

# ЗАРЯД ЭНЕРГИИ НА ВСЕ СТО

На спортплощадках Тюмени установили щиты для самостоятельных занятий

## || ОБРАЗ ЖИЗНИ

Что делать, когда вы выбежали из дома на первую тренировку, но не подготовились и не составили план, не изучили даже минимальный комплекс упражнений? Теперь эти вопросы перестанут быть помехой желанию вести здоровый образ жизни и заниматься спортом. На спортплощадке рядом с домом вы, наверняка, обнаружите информационный щит проекта «Сам себе тренер».

В Тюмени щиты проекта установлены на 100 спортивных площадках по программе «Инициативное бюджетирование». Автором выступил тюменец директор воркаут-центра и тренер **Сергей Мехнин**. Уже в прошлом году по инициативе активиста в областном центре установили 55 таких щитов, а в этом году – еще 45.

– С каждым годом в городе появляется все больше спортплощадок во дворах, – рассказал Сергей Мехнин. – Люди получили возможность самостоятельно заниматься спортом рядом с домом, но не все знают, как правильно выполнять те или иные упражнения. Тогда мне пришла идея объединить всех занимающихся спортом.

Для связи любителей спорта и единомышленников используется площадка в социальной сети. На щите размещен QR-код, по которому можно вступить в группу и найти необходимую информацию о тренировках на свежем воздухе. Для людей, которые вышли на занятие без телефона, на щитах размещена информация об упражнениях. Для удобства комплексы для самостоятельных занятий разделены на четыре уровня подготовки – от начинающего до опытного спортсмена.

В социальной сети размещены видеопособия и советы от тренеров и наставников, которые уже имеют зна-



Сергей Мехнин своим примером показывает, что спорт – это круто || Фото Валерия БЫЧКОВА

ния, добились регалий и званий и могут мотивировать желающих заниматься. Все пособия принципиально подготовлены для уличных площадок и тренировок на открытом воздухе, а не для спортзалов.

– Мы думали над системой мотивации людей и специально для тюменцев разработали приложение для начисления баллов за тренировки, чтобы отметить активность вовлеченных в проект людей, – сообщил Сергей Мехнин. – Опыт с успешной подачей заявок на гранты у меня уже был. Верил в проект и знал, что он действительно нужен и будет работать не один год – не сезон, а всегда, пока стоит хоть один щит.

Сергей Мехнин подал заявку в администрацию города, проехал по всем районам и выбрал для размещения щитов примерно по 15 площадок в каждой управе. Конкурс в рамках программы «инициативного бюджетирования» активист выиграл бла-

годаря поддержке горожан, которые голосовали за него в Интернете на сайте и в соцсетях.

– Когда в конце прошлого лета после снятия ряда ограничений люди вышли на спортплощадки и начали самостоятельно тренироваться, мы увидели их активность – без рекламы количество занимающихся достигло 764 человек, – с гордостью рассказал тренер. – Тюменцы стали активными участниками проекта. Сегодня число вовлеченных в тренировки людей увеличивается с каждым днем.

Сергей Мехнин уверен, что останавливаться на достигнутом рано – в Тюмени 3,5 тысячи дворовых территорий и для огромного города 100 щитов для самостоятельных тренировок – это мало. В планах активиста – продолжать работу и вовлекать в тренировки под открытым небом как можно больше земляков.

Сергей КУЗНЕЦОВ

## || РАЙОННЫЕ НОВОСТИ

### НОВЫЕ ЖИТЕЛИ ФЕРМЫ

499 голштинских коров из Германии поступили в Нижнетавдинский район.

Племенной крупный рогатый скот прибыл из европейской страны на ООО «ПК «Молоко».

– Коров голштинской породы привезли на машинах из Германии. Таможенное оформление живой груз прошел в Смоленской области. Инспекторы проверили ветеринарные сопроводительные документы и досмотрели животных, – сообщили в управлении Россельхознадзора по Тюменской области.

Скот поставлен на карантин сроком не менее 30 дней, во время которого проведут необходимые профилактические и диагностические мероприятия.

### РУКОТВОРНЫЕ ЧУДЕСА

Ялutorовские мастерицы признаны лучшими в Уральском федеральном округе.

Ялutorовчане стали победителями и призерами окружного этапа Всероссийского конкурса «Туристический сувенир» – Большой Урал 20/21. «Теща Ялutorовской масленицы» мастерицы Ялutorовского острога Елены Корсун признана лучшей в номинации «Сувенир события». «Острожанка» мастерицы Ялutorовского острога Любви Вешкурцевой отмечена специальным дипломом за популяризацию культурных и исторических особенностей территории. «Ялutorовский пряник» Анны Антясовой стал третьим в номинации «Гастрономический сувенир».

Во Всероссийском конкурсе «Туристический сувенир» в Екатеринбурге участники представили 150 изделий из шести регионов УФО. Призеры этого тура примут участие в общенациональном финале. Он пройдет в Саранске 10–12 декабря.

### ОТ СЕКТОРА К СЕКТОРУ

На тюменских кладбищах построили более 10 километров новых дорог.

Замглавы Тюмени, директор департамента городского хозяйства **Семен Тегенцев** проверил ход работ по благоустройству кладбищ, где в текущем строительном сезоне построено свыше 10 км новых автодорог и проездов между секторами. Работы проходили на двух участках.

– На первом – в Червишевском-1 – работали специалисты ДРСУ-2 АО «ТО-ДЭП». Главный инженер Вадим Колесник рассказал, что работы на этом объекте завершены. Второй участок – строительство дорог на территории Червишевского-5. Здесь специалисты ЗАО «Пышмаавтодор» заканчивают укладку асфальта, – сообщили в пресс-службе администрации города.

Отметим, что в 2022 году планируется продолжить работу по благоустройству кладбищ примерно в аналогичных объемах.

Подготовили **Евгения СУВорова**, **Иван ТРЕТЬЯКОВ**

## || ИНФОРМАЦИЯ

Некоммерческая организация «Фонд капитального ремонта многоквартирных домов Тюменской области» уведомляет собственников помещений в многоквартирных домах, что предложения о проведении капитального ремонта размещены на официальном сайте фонда [www.fkr72.ru](http://www.fkr72.ru) в разделе СОБСТВЕННИКАМ → Важная информация для собственников → Предложения собственникам 2021 г. →. Добавленные дома согласно распоряжению департамента ЖКХ Тюменской области № 010 от 28.09.2021 г.

### ЭК «Восток» уведомляет жителей п. Боровский

Ввиду наличия задолженности МУП ЖКХ п. Боровский перед ресурсоснабжающей организацией АО «Энергосбытовая компания «Восток» по оплате потребленной электрической энергии, руководствуясь ч.2 ст. 157.2 Жилищного кодекса Российской Федерации, АО «ЭК «Восток» уведомляет о прекращении договорных отношений с МУП ЖКХ п. Боровский и переходе всех собственников/пользователей жилых помещений в многоквартирных домах по адресам:

Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 5;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 12;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 13;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 14;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 17;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 19;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 20;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 21;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 25;  
Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского, дом № 27

на прямые договоры энергоснабжения с АО «ЭК «Восток» в части индивидуального потребления.

Договоры энергоснабжения между собственниками/пользователями жилых помещений в многоквартирных домах считаются заключенными с АО «ЭК «Восток» с 01.12.2021 г. (ч.5 ст.157.2 ЖК РФ).

По всем имеющимся вопросам вы можете обратиться в офисы компании АО «ЭК «Восток» в Тюмени, расположенные по адресам: ул. Герцена, 70 (режим работы: понедельник-пятница с 8.00 до 18.30 без перерыва на обед, суббота, воскресенье – выходные); ул. Александра Логанова, 5а, ТЦ «Яркий сибиряк» (режим работы: понедельник-пятница с 9.00 до 18.00 без перерыва на обед, суббота, воскресенье – выходные).

Телефон единой бесплатной справочной службы АО «ЭК «Восток» 8-800-250-60-06.

РЕКЛАМА  
В ГАЗЕТЕ И НА САЙТЕ  
TUMENTODAY.RU

(3452) 49-00-22  
(3452) 49-00-23