

» ПЕРЕКРЕСТОК

Признайтесь, вы тоже обрадовались? Солнце светит, пришло ощущение настоящей весны. Тогда готовьтесь к простуде. Почему? В межсезонье вирусная активность повышается в разы. Как известно, одержать победу проще всего, когда противник не ждет нападения. И коварная простуда пользуется этим: ранней весной люди торопятся поскорее снять зимнюю одежду, расслабляются и... заболевают.

Как вы боретесь с вирусами?

Елена Марченко, пенсионерка:

- Я пью витамины, которые повышают иммунитет. Многие мои знакомые применяют для этого закаливание, но я боюсь, что так могу заболеть. А вот к прогулкам на свежем воздухе отношусь положительно. Стараюсь одеваться по погоде, чтобы не простывать. Каждый год прививаюсь от гриппа, но большое внимание уделяю именно витаминотерапии. Актуально в последнее время и сохранение психологического комфорта в организме: есть психосоматика, и любой стресс снижает иммунитет.

Анастасия Нестерова, студентка НВГУ:

- Своих особых методов борьбы нет. Если все же так случается, что кто-то в семье болеет, с кашлем справляются сиропы, температуру сбиваем жаропонижающими препаратами, течение из носа останавливаем спреями от насморка. Самое главное - это привиться от гриппа. В прошлом году вся наша семья поставила вакцину и против пневмонии. Слава богу, никто не заболел из нас даже в пандемию. Так что вакцина работает!

Сатеник Шгоян, домохозяйка:

- Наверное, с простудными заболеваниями не нужно бороться, их лучше предотвращать. Я стараюсь восполнять недостаток витамина D поездками на море в течение лета. Сбалансированное питание исключает необходимость принимать таблетки, витамины, а спорт закаляет наш организм и дает силы для борьбы с вирусами.

Ирина Яковлева, частный преподаватель музыки:

- Единственным способом борьбы выбрала для себя ношение маски в общественных местах. Пока помогает. А еще поставила вакцину против гриппа и COVID.

МВ» **Спрашивала Мария Субботина.**

Решаем сами

В Югре подвели итоги регионального конкурса инициативных проектов.



Фото Юлии Пановой.

Самые популярные направления проектов в этом году: спорт, благоустройство и образование.

Второй региональный конкурс инициативных проектов, за которые югорчане отдали более 239 тысяч голосов, завершен. Об этом сообщила губернатор Югры Наталья Комарова в своих соцсетях. Отмечается, что число голосовавших нынче вдвое больше, чем в прошлом году.

В итоге 68 проектов получат финансовую поддержку - 225 миллионов рублей.

Они будут реализованы в 46 поселениях автономного округа, - рассказала глава региона, поздравляя победителей.

Как подчеркнула губернатор, самые популярные направления проектов в этом году - спорт, благоустройство и образование. Впервые на конкурс были заявлены проекты, инициаторы которых - школьники. Например, дети из Мортки Кондинского района разработали макет, эскиз Школьного бульвара. Он набрал 1728 голосов.

МВ» **Александра Сергеева.**

В штатном режиме

В регионе продолжается весенняя призывная кампания.

С 1 апреля свою работу начали окружная призывная комиссия и 22 призывные комиссии муниципальных образований Югры.

Как сообщила губернатор Югры Наталья Комарова, во время весеннего призыва в Вооруженные силы РФ будут призваны почти полторы тысячи человек.

Директор депздрава Алексей Добровольский рассказал, что в целях обеспечения медицинского обследования граждан, подлежащих призыву на военную службу, организовано взаимодействие 63 медицинских организаций автономного округа с военными комиссариатами Югры.

Алексей Добровольский, директор депздрава Югры:



- Медицинские организа-

ции обеспечены вакцинами для профилактики менингококковой, пневмококковой инфекций, ветряной оспы и новой коронавирусной инфекции. К проведению вакцинации граждан перед направлением их к месту прохождения военной службы уже приступили.

Кстати, альтернативная служба также возможна, сообщает департамент общественных, внешних связей и молодежной политики Югры. По информации и.о. директора департамента труда и занятости населения Алексея Мокринского, на 2022 год для прохождения альтернативной гражданской службы определено девять организаций, в основном это бюджетные организации автономного округа.

Специалисты военкоматов сообщают, что весенняя призывная кампания идет в штатном режиме.

МВ» **Александра Сергеева.**

Четыре врача окружной больницы Нижневартовска получили ключи от новых служебных квартир.

С новосельем!

Семиэтажный дом №23 на улице Осенней, куда в скором времени переедут счастливые новоселы, был построен в 2021 году. Процедура рассмотрения, оформления и предоставления жилых помещений заняла месяц, а на днях прошла торжественная церемония вручения ключей докторам.

- Решение жилищного вопроса - одна из ключевых задач человека и любого специалиста. Особенно, когда медицинские работники приезжают на новое место работы в другой город. Потребность в работниках у нас есть, поэтому со стороны больницы, департамента здравоохранения и округа делается все возможное, чтобы привлечь и сохранить имеющиеся кадры, - от-

метил главный врач Нижневартовской ОКБ Алексей Сатинов.

Так, врач-хирург Абдували Абдукадырович приехал работать в Нижневартовск из Астрахани, трудится в хирургическом отделении №1. Для него и его семьи ключи от трехкомнатной квартиры - это настоящий праздник, особенно учитывая скорое пополнение в семье.

- Пока еще не верится. Квартира красивая, чистая, просторная. Мне очень нравится, что мы первые жильцы в этом доме и вообще в этой квартире, - поделился врач-хирург.

Добавим, что всего в распоряжение больницы окружными властями выделено 14 служебных помещений.

МВ» **Мария Субботина.**

День здоровья

В столице Самотлора прошел фестиваль #БудьЗдоровFest.

Волонтеры-медики и сотрудники взрослой поликлиники Нижневартовска ярко отметили всемирный День здоровья. В крупнейшем торгово-развлекательном центре города «ЮграМолл» прошел фестиваль в рамках Всероссийской акции «Будь здоров!».

Все желающие прошли медицинское экспресс-обследование и получили консультации врачей-терапевтов, эндокринолога и гастроэнтеролога. За три часа медицинскую площадку посетили 214 вартовчан.

Предусмотрели организаторы фестиваля и развлекательную программу, где можно было поучаствовать в зажигательной зумба-зарядке, на-

жизнь на «до» и «после». Население довольно долго воздерживалось от посещения медорганизаций, о профилактике немного подзабыли. Наш праздник стал апофеозом профилактической медицины и здорового образа жизни. Одновременно на площадках работали 60 специалистов, и даже этого показалось мало. Всех желающих взяли на карандаш и пригласили в поликлинику. Такие мероприятия крайне важны, чтобы напоминать людям о необходимости заботиться о своем здоровье, проходить профилактические осмотры, заниматься физической активностью, придерживаться рационального питания, - отметила координатор мест-



Фото Юлии Пановой.

учиться правильно выполнять упражнения на восстановление дыхания по гимнастике Стрельниковой.

- Пандемия разделила нашу

ного отделения Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» в Нижневартовске Евгения Пастухова.

МВ» **Мария Субботина.**

коротко: **»** Более 20 стран мира подтвердили участие в международном IT-форуме в Югре.