс. руб. Ещё порядка 200 тыс. руб. было направлено на реабилитационные программы фонда «Берегиня», в рамках которых комплексную

поддержку получают семьи с детьми, перенёвшими онкозаболевания.

Продажи билетов на благотворительный мюзикл уже стартовали на сайте Пермского театра оперы и балета, а также на сайте проекта музыка-жизни.рф.

Елена Мальцева



# Афиша

## Избранное. 21–30 июня

С установлением тёплой погоды многие мероприятия Перми переместились на улицу. В таком формате традиционно проходят фестивали, концертные программы, детские праздники. Для участия в интересных событиях нередко приходится выезжать в территории края. Однако на предстоящей неделе ситуация сложится ровным счётом наоборот — в региональной столице соберутся гости не только из Прикамья, но и со всей страны. И для этого есть несколько весомых причин.



Основным поводом для увеличения количества туристов в Перми традиционно стал **Дягилевский фестиваль**. Он открылся 20 июня концертом оркестра и хора musicAeterna (12+) под управлением Теодора Курентзиса. Всего в программе фестиваля 14 концертов. Главными событиями фестиваля станут три оперные премьеры: Passion («Страсть», 16+) Паскаля Дюсапена, «Похождения повесы» (16+) Игоря Стравинского и «Волшебная флейта» (16+) Вольфганга Амадея Моцарта. Помимо musicAeterna, выступят ансамбль Miludus, пианист Борис Березовский, греческий виолончелист Йоргос Калудис, трио «Тезис» и другие артисты и музыкальные коллективы. Запланированы также несколько оперных премьер, в том числе «Похождения повесы» Стравинского, и перформансы: пятичасовой спектакль «Три сестры» с использованием приёмов пластического театра, физическая драма Okho, концерт-читка вокального ансамбля N'Saged и события-энигмы в Доме Дягилева.

Билеты на многие события фестиваля уже распроданы, однако у пермяков остаётся возможность посетить почти 200 бесплатных событий, которые пройдут в клубе Дягилевского фестиваля. Для того чтобы на них попасть, надо зарегистрироваться. Для всех желающих состоятся показы спектаклей и перформансы, пройдут концерты, лекции, творческие встречи и кинопоказы. Заметным театральным событием станет музыкальный спектакль-променад «Голос завода» (18+), который пройдёт на территории предприятия «Сибур-Химпром» 24 июня в 16:00 и в 19:00.

За программу перформансов будет отвечать театральная компания «немхат». Молодые режиссёры представят 10 премьерных проектов в самых разных жанрах. Среди них — медленный балет на фоне пейзажа (12+), звуковой эксперимент «Естественный рейв» (18+) в Музее пермских древностей, перформанс с искусственным интеллектом и другие.

Ядро лекционной программы составит цикл лекций об опере авторитетного музыкального критика Ярослава Тимофеева (12+). Они состоятся в большом зале «Триумфа» 23, 24, 25 и 27 июня в 16:00. Выступления других экспертов будут проходить в фойе филармонии ежедневно в 14:00, а в 15:00 зрители смогут посещать творческие встречи с участниками фестиваля (12+).

Программа кинопоказов включает фильмы режиссёров, которые создавали экспериментальное кино, делали открытия и пробовали соединять несоединимое. Картины можно будет посмотреть в полночь в арт-пространстве «Квартира» 24, 25, 26 и 27 июня.

«Завод Шпагина» (ул. Советская, 16),  
Большой зал Пермской филармонии (ул. Куйбышева, 14),  
частная филармония «Триумф» (ул. Ленина, 44) и другие



В театре «Балет Евгения Панфилова» пройдёт премьера постановки **«Одинокий волк»** (16+). Это дебютная режиссёрская работа пермского бизнесмена и инвестора Алексея Чернова. Театральное искусство в различных его проявлениях серьёзно интересует предпринимателя уже много лет. Он решил сменить амплуа зрителя и пришёл в закулисы театра как автор. Постановка отражает его размышления о жизни и духовных ценностях. Это спектакль о тех, кто стремится прожить каждый момент своей жизни, дышать полной грудью, кто сам выбирает свой путь.

Дворец молодёжи (ул. Петропавловская, 185), 21 июня, 19:00



В день рождения Виктора Цоя состоится фестиваль песни группы **«Кино»** (18+). В программу мероприятия вошли самые знаменитые песни легенды отечественного рока в исполнении пермских музыкантов. На сцене выступят группы «Ананас», Gibson, Wood Еува, «Нивелир», дуэт «Ольг & Микша», ВИА №13.

«Горный хрусталь» (ул. Уральская, 85), 21 июня, 21:00



В Пермском театре кукол состоится праздник в честь **закрытия 87-го театрального сезона**. Зрителей ждёт большая развлекательная программа с играми, розыгрышами, конкурсами, бесплатными мастер-классами и, конечно, показами значимых премьер сезона. Праздник начнётся 22 июня в 10:15, зрители поучаствуют в развлекательной программе для самых маленьких. В 11:00 состоится показ трогательной истории «Цыплёнок и Утёнок» (0+, от 3 лет), в 12:45 стартует специальная программа для школьников и их родителей. Партнёр театра семейная пиццерия «Мама Пицца» устроит розыгрыш призов. В 13:30 начнётся музыкальная феерия о мечтах современного поколения «Цветик-семицветик» (6+).

Пермский театр кукол (ул. Сибирская, 65), 22 июня



Во внутреннем дворе Пермского театра юного зрителя — «ИльТЮЗионе» продолжатся **дни знакомства с территориями Прикамья** (0+). Прикамье — масштабный регион, где проживает более 140 национальностей и народов. Благодаря новому проекту ТЮЗа познакомиться с культурой и традициями разных территорий можно будет, не выезжая из Перми. В ближайший уик-энд пермяки смогут познакомиться с промыслами, кухней и музыкой Кунгурского округа.

Пространство «ИльТЮЗион» (ул. Пермская, 66), 22 июня, 14:00



По инициативе Пермского отделения Союза художников России и Центрального выставочного зала в Перми открылась выставка **«Секретники»** (6+). Она названа в честь игры, популярной среди советской и постсоветской детворы, проводившей большую часть летнего времени на открытом воздухе. На выставке будут представлены работы, которые позволят посетителям окунуться в атмосферу детства и вспомнить о своих «секретиках».

Арт-пространство «Другие круги» (Комсомольский проспект, 10), до 4 августа



В историческом парке «Россия — моя история» открывается новая выставка «Россия — миру» (6+). Это ретроспектива развития отечественной науки, обзор достижений и открытий русских и советских учёных, явившихся их вкладом в мировую цивилизацию, за три столетия. В интерактивной форме представлены истории жизни и успеха 40 великих деятелей российской науки от М. В. Ломоносова, Н. И. Лобачевского, Д. И. Менделеева до героев наших дней. Пермь принимает выставку в числе всего 12 городов по стране.

Исторический парк «Россия — моя история»  
(ул. Монастырская, 2, к. 1), ежедневно с 10:00 до 19:00,  
по четвергам — с 12:00 до 21:00, кроме понедельника



Горьковка организует для всех интересующихся историей Пермского края выездное заседание клуба **«Пермский краевед»** (12+). В рамках встречи состоится экскурсия по «Астафьевской линии», посвящённой одному из выдающихся русских писателей XX века, Герою Социалистического Труда, почётному гражданину Пермской области Виктору Астафьеву. В этом году отмечается его 100-летие. Экскурсию проведёт член Союза писателей России, краевед Надежда Вершинина.

Пермская краевая библиотека им. Горького (ул. Ленина, 70), 26 июня, 17:00



Для ценителей киноискусства состоится предпремьерный показ фильма **«Она танцует»** (12+). Съёмки картины прошли в Перми в 2022 году, где и проходит большая часть событий фильма. Специальный гость показа — исполнительница главной роли Анастасия Вольнская. Фильм также представят режиссёр Оксана Дегтярева, продюсер Павел Одынин и артисты пермского «Балета Евгения Панфилова», принимавшие участие в создании оригинальной хореографии картины.

«Кристалл-центр» (Комсомольский проспект, 53), 23 июня, 15:00



В «Хохловке» пройдут **«Троицкие гуляния»** (6+). Гости музея разучат народные песни, будут водить круги и украшать берёзку, делать кукол из берёзовых веток, играть в пермские молодёжные и детские игры. Девушки смогут поучаствовать в старинном обряде кумления, женщины завьют венки, а затем погадают на них, мужчины и мальчики померяются силой. Участниками гуляний станут фольклорный коллектив «Медуница», фольклорный проект «Река», студия духовных песнопений «Тишина», фольклорный ансамбль из деревни Скобелевка.

Архитектурно-этнографический музей «Хохловка», 23 июня, с 11:00 до 17:30



В Перми состоится традиционный **краевой бал выпускников** (16+). В Год семьи на традиционный центральный праздник приглашены студенты техникумов и колледжей, выпускники 11-х классов, их родители и учителя. В празднике примут участие 5 тыс. человек со всего Пермского края. Вход будет осуществляться по специальным браслетам. На протяжении всего мероприятия для гостей будут работать интерактивные площадки. Главной их задачей станет профориентация, чтобы участники бала смогли выбрать для себя будущую профессию и определить вектор развития жизненного пути. Концертную программу откроет шоу с участием пермских вокальных и танцевальных групп. Хедлайнером вечера станет финалист шоу «Голос» на Первом канале, артист музыкального лейбла Black Star Кирилл Скрипник. Завершится праздник ярким флешмобом участников под гимн выпускников «Будущее здесь!».

Городская эспланада, 27 июня



В рамках стартовавшего в Перми большого летнего фестиваля «Город встреч» состоится фестиваль экстрима и культуры **«Ведём себя культурно»** (6+). В программу его мероприятий входят: танцевальный баттл «Все стили в силе» под живую музыку; перформанс «Художественный брейк», во время которого команда брейкдансеров собственными телами рисует картину; опера на велосипедах — велоекскурсия с прослушиванием оперы Монтеверди «Орфей»; футбольный пленэр — чемпионат по мини-футболу, который будет рисовать пермские художники; «Гаражи и машины» — акция, во время которой, сидя в автомобиле, можно будет послушать классическую музыку; «Пинг-понг с Чайковским» — городской турнир по настольному теннису под музыку; а также чемпионат по «догонялкам», мастер-классы по акробатике, скетч-баттл художников и экстремальные танцы в самых неожиданных местах.

Городская эспланада, 30 июня



Пермский краеведческий музей приглашает горожан на **«МолотФест»** (6+), который состоится на площадке Музея-диорамы в Мотовилихинском районе. Фестиваль посвящён развитию российской инженерной мысли и представит уникальные коллекции музеев технической направленности. Детский технопарк «Кванториум» покажет гостям модели самолётов, уникальные находки продемонстрирует Камская археологическая экспедиция. На фестивале также будет организована выставка Олега Филимонова «Пермская железная скульптура». А проследить эволюцию железнодорожного транспорта можно будет на примере коллекций Музея технической миниатюры. Помимо этого, гости события на практике познакомятся с работой детских технических кружков, примут участие в мастер-классах по изготовлению моделей ракет, сыграют в настольные игры с техническим уклоном и побывают на выступлениях рок-групп «Паприка», «Море Лаптевых», «Нивелир», «Снежные волки», ViNo, «Текстура», «Фактор-С», «Город Zego» и «Джамахирия».

Музей-диорама (ул. Огородникова, 2), 30 июня, с 13:00 до 21:00



Министерство культуры Пермского края | Пермская филармония | Главные информационные партнёры: РБК, radio 7

**1.07 19:00**  
ОРГАННЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ

**ALMA QUE SANTA – ДУША, КОТОРАЯ ПОЕТ**  
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДУЭТ  
**DOS GRANDES ARTISTAS: ГИДЖЕРМО РОМЕРО ИСМАЭЛЬ**  
ТЕНОР, АРГЕНТИНА  
**АЛИСА ЛАБЗИНА**  
ФОРТЕПИАНО, РОССИЯ

В ПРОГРАММЕ: ЗНАМЕНИТЫЕ АРИИ ВЕЛИКИХ МАСТЕРОВ ОПЕРНОЙ СЦЕНЫ, АРГЕНТИНСКИЕ, ИСПАНСКИЕ И НЕАПОЛИТАНСКИЕ ПЕСНИ

РЕКЛАМА

### • КИНО

## Пермская романтика

В широкий кинопрокат в начале июля выйдет снятый в Перми фильм «Культурная комедия» (12+).

О культурных достижениях и достопримечательностях нашего родного города в скором времени сможет узнать вся страна. Российские зрители смогут нетривиально познакомиться с Пермью благодаря новому фильму, снятому в нашем городе в прошлом году. Картина «Культурная комедия» (12+), в которой снялись популярные актёры Алексей Чадов и Юрий Стоянов, выйдет на экраны 11 июля.

Первыми фильм, созданный при поддержке властей Прикамья и Пермской кинокомиссии, смогут посмотреть жители нашего города — все, кто принимал участие в съёмочном процессе, а также работники учреждений культуры. Предпремьерный показ кинокартины состоится 30 июня.

Пермяки смогут увидеть в «Культурной комедии» узнаваемые виды города: набережную Камы, Пермский театр оперы и балета, Пермскую художественную галерею. А, например, в массовой сцене у памятника Уральскому добровольческому танковому корпусу приняли участие более 250 жителей города. В фильме также снялись музыканты Пермского губернского оркестра.

Генеральный продюсер фильма Гавриил Гордеев отметил, что это доброе романтическое кино про культурное наследие. «Любовью пропитана вся картина, начиная от сценария, в котором авторы выражают признание своему родному городу, подарившему России и всему миру великих людей и великие произведения», — добавил он.

Режиссёр картины — Владимир Котт. По его словам, в сценарии его привлекли образованный юмор и отсутствие шуток ниже пояса. «Для меня также было удивительно, что город Пермь, как живой организм, который предполагает абсолютное участие в съёмках. Мы берём массовку 20 человек, а остальные приходят абсолютно бесплатно, просто для того, чтобы помочь. Кинофрендли-история для меня очень важна, так как здесь очень комфортно снимать», — подчеркнул он.

Исполнитель главной роли Алексей Чадов также остался доволен нашим городом и его жителями. «Честно говоря, поражён: город живой, энергичный, молодой. Может быть, когда мы сюда приехали, то просто так совпало с празднованием 300-летия города. Но вообще, Пермь полноценна в плане состоятельности культуры: есть балет, что не каждый город может себе позволить, есть опера, есть музеи. Плюс сумасшедше развитая промышленная составляющая», — поделился Алексей Чадов.

Татьяна Смирнова

