

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКИЙ, ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЙ ЖУРНАЛ

ЯМАЛЬСКИЙ МЕРИДИАН

ЯНВАРЬ 2026

2026

ГОД ЗДОРОВЬЯ





Слово к читателям

Р



В 2026 году нас ждет начало нового этапа, наполненного возможностями и стремлениями. Год Здоровья на Ямале – это больше, чем лозунг. Это целая философия изменений, которую разделяют многие жители региона.

Александр Поздеев, главный редактор ИА «Север-Пресс», рассказал историю личного успеха. Однажды он заметил, что даже простое действие – завязывание шнурков – вызывает трудности. Именно тогда он решил круто поменять свою жизнь. Игровики спортивного сообщества «ФАКЕЛ ЯМАЛ» поделились простыми и действенными секретами, как преодолеть страх перед первым шагом к здоровью. Изменить жизнь и стать лучше мечтают многие в новом году. Жительница Салехарда Ольга Мизина знает, как ее выполнить, – любовь к активному образу жизни помогла ей стать сильнее и увереннее в себе.

Но здоровый образ жизни начинается не только с тренировок. Важно осознать, что перемены начинаются внутри нас самих. Пусть ваш первый шаг станет отправной точкой новых побед, будь то марафонская дистанция или просто желание чаще бывать на свежем воздухе.

Вступайте в 2026 год уверенно и решительно... бегом к мечте!



Сканируйте QR-код, подписывайтесь на группу «Ямальского меридиана» во «ВКонтакте»

A large, handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ефим Хороля'.

Ефим Хороля,
главный редактор
журнала «Ямальский меридиан»

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

- 6** От вопросов к действиям
- 10** Три главы одной истории
- 20** Дорога к храму



Фото: Андрей Ткачёв

ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО

- 40** Быть рядом
- 44** Музыка Каневых
- 50** В подарок – любовь, здоровье, победа



Фото: Александр Чирва

ГЛАВНАЯ ТЕМА

- 24** Начал обуваться... и пробежал марафон
- 28** Дисциплина, удовольствие, любовь к себе: с чего начинается ЗОЖ
- 34** БЕГом к мечте



Фото: Сергей Эзубков

ЭТНОС

56 Календарь тундровых ненцев
58 НОМАНЬ – новое слово в ямальской музыке
66 Древним языком орнамента
70 Чинк-Ча – белые лебеди
72 Северная сага в столице
74 Эволюция «Лух Авт»



ЛЕТОПИСЬ

96 Восстановить связь с прошлым



Фото: Павел Крюков /
предоставлено Ямальской филармонией



ЭСТЕТИКА

80 Цифровые миры и подлинные эмоции
86 Цветные сны
92 Киноа с овощами и оленым сердцем



НАВИГАТОР

106 Не груби гривастой:
как задобрить лошадь в 2026 году,
и при чём тут овсянка



Ямальский меридиан

№ 1. Январь 2026 г.

Автономная некоммерческая
организация «Ямал-Медиа»

Адрес редакции: 629003,
Ямало-Ненецкий автономный округ,
г. Салехард, мкр. Богдана Кнунианца, д. 1, каб. 106
Тел.: +7 (34922) 4-65-70
E-mail: yamal.meridian@yamal-media.ru
Журнал «Ямальский меридиан»

Генеральный директор
Марья Андреевна Зулинова

Главный редактор
Ефим Хороля

Заместитель главного редактора
Юлия Дубенко

Журналисты:
Екатерина Пшенцова, Анна Мирошниченко,
Неко Окотэтто, Нина Власова, Валерия Акименко,
Владимир Ганчерко, Екатерина Золотарёва,
Алена Печур, Юлия Терешина

Фотографы:
Сергей Зубков, Фёдор Воронов, Андрей Ткачёв,
Юрий Здебский, Юлия Чудинова,
Александр Чирва

Корректор
Татьяна Хадарова

Дизайн
Олеся Меркулова, Кристина Холявко

Обложка
Кристина Холявко

ЯМАЛ
медиа

Учредитель и издатель –
департамент внутренней политики
Ямало-Ненецкого автономного округа,
629008, ЯНАО, г. Салехард,
пр-т Молодёжи, 9, каб. 708.

Журнал зарегистрирован Управлением
Федеральной службы по надзору
в сфере связи, информационных
технологий и массовых коммуникаций
по Тюменской области, Ханты-Мансийскому
автономному округу – Югре и Ямalo-
Ненецкому автономному округу.

Регистрационный номер
ПИ № ТУ72-00557 от 19 апреля 2012 года.

Подписано в печать 24.12.2025.
Дата выхода в свет 01.01.2026.

Тираж – 7280 экз.
Порядковый номер выпуска 357.
Отпечатано в типографии
АО «Ямал-Медиа».
Юридический адрес: 629003,
Ямало-Ненецкий автономный округ,
г. Салехард, мкр. Богдана Кнунианца, 1,
каб. 106. Фактический адрес: 629007,
Ямало-Ненецкий автономный округ,
г. Салехард, ул. Чубынина, 39а.

Тираж – 25 экз. Заказ № 19 тз.
Тел./факс (34922) 3-10-73.

Отпечатано в типографии
ООО «Типография ФортДиалог».
620085, г. Екатеринбург, ул. Монтерская,
3/81А, оф. 323.
Тираж – 7255 экз. Заказ № 2620001.

При перепечатке ссылка на журнал
обязательна. На основании ст. 42
Закона РФ «О средствах массовой
информации» редакция журнала
«Ямальский меридиан» не обязана
публиковать все материалы, поступающие
в редакцию. Рукописи и фотоснимки
не возвращаются и не рецензируются.

Распространяется бесплатно.



КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Foto: Равиль Сафарбеков / предоставлено пресс-службой губернатора ЯНАО



ОТ ВОПРОСОВ К ДЕЙСТВИЯМ

СЕВЕРЯН ЖДЁТ РЯД НОВШЕСТВ, О НИХ В ХОДЕ ЕЖЕГОДНОЙ ПРЯМОЙ ЛИНИИ РАССКАЗАЛ ГУБЕРНАТОР ЯМАЛА ДМИТРИЙ АРТЮХОВ. ОН ПОДВЁЛ ИТОГИ 2025-ГО, ОБОЗНАЧИЛ ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ И ОТВЕТИЛ НА ВОПРОСЫ ЖИТЕЛЕЙ.

Нина Власова, фото: Александр Чирва, Андрей Ткачёв, Фёдор Воронов, Юлия Евдокимова / предоставлено пресс-службой АК «Ямал»

ТОП ВОЛНУЮЩИХ ТЕМ

- социальное обслуживание и защита
- строительство и ЖКХ
- образование
- физическая культура и спорт
- дороги

НОВШЕСТВА 2026 ГОДА



ШКОЛЬНИК? ЛЕТИ СО СКИДКОЙ

В программе лояльности авиакомпании «Ямал» со следующего года смогут участвовать все школьники округа. Регистрация перестанет быть обязательным требованием для покупки билетов со скидкой по карте «Морошка». Детям будут доступны четыре льготных перелета по межрегиональным направлениям и шесть – внутри округа.



«СЕВЕРНЫЙ ХАРАКТЕР» МОЛОДЫХ

Школьники хотят участвовать в Арктических экстремальных играх, губернатор ЯНАО поддержал идею расширить формат «Северного характера» и организовать для детей и подростков упрощенную трассу. Известно, что в следующем сезоне всероссийские состязания получат новый логотип, летняя трасса станет сложнее, а этап «Велодрайв» дополнят элементы национальных видов спорта.

МАСШТАБ ГОДА ЗДОРОВЬЯ

Программа тематического года затронет все сферы жизни ямальцев – от поддержки массового спорта до проведения встреч с популяризаторами здорового образа жизни. Одна из главных задач в здравоохранении – улучшить качество медицинской помощи. Глава Ямала обозначил приоритеты: запуск в работу новых больниц, поликлиник и медцентров, оснащение учреждений современным оборудованием, новый подход к профосмотрам и обучению медиков. Всё для быстрого и качественного обследования пациентов.

– Мы определили для себя ключевую задачу – сделать акцент на быстрой и четкой диагностике. В своем послании я поставил амбициозную задачу – уложиться в три дня. Идем к ней небольшими, но уверенными шагами, – отметил Дмитрий Артюхов.



ДОСТУП В СЕТЬ ДАСТ FREEYAMAL

В условиях временного ограничения мобильного интернета ямальцам станет проще быть онлайн. Все публичные сети Wi-Fi в округе будут называться одинаково – FreeYamal. Сейчас в городах и районах ЯНАО работают около 1300 точек доступа, пользоваться привычными сервисами северяне могут в общественных местах, социальных учреждениях, на остановках общественного транспорта после авторизации на портале «Госуслуги» или через СМС.

ДВОЙНЫЕ ВЫПЛАТЫ СЕЛЬСКИМ УЧАСТКОВЫМ

Выплату участковым, которые трудятся в труднодоступных и отдаленных населенных пунктах, увеличат с 35 до 70 тысяч рублей. Мера станет стимулом для привлечения кадров в небольшие села и поселки Ямала.

– Надо поддерживать наших правоохранителей – людей, которые всегда приходят к нам, когда сложнее всего, – отметил Дмитрий Артюхов, отвечая на вопрос жительницы Панаевска. Женщина обозначила проблему: в поселке долгое время нет участкового уполномоченного.

НОВАЯ СИСТЕМА ОПЛАТЫ ТРУДА ПЕДАГОГОВ

Дмитрий Артюхов пояснил, что изменения назрели, так как ситуация с зарплатой педагогов по округу неравномерная: в некоторых муниципальных образованиях она отличается в несколько раз. Новшества примут после детального обсуждения итогов pilotного проекта в Губкинском и с учетом мнения самих учителей. Доплату за проверку тетрадей и за квалификационные категории сохранят, а систему поощрения педагогов скорректируют. Произойдет это в сентябре 2026-го, а не с 1 января, как было заявлено ранее.

– Важно помнить: главная цель всех изменений – это повышение качества образования. Именно к этому мы и будем стремиться, – подытожил Дмитрий Артюхов.



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Глава Ямала подчеркнул, что многие задачи ставятся в результате обращений северян. Посыл адресован представителям органов власти на местах и касается целого спектра вопросов – от реформы в образовании до уборки снега во дворах.



ГУБЕРНАТОР ЯМАЛА ПРОВОДИТ ПРЯМЫЕ ЛИНИИ С 2018 ГОДА.

11 700

вопросов поступило главе округа за семь лет.

217

из них получили ответ в эфире.

14 ЧАСОВ 46 МИНУТ

составляет общее время прямых линий

60

стратегических решений было принято по итогам общения с северянами

КЛЮЧЕВЫЕ ИЗ НИХ:

- создан социальный навигатор;
- запущена программа «Мой двор»;
- обновилась программа для молодых семей;
- принято решение по «северным» с первого дня работы;
- запущены прямые авиарейсы в Сочи;
- закуплено оборудование для ночного детского ЭЭГ-мониторинга;
- решен вопрос с реэвакуацией пациентов из отдаленных территорий.

В ПАМЯТЬ О ПЕРВОПРОХОДЦЕ ЯМАЛА

Одну из улиц в Новом Уренгое назовут в честь Ивана Спиридовича Никоненко. Он стоял у истоков освоения многих месторождений Ямала, четверть века посвятил работе на газодобывающем предприятии «Уренгойгаздобыча». Ветеран скончался в конце ноября, ему было 87 лет. Дмитрий Артюхов поддержал инициативу горожан назвать улицу в честь героя ямальской земли.

ТРИ ГЛАВЫ ОДНОЙ ИСТОРИИ

ЮРИЙ НЕЁЛОВ, ДМИТРИЙ
КОБЫЛКИН, ДМИТРИЙ АРТЮХОВ –
О ВЫЗОВАХ, ТРУДНЫХ РЕШЕНИЯХ
И ЛУЧШЕМ РЕГИОНЕ СТРАНЫ



НОВЕЙШАЯ ИСТОРИЯ ЯМАЛА СВЯЗАНА С ТРЕМЯ ГУБЕРНАТОРАМИ – ЮРИЕМ НЕЁЛОВЫМ, ДМИТРИЕМ КОБЫЛКИНЫМ И ДМИТРИЕМ АРТЮХОВЫМ. ИХ ОБЪЕДИНИЛА ЛЮБОВЬ К СУРОВОМУ АРКТИЧЕСКОМУ РЕГИОНУ, ОНИ СДЕЛАЛИ НЕМАЛО ДЛЯ ЕГО РАЗВИТИЯ. НАКАНУНЕ 95-ЛЕТИЯ ЯНАО ГЛАВЫ ВПЕРВЫЕ ДАЛИ ОБЩЕЕ ИНТЕРВЬЮ И ОТВЕТИЛИ НА ВОПРОСЫ ЖУРНАЛИСТА «ЯМАЛ-МЕДИА» ОЛЕГА ХАТАНЗЕЙСКОГО И БЛОГЕРА ИРИНЫ КУЗНЕЦОВОЙ.

Владимир Ганчерко, **фото:** Равиль Сафарбеков, Анастасия Куманёва, архив пресс-службы губернатора ЯНАО

ЯМАЛ КАК РОДИНА

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

КОГДА ВЫ СЛЫШИТЕ СЛОВО «ЯМАЛ», КАКАЯ АССОЦИАЦИЯ ВОЗНИКАЕТ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Для меня это родина. 1994 год, город Салехард разморожен, в стране дефолт. Это трудные времена были. Но я благодарен, что у нас были надежные руководители в нефтегазовом секторе, строительстве, на транспорте. Люди помогали друг другу.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Ямал? Конечно, это дом, тепло. Родина моих детей. Территория, на которой произошло становление. Первое мое месторождение, первая практика. Я потомственный геофизик. В 1991 году приехал из Грозного в Таркосалинскую экспедицию.

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Первое слово – малая родина. У меня был перерыв между детством и годами, когда я сюда вернулся. Ямал сильно поменялся.



ТРУДНЫЕ РЕШЕНИЯ И ВЫЗОВЫ ЭПОХИ

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

ЮРИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ, В СЛУЧАЕ С ДМИТРИЕМ НИКОЛАЕВИЧЕМ, ДМИТРИЕМ АНДРЕЕВИЧЕМ ПОНЯТНО: ИМ БЫЛО НА КОГО ОПЕРЕТЬСЯ В СВОЕ ВРЕМЯ, КОГДА ВСТУПАЛИ В ДОЛЖНОСТЬ ГУБЕРНАТОРА ЯМАЛА. ВСПОМИНАЕМ ДЕВЯНОСТО ЧЕТВЕРТЫЙ. ЧТО БЫЛО? ТОГДА НУЖНО БЫЛО РЕШЕНИЯ ПРИНИМАТЬ БЫСТРО, РЕЗКО, НА ХОДУ. ВРЕМЯ КРИЗИСА. ВАМ НА КОГО МОЖНО БЫЛО ОПЕРЕТЬСЯ? У КОГО ВЗЯТЬ СОВЕТ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Во-первых, я местный, людей хорошо знал. Времени прошло не так много. Поэтому всех, на кого я надеялся, я сразу взял в помощники. А потом уже стал искать людей именно на Ямале, которые могли бы помочь в руководстве таким регионом. И вот мы потихоньку начали всё это поднимать.



Видите, каждому из нас троих досталось свое время – и время трудностей, и время гордости, когда понимаешь, что что-то сделал. Это нормально. Потому что у каждого была своя эпоха.

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

ВЫ ВСПОМИНАЛИ КИТАЙСКУЮ ПОГОВОРКУ О ТОМ, ЧТО ВРАГУ НЕ ПОЖЕЛАЕШЬ ЖИТЬ ВО ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН.

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Да, действительно, время было смутное, понимаете? Тяжелое. Самое сложное решение в жизни я принял, когда не стал выполнять указ президента. Нас «палкой» заталкивали в Тюменскую область. Но я посчитал, что это неправильно, ошибочно. Надо было спросить это у населения, надо было провести референдум. Ну и всё, я отказался.

А вы сами понимаете, что это такое. Но! Разобрались! (Смеется.) И вот как-то всё это нормально получилось. Все три субъекта сейчас нормально живут. Такой системы управления ни в одном регионе, как у нас, нет.

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ДМИТРИЙ НИКОЛАЕВИЧ, А У ВАС КАКОЕ БЫЛО САМОЕ СЛОЖНОЕ РЕШЕНИЕ?

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Вы знаете, у нас постоянно были какие-то вызовы. Юрию Васильевичу достались времена, когда, по сути, формировалась государственность в России. Нам и финансовые кризисы доставались... Я помню, как перестали платить зарплаты. Бывало, что прокуратура практически висела у нас на плечах, и мы проводили штабы регулярно, потому что людям нужно было платить. То есть всё



было... и всё было сложно. Я не помню каких-то простых задач или простых решений. А Ямал – это вообще целиком территория чрезвычайной ситуации.

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:
СИБИРСКАЯ ЯЗВА.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Конечно, это был сложный период. Поэтому что саму ситуацию до конца никто не понимал. И какие будут последствия – тоже. Решения приходилось принимать очень тяжелые. Вакцина, например, появилась не сразу. А когда появилась, мы не знали, сколько людей уже заразилось. Нужно было принимать решение – вакцинировать, в том числе и тундровиков. И вот я помню, это, наверное, была самая тяжелая ночь в моей жизни, когда вакцина уже была. Если бы мы привили людей, которые уже заражены, они бы к утру умерли. Людей было много, и решение надо было принимать. Медицина не могла точно установить диагноз: заражен человек или нет. А вакцина живая – ее привезли, ее нужно было использовать. Кому-то нужно было принять это решение. Этот список никем не был подписан. И я взял это на себя. Всю ночь не спал. В результате все оказались живы. У нас погибли только мальчик и женщина в самом начале, которые заразились первыми. Такие вот сложные решения.

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:
ДМИТРИЙ АНДРЕЕВИЧ, ТОЖЕ С ЭТИМ СТАЛКИВАЕТЕСЬ?

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Не кофе бодрит с утра, а сводка за прошедшие сутки. Но в этой сводке ты видишь человеческую боль. В них не пишут о победах, рождениях или о чем-то хорошем. И ты понимаешь, что твой рабочий день должен – хоть на маленький шаг – эту статистику исправить, с ней бороться... Чтобы медицина работала лучше, чтобы на дорогах было безопаснее, чтобы службы спасения, экстренные службы были лучше подготовлены и в нужный момент могли прийти на помощь нашим жителям – вот это постоянно держишь в голове... Безопасность – это первая потребность людей. Они должны это чувствовать в нашем регионе.

66

Дмитрий Артюхов:

Идея этой встречи родилась у меня от понимания одного факта: больше нет в России ни одного региона, где бы главы субъекта, начиная с 1994 года и по сегодняшний день, могли так собраться в студии – в добром здравии, в очень добрых отношениях, во взаимопомощи, при огромном уважении. Вот так обсудить, а у нас впереди еще много тем, истории... Да, такое сложно представить. Это есть только на Ямале.





САБЕТТА VS ЧУМЫ: НАСТОЯЩИЙ РАЗГОВОР

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

ДМИТРИЙ АНДРЕЕВИЧ, КРУПНЫЕ ПРОМЫШЛЕННЫЕ ПРОЕКТЫ, КАК «ЯМАЛ СПГ», – ОДНОВРЕМЕННО И ВАШЕ НАСЛЕДСТВО, И ВАШ ВЫЗОВ. С ОДНОЙ СТОРОНЫ, ВЫ ПОЛУЧИЛИ ГОТОВУЮ МОЩНУЮ ИНФРАСТРУКТУРУ, А С ДРУГОЙ – НА ВАС ОБРУШИЛИСЬ БЕСПРЕЦЕДЕНТНЫЕ ВЫЗОВЫ: ГЕОПОЛИТИКА, COVID, САНКЦИИ. ПРОСТЫМ ЛЮДЯМ НЕПОНЯТНО И СТРАШНО: ЧТО ВООБЩЕ БУДЕТ ДАЛЬШЕ? А КОГДА ТЫ ГУБЕРНАТОР, ТЫ ГЛАВА ГАЗОВОЙ КЛАДОВОЙ РОССИИ, КАК ЭТО ПЕРЕЖИТЬ? КАКИЕ МЫСЛИ В ГОЛОВЕ?

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Когда ты глава газовой кладовой, как раз таки чуточку проще. Потому что ты понимаешь, что у региона значение в масштабах планеты. Для страны мы очень важный регион – мы энергетическое сердце, и значимая часть всех

домов в стране в тепле, и заводы работают благодаря газу, который добывается на Ямале. Газ занимает первое место в энергобалансе России. Но это и в планетарном масштабе уникальный абсолютно регион. С выходом в океан, с пилотным проектом «Ямал СПГ», с последующими проектами роль региона выходит уже на такой глобальный уровень. Поэтому, неоднократно встречаясь с жителями, я отвечаю: да, сложности сегодня есть, и они очень острые. Они, наверное, будут по инерции сдерживать нас в среднесрочной перспективе. Но в долгосрочной перспективе успех Ямала абсолютно неизбежен. Потому что таких провинций в мире больше нет. А энергия миру нужна. И с этой уверенностью гораздо проще решать текущие сложности.





ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ЯМАЛ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО БОГАТЫЕ НЕДРА, НО ЕЩЕ И ТЕРРИТОРИЯ КОРЕННЫХ НАРОДОВ. СЕГОДНЯ ОЛЕНЕВОДЫ И ПРОМЫШЛЕННИКИ ЖИВУТ ОЧЕНЬ ХОРОШО, ДРУЖНО, ВО ВЗАИМОПОНИМАНИИ И ВЗАИМОВЫРУЧКЕ. НО ТАК БЫЛО НЕ ВСЕГДА?

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

МЫ ЗНАЕМ, ЧТО ПРОТИВОСТОЯНИЕ БЫЛО СЕРЬЕЗНОЕ. ЮРИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ, КАК ЭТИ ОТНОШЕНИЯ ВЫСТРАИВАЛИСЬ? БРАЛИ ЗА РУКИ, ПРИВОДИЛИ, САЖАЛИ ЗА СТОЛ ПЕРЕГОВОРОВ? КАКИЕ АРГУМЕНТЫ ПРИВОДИЛИ? ТАМ НАВЕРНЯКА ВЕДЬ ДАЖЕ ЯЗЫКОВОЙ БАРЬЕР БЫЛ.

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Понимаете, коренное население просто не было готово к такому мощному наступлению и развитию нефтегазового комплекса. Они не понимали сразу такие мощные машины. И тут на тебе! А те, кто приходил осваивать нефтегазовый комплекс, не знали, что такое оленеводство, рыбодобыча и так далее. И вот эти интересы, конечно, столкнулись.

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ДМИТРИЙ АНДРЕЕВИЧ, ВЫ ТОЖЕ У ТУНДРОВИКОВ УЖЕ СВОЙ, ОСОБЕННО ПОСЛЕ ВАШИХ СОВМЕСТНЫХ ТУНДРОВЫХ ЧУМОВЫХ ДЕТОКСОВ. КАК ВОЗНИКЛА ЭТА ИДЕЯ? КАК ВЫ ЭТО РЕШИЛИ – СОБРАТЬСЯ И ПОЕХАТЬ?

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

У нас, как у глав регионов, существует формат встреч с тундровиками. И такие советы проходят регулярно. Но я давно ловил

себя на мысли и до этого, наблюдая и уже проводя их сам, что люди-то очень скромные. Они добрые, простые в хорошем смысле этого слова и скромные. И вот в этих высоких залах правительственные зданий поговорить о проблемах по-настоящему, разговорить людей... У них не принято жаловаться. И мне как-то всё это казалось не до конца искренним. Всё-таки мы живем – городские жители и тундровики – в абсолютно разных условиях. Так и родилась идея – приехать к ним, пожить чуть дольше. И вот здесь уже на второй-третий день разговор становится прямее, честнее. О проблемах говорим прямо. Где-то и свою позицию объясняем, потому что всё и сразу не бывает. И разговор получается настоящий.

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ВЫ ВСЕ ТРОЕ, КАЖДЫЙ В СВОЕ ВРЕМЯ, ДАВАЛИ МАСТЕР-КЛАСС. ДМИТРИЙ АНДРЕЕВИЧ И СЕЙЧАС, И СЕГОДНЯ ЕГО ДАЕТ ПО ОБЩЕНИЮ С НАРОДОМ. А ВОТ ПРО ВАС, ЮРИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ, ВАШ КОМСО-



МОЛЬСКИЙ ТОВАРИЩ И СОРАТНИК ГЕННАДИЙ ЧЕБОТАРЁВ ГОВОРИЛ ТАК: «БЫЛ СВОИМ В БРИГАДАХ ГЕОЛОГОВ, БУРОВИКОВ, ПУТЕЙЦЕВ, ТРОСОВИКОВ, ОЛЕНЕВОДОВ. ВНИКАЛ В ПРОБЛЕМЫ, ПОДКЛЮЧАЛ К ИХ РЕШЕНИЮ РУКОВОДИТЕЛЕЙ СТРОИТЕЛЬНЫХ И ДОБЫВАЮЩИХ ПРЕДПРИЯТИЙ». КАК ВАМ УДАЛОСЬ ВЫСТРОИТЬ ЭТУ СВЯЗЬ С НАСЕЛЕНИЕМ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Ну, понимаете, прежде всего надо уметь слышать людей. Вы знаете, почему люди не любят администраторов, чиновников? Потому что придет человек, попросит – его по кругу пустят, а ничего не решат. И думаешь: зачем эта власть, к ней что приходи, что не приходи. А ты пригласи человека, выслушай. Ты можешь не помочь ему ни деньгами, ничем, но просто выслушай. И он уйдет довольный и скажет: «Власть меня услышала. Она сегодня, может, и не может решить, но завтра поможет». Понимаете? Я думаю, что и мои последователи этой линии придерживаются. Услышишь человека, помоги – и всё будет нормально. Люди потом идут навстречу.

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

ВОТ МНЕ РАССКАЗЫВАЛИ ОДНУ ИСТОРИЮ, Я НЕ ЗНАЮ, ПРАВДИВА ОНА ИЛИ НЕТ, НО ВЫ ДОЛЖНЫ ПОДТВЕРДИТЬ. ГОВОРЯТ, ВЫ КАК-ТО ОТЧАЛИЛИ НА МОТОРНОЙ ЛОДКЕ ПО КАКИМ-ТО ВАЖНЫМ ДЕЛАМ, А ПОТОМ ВНЕЗАПНО ВЕРНУЛИСЬ С БУКЕТОМ ПОДСНЕЖНИКОВ И ВРУЧИЛИ ИХ КОМСОМОЛЬСКОЙ ДАМЕ. ЭТО ПРАВДА?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Дело было так. Я избирался народным депутатом СССР по Сургуту. Было двадцать семь человек на место! Я тогда был еще молодым председателем исполкома, а остальные – матери генералы, серьезные люди баллотировались. Идет заседание. Все выступают, вносят предложения. А я во время перерыва задержался немножко, не пришел вовремя. И сразу в президиум полетели записки: «А что это он не уважает собрание? Почему задерживается?» А перед этим одна девушка выступала и всех призывала: «Снимите свои кандидатуры! Проведем в народные депутаты молодежь, таких как Неёлов!» И вот я вышел, а она как раз такие хорошие слова обо мне сказала. И я-то почему задержался? Букет цветов искал! Мои помощники быстро – раз! – нашли, я вручил ей эти цветы, и всё. (Смеется.) После этого и начали голосовать. И я победил.

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ДМИТРИЙ НИКОЛАЕВИЧ, ПЕРВАЯ НАША ВСТРЕЧА БЫЛА В 2016 ГОДУ, КОГДА СВИРПСТВОВАЛА СИБИРСКАЯ ЯЗВА. ВАМ, ЧТОБЫ УСЛЫШАТЬ ЛЮДЕЙ, ПРИХОДИЛОСЬ ПЛЫТЬ, ЕХАТЬ, ИДТИ В РЕЗИНОВЫХ САПОГАХ.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Ну конечно. А как по-другому? Вот Юрий Васильевич сказал, что человека выслушать – это уже помочь. Но если ты пообещал, то разбейся и сделай. Помните, даже президенту задали вопрос, о чем он сожалеет? Он сказал, что женщина дала записку, он передал охраннику, а тот ее потерял. А она просила. Для любого руководителя важно: если до тебя человек дошел, и ты понимаешь, что решить можно, то разбейся, но реши.

ОЛЕГ ХАТАНЗЕЙСКИЙ:

ДМИТРИЙ АНДРЕЕВИЧ, ВЫ, ПОЛУЧАЕСЬ, ПОШЛИ ЕЩЕ ДАЛЬШЕ – И В ТУНДРУ, И В «ЧЕСТНЫЙ МАРШРУТ». ЗАВЕЛИ СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ, КОГДА СТАЛИ ГУБЕРНАТОРОМ. А ТОГДА ЭТО БЫЛО, СКАЖУ ПРЯМО, НЕ В ТРЕНДЕ.

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

Я ТОЧНО ВИЖУ, КАК ВЫ КОГО-ТО УЗНАЕТЕ НА ВСТРЕЧАХ, В СКВЕРАХ, КОГДА ПРИЕЗЖАЕТЕ КУДА-ТО, МНОГИХ ДАЖЕ ПО ИМЕНАМ. ВЫ СДЕЛАЛИ ТАКОЙ ФОРМАТ... ЭТО ДАЖЕ НЕ «НОВАЯ ИСКРЕННОСТЬ» И НЕ «НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ» – ЭТО «НОВАЯ



НОРМАЛЬНОСТЬ». ВЫ СДЕЛАЛИ ЭТО НОРМАЛЬНЫМ, ОБЫДЕННЫМ ФОРМАТОМ РАБОТЫ. ВОТ ЧТО ЭТО БЫЛО? СПЛАНИРОВАННАЯ СТРАТЕГИЯ, ПОРЫВ ДУШИ ИЛИ ЧТО?

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Вы знаете наши правила: у нас все встречи на улице. Я помню первую поездку, когда мы начали в стандартной, традиционной форме собирать залы. Естественно, сразу миллион комментариев: «пригласили всех комфортных, всех, кто побоится задать вопрос». Вот тогда и родилась идея: а давайте сделаем на улице! Действительно, зачем зал? На улице сейчас собирается уже две, даже ближе к трем тысячам человек. Сейчас невозможно всё это модерировать. О чем и Юрий Васильевич сказал: нужно выслушать. Надо быть там, где люди. Люди в соцсетях – ты в соцсетях. Люди на онлайн-площадках – ты там. Но живое общение – это, конечно, самое главное. И это именно то, чему меня научил Дмитрий Николаевич. Работу с жителями я по-настоящему узнал не по учебникам, а на практике, когда был помощником у Дмитрия Николаевича. И то, о чем вы рассказывали, – когда ни одно обращение человека не теряется... Помощница Дмитрия Николаевича, Галина Владимировна, она у вас была главная – она всё запишет, зафиксирует, а потом это берется на контроль. Этому я научился. Когда каждая мелочь важна. Вот мы провели большое совещание, приняли важные системные решения. Они имеют такую же значимость, как то, что сказал человек в коридоре, случайно поймав губернатора на секунду или отдав ему записку о своей проблеме.

О ДЕФИЦИТНОМ

ИРИНА КУЗНЕЦОВА:

ДАВАЙТЕ О ЛИЧНОМ ПОГОВОРИМ. ЧЕМ ПРИХОДИТСЯ ЖЕРТВОВАТЬ, ЗАНИМАЯ ТАКУЮ ДОЛЖНОСТЬ, КАК ГУБЕРНАТОР? ХОЧЕТСЯ УСЛЫШАТЬ В ОТВЕТ НЕ ФОРМАЛЬНОСТИ, МОЛ, СЛОЖНО, НЕ УДАЕТСЯ СОВМЕЩАТЬ, А КАКУЮ-ТО ЛИЧНУЮ ИСТОРИЮ. ВЕДЬ ЭТО НА САМОМ ДЕЛЕ ТЯЖЕЛО – НЕСТИ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ЦЕЛЫЙ РЕГИОН И ОДНОВРЕМЕННО БЫТЬ ГЛАВОЙ СЕМЬИ, НАХОДИТЬ ДЛЯ НЕЕ ВРЕМЯ. ЮРИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Если ты даешь согласие быть губернатором, ты должен понимать, что у тебя уже особой личной жизни не будет. Ты сам себе не принадлежишь. Для того, чтобы занимать должность, ты сам себя оценивай. Думаете, Дмитрий Николаевич и Дмитрий Андреевич тоже шибко личной жизнью занимаются? Да нет, конечно. Из самолетов не вылазят и так далее. А иначе тебя не поймут – подумают, что ты для людей не работаешь.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Это служба. Надо просто понимать, что это служение. Как мне один батюшка сказал: «Служба – это жертвование». Конечно, этой частью жизни приходится жертвовать. Но дети растут на примерах. Если отец ведет себя достойно, они оценят. Ты никогда не выпадешь из семьи.

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Здесь лучше не скажешь. Конечно, время – самый главный ресурс, самый дефицитный. Это выбор.



ЧАЙ С ЯМАЛЬСКИМИ ТРАВАМИ ИЛИ КОФЕ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

С ямальскими травами.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Я тоже. Ну, иногда кофе.

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Кофе утром, чай после обеда.

ТОП-3 ЛЮБИМЫХ МЕСТ НА ЯМАЛЕ.

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

У меня одно место святое в Салехарде – старое кладбище. Там похоронены дед, бабушка, мать, отец. Для души – охотничья избушка в Собтыёган. И озеро Сойпилор в Шурышкарском районе. Там живет мой друг Тимофей Тояров. Очень мудрый мужик.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Конечно, Тарко-Сале, где родились дети. Озеро Халто. И Салехард. Для меня это был большой вызов. Юрий Васильевич сказал: «Берегите Ямал, потому что это моя родина». Я понимал, что надо сделать всё, чтобы он всегда мог вернуться.

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Двор, в котором вырос, в Новом Уренгое. Улица Ленина в Салехарде. И ноябрьский парк – украшение нашей южной столицы.

БЛИЦ-ОПРОС

КАКОЙ СОВЕТ ВЫ БЫ ДАЛИ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ СОБИРАЮТСЯ ПЕРЕЕХАТЬ НА ЯМАЛ?

ЮРИЙ НЕЁЛОВ:

Вы приехали в лучший регион России. Дорожите этим. Рассказывайте детям. На Севере люди особые. Они всегда протянут руку. Ямальский характер – особый. Когда люди руки не опускают. Вот будьте такими же.

ДМИТРИЙ КОБЫЛКИН:

Пожелать верить в свой правильный выбор. Они попали в хорошее место.

ДМИТРИЙ АРТЮХОВ:

Сегодня Ямал – лучшее место для самореализации, и мы делаем всё, чтобы это было лучшее место для семьи. Мы поставили задачу – «Лучшая территория детства». Возвращаемся к главным ценностям – семья. На Ямале для этого есть все условия. Лучше регион представить сложно.

СМОТРИТЕ ПОЛНУЮ
ВЕРСИЮ ИНТЕРВЬЮ
«ЯМАЛ. ТРИ ГЛАВЫ
ОДНОЙ ИСТОРИИ»



ДОРОГА К ХРАМУ

В 2026 ГОДУ ЯМАЛЬЦЫ ВОЗЬМУТСЯ ВОССТАНАВЛИВАТЬ
МНОГОЭТАЖНЫЕ ДОМА В РАЗРУШЕННОЙ ВЛАДИМИРОВКЕ
ВОЛНОВАХСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ДНР.
ТРИ ГОДА ЛЮДИ ЖИЛИ БЕЗ СВЕТА, ВОДЫ И ГАЗА.
ВСЕ КЛЮЧЕВЫЕ ОБЪЕКТЫ – ШКОЛЫ, ДЕТСКИЕ САДЫ
И БОЛЬНИЦА – РАЗРУШЕНЫ.

Анна Лысикова, **фото:** Максим Голубев

D – Во время обстрелов было очень страшно, постоянно гремело, но мы не уехали. Я живу здесь всю жизнь. Да, тяжело, но это временно. Есть люди, готовые прийти на помощь, – рассказывает Галина Гюз.

Сейчас жизнь в поселке постепенно налаживается: электричество уже проведено. В течение трех лет жителям помогали пуревчане, доставляли воду, генераторы и продукты питания.

– У нас не было недостатка в продуктах и дровах. Мы колем дрова для буржуек и продолжаем отапливаться. Ямал всегда привозил нам еду и не оставлял в беде. Радостно осознавать, что люди с далекого Севера разделяют нашу беду и протягивают руку помощи, – отмечают местные жители.

К сожалению, больница не функционирует. Пациентов принимают в обычной квартире. Обогреваются по-фронтовому – железной буржуйкой, а вместо палат – одна койка.



– В 2022 году я попала в больницу, но из-за разрушений находиться там стало невозможно. Нам выделили это помещение. Конечно, мы не можем оказывать полный спектр услуг, только консультируем, а за серьезными вмешательствами люди едут в город, – рассказывает Валентина Боченко, старшая медсестра амбулатории.

Чтобы облегчить жителям поездку за медицинской помощью, пуревчане подарили селу микроавтобус. Вскоре начнут восстанавливать дома. Семья Пелик живет во Владимировке уже более 20 лет и во время боевых действий укрывалась в своей квартире или подвале. Они с трехлетней вспоминают те времена.





– Когда узнали о восстановлении дома, даже не верили. Скоро наше село станет снова красивым, даже лучше, чем мы его помним, – делится Наталья Пелик.

Местные жители отмечают: во время боевых действий с соседями стали как одна большая семья. Переживали все утраты и радостные моменты вместе. Галина Гюз живет одна, с нетерпением ждет начала восстановительных работ. В ее квартире выбиты окна и лопнули трубы, справляется благодаря обогревателям и привезенной еде.

– Ямальские строители уже приезжали, смотрели. Они настоящие молодцы! Будут работать зимой ради нас. Сложно представить, что люди, живущие за пять тысяч верст, так заботятся о нас. Мы помним, как всё было, тяжело видеть эти разрушения. Но на примере Волновахи мы знаем, что станет в разы лучше, – говорит Галина.

Работы много: некоторые дома придется разобрать и собрать заново. Но это не станет преградой для ямальцев. Возьмутся и за восстановление главного храма ДНР –



Свято-Васильевского, построенного еще в 1912 году. Во время атак ВСУ здесь укрывались сотни прихожан и монахов.

– Первый обстрел произошел, когда мы были на улице. Более ста человек находились здесь, но никто не пострадал: нас защитил Бог. Мы бегали под снарядами. Это место притяжения для ударов ВСУ. Сначала боялись мин, потом дронов, а затем ракет. Но Бог нас уберег, – вспоминает матушка Варвара.

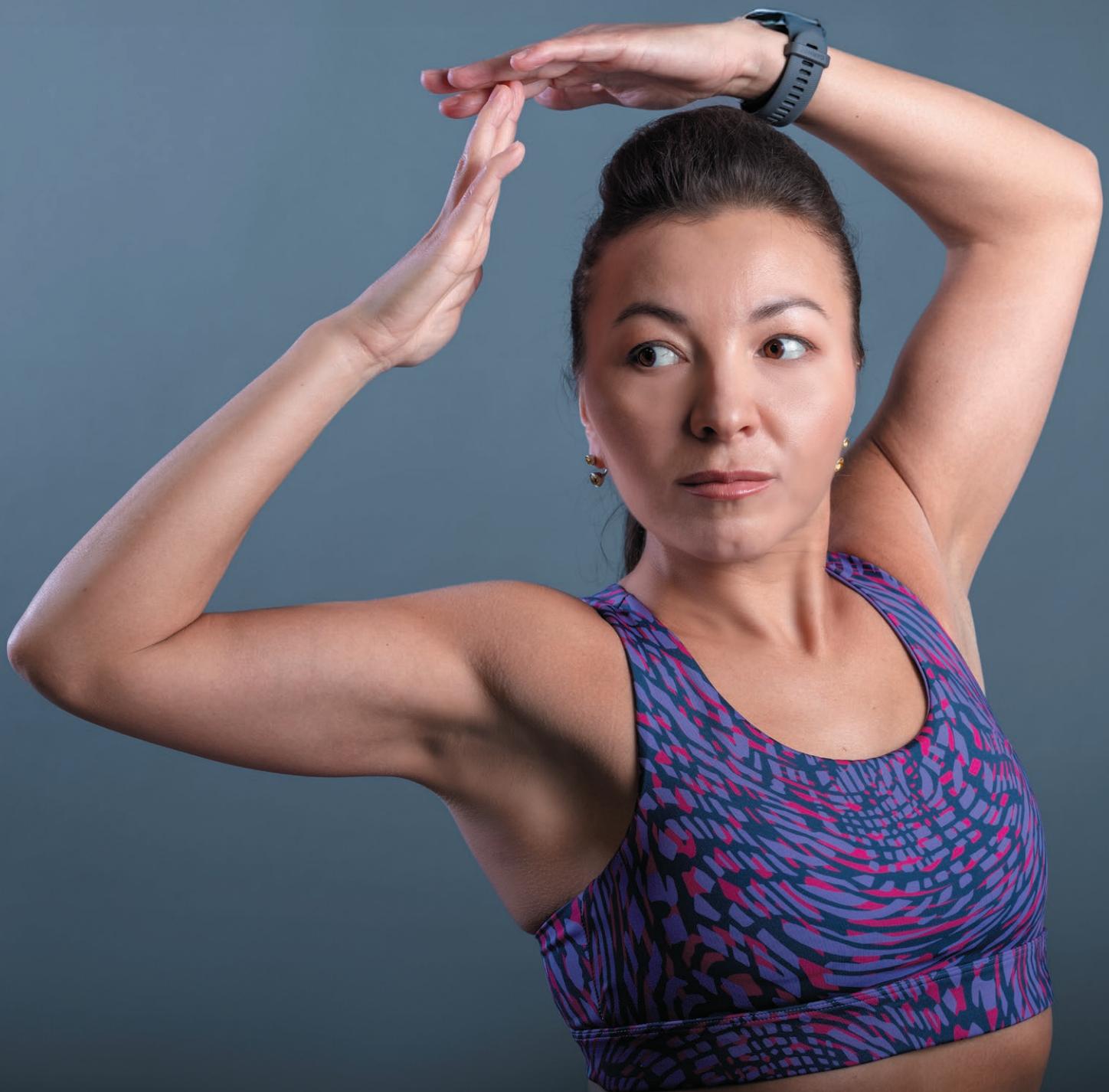
Свято-Васильевский храм пострадал больше всего: на его территорию пришлось более десятка прямых попаданий ракет. Несмотря на обстрелы, службы продолжались каждый день.

– Мы своими силами убирали обломки ракет и дронов. Несмотря на трудности, мы продолжали служить утром и вечером каждый день, – говорит матушка Варвара.

Восстановление главной святыни начнется в начале 2026 года. Северяне установят новую кровлю, заменят разрушенные плиты перекрытия, частично восстановят кирпичную кладку, окна и инженерные системы.

– Волновахский муниципальный округ большой, и у нас следующая задача – это другие населенные пункты, в первую очередь Владимировка, населенные пункты рядом с ней. Посетил монастырь, очень намоленное место, известно далеко за пределами ДНР. Сильно пострадал, был на передовой боевых действий, но там замечательные люди служат, очень хочется им помочь. В свое время в Волновахе уже восстановили храм, будем двигаться дальше, – отметил Дмитрий Артюхов.





ГЛАВНАЯ ТЕМА

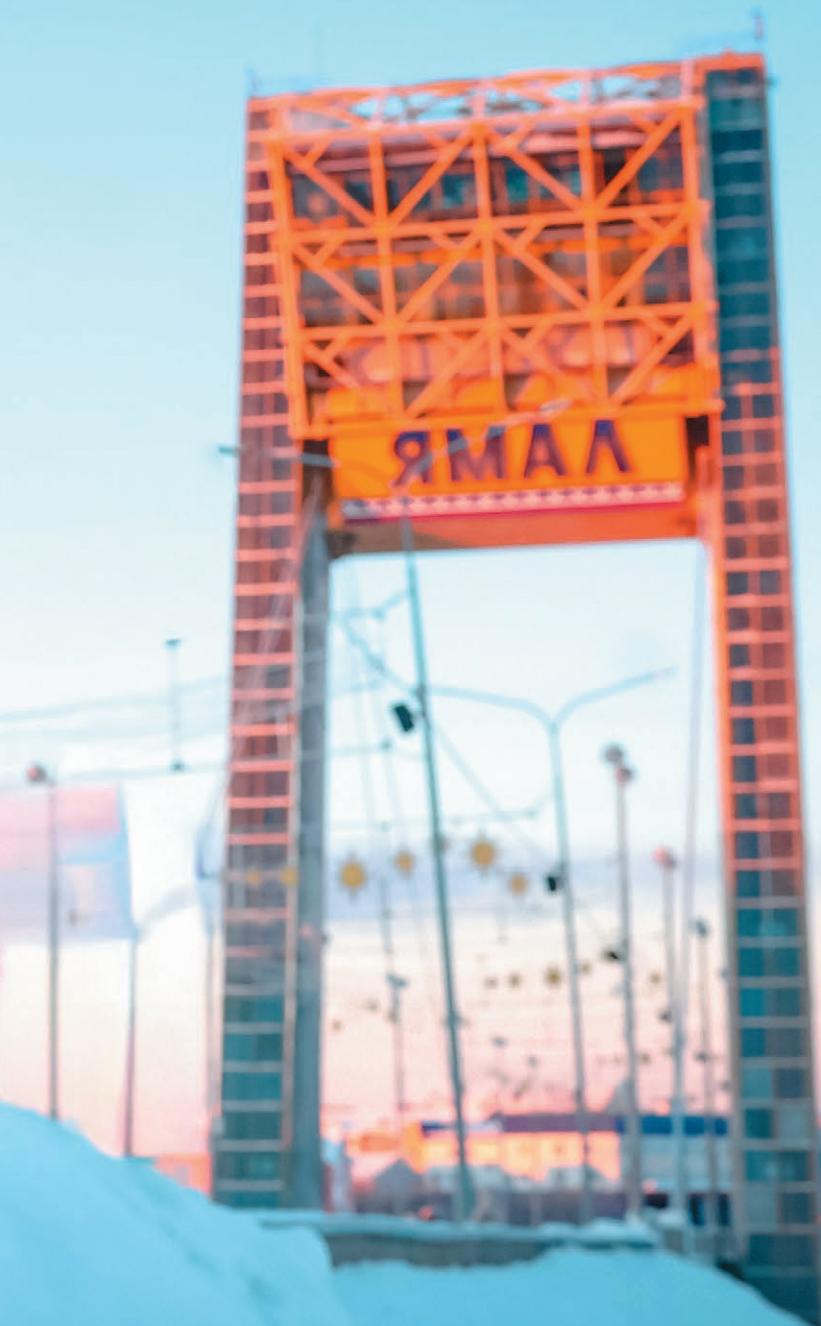
📷 Фото: Сергей Зубков

НАЧАЛ ОБУВАТЬСЯ... И ПРОБЕЖАЛ МАРАФОН



«ОДНАЖДЫ, КОГДА Я СТАЛ ЗАВЯЗЫВАТЬ БОТИНКИ, ПОНЯЛ, ЧТО ДЕЛАЮ ЭТО С ТРУДОМ...» ТАК НАЧАЛ СВОЙ РАССКАЗ ОБ УВЛЕЧЕНИИ БЕГОМ АЛЕКСАНДР ПОЗДЕЕВ, ЖУРНАЛИСТ ИЗ САЛЕХАРДА, ВОЗГЛАВЛЯЮЩИЙ ИНТЕРНЕТ-ДИРЕКЦИЮ «ЯМАЛ-МЕДИА». СВОЮ ЖИЗНЬ ОН РЕШИЛ КРУТО ИЗМЕНИТЬ ОКОЛО 10 ЛЕТ НАЗАД И НИ РАЗУ ОБ ЭТОМ НЕ ПОЖАЛЕЛ.

Алёна Печур, **фото:** Андрей Ткачёв



К ЗДОРОВЬЮ БЕГОМ

– Я никогда не был спортивным человеком, ненавидел бег с детских лет, а физкультуру в принципе. В подростковом возрасте я себя, конечно, немножко подтянул, чтобы поступить в военное училище, но там окончательно убедился в том, что никогда не буду заниматься спортом добровольно. Я искренне не понимал, как можно сознательно подвергать себя таким пыткам, ведь есть гораздо более приятные и полезные вещи, – рассказал Александр, добавив, что с таким мироощущением он прожил почти четыре десятка лет. Но всё изменили ботинки, шнурки на которых вдруг стало завязывать очень сложно. – Пришло осознание, что нужно приводить себя в порядок, иначе это плохо кончится.

И было принято волевое решение каждое утро выходить на пробежки. Время года располагало – был май.

– Я НАДЕЛ КРОССОВКИ, ТОГДА ЕЩЕ НЕ БЕГОВЫЕ, А ОБЫЧНЫЕ, И ПОБЕЖАЛ... И МНЕ ПОНРАВИЛОСЬ!

Первые дистанции были совсем небольшие, два-три километра – от дома до парка и обратно. Сбивчивое дыхание, боль в мышцах – всё говорило о том, что тело совершенно не готово к физическим нагрузкам. Но Александр не сдался, а начал постепенно увеличивать дистанцию и темп. «Так, сегодня я пробежал пять километров, а что будет, если преодолею шесть? А что, если за то же время пробежать?» – ежедневные цели помогали достигать новых результатов, а уже через несколько лет тренировок по силам стала дистанция в 20 километров. И личный рекорд.

ДОСТИЖЕНИЯ И ЛИЧНЫЕ РЕКОРДЫ

– В июне этого года я наткнулся на объявление о старте заявочной кампании на августовский полумарафон «Полярный круг» в Салехарде. Прикинул: времени на подготовку достаточно, плюс это возможность зафиксировать свои победы. И подал заявку на дистанцию в 21,1 километра.

Вершина покорилась за два часа пять минут. Но результат оказался скромным – второе место с конца. Однако рейтинговая таблица была не так важна, как осознание того, что получилось справиться с вызовом, поставленным самому себе.

Впереди же новая цель – марафон.

– В 2018 году у нас был чемпионат по футболу. И я поспорил, что если сборная России пройдет первый тур, то пробегу марафон. Но тогда я этого не сделал, остался должок, а так не годится. Думаю, время еще придет. Конечно, меня отговаривают все, мол, в таком возрасте не стоит подвергать организм большим нагрузкам, но цель-то остается. Ведь тут главное понимать, что ты бежишь не ради приза, а для себя.

САЛЕХАРД ИЛИ ЕКАТЕРИНБУРГ?

Сейчас Александр тренируется преимущественно в Салехарде, начинал же когда-то в Екатеринбурге. И пока плюсы на стороне ямальской столицы, которую отличают и чистота улиц, и отсутствие плотного потока машин.

– В Салехарде проще бегать, чем в Екатеринбурге, потому что город сам по себе более чистый. Ты не боишься, что утонешь в луже или прибежишь в грязи по колено. В Салехарде очень удобно заниматься не только летом, но и зимой, хотя здесь низкие температуры чуть ли не с сентября по май. Но если нет ветра и метели, то погода вполне комфортная. В безветренную даже в минус 20 бегал, главное – закрыть лицо маской и подобрать правильную обувь.

Любимое место для пробежек в Салехарде – территория вокруг реки Преображенки.

От улицы Арктической до Преображенского собора по проспекту Молодежи, к мосту «Факел», через улицу Чубынина до дома.

СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ И ПИТАНИЯ

– Мне говорили, что бег – травмоопасный вид спорта: колени начнут хрустеть, суставы болеть, нагрузка на позвоночник и так далее. Но это происходит, когда перестаешь дозировать нагрузку. Например, если ты не бегал несколько месяцев, а потом сразу решил преодолеть дистанцию в 10–12 километров, причем в приличном темпе. В моем же случае это всё-таки занятия физкультурой, которая нужна, чтобы быть в тонусе, поэтому вреда тут точно нет, – рассказывает Александр Поздеев.

Пройденный перед полумарафоном в августе медосмотр показал, что все показатели здоровья в норме. За этим следует и приложение в смартфоне – оно отслеживает пульс, вес и некоторые другие параметры.

– Когда ты пробежишь дистанцию в 10–12 километров, то чувствуешь себя как после хорошего похода в баню: перегруженность и приятная усталость. Настроение ощутимо поднимается. Как в мультфильме «Падал прошлогодний снег»: «В теле такая приятная гибкость образовалась...» Так и здесь. Ведь бег помогает выгнать из себя лишнюю жидкость – после преодоления 20 километров, например, килограмма на полтора-два точно легче становишься. Когда я занимаюсь бегом, у меня нормализуется давление, плюс, разумеется, повышается личная физическая выносливость.

А еще бег помог отказался от курения и алкоголя.

– Я когда-то курил, но последние четыре года полностью отказался от этой привычки. Алкоголь не употребляю уже много лет в принципе. Сейчас есть привычка не пить, не курить и бегать при любом возможном случае, – рассказывает Александр.

Повлияли регулярные занятия и на пищевые привычки. Сахар почти полностью ушел из рациона, меньше в меню стало и животных жиров.

– Раньше я все время пил чай и кофе с сахаром. Сейчас сахар пытаюсь не употреблять, да и не хочется. Возможно, организм адаптировался и требует этот продукт только тогда, когда его количество в крови падает. В рационе появилось больше свежих овощей и фруктов. Животные жиры отошли на второй план. Вместо сливочного масла пользуюсь растительными спредами. Я очень люблю сало, но стал его есть значительно меньше, хотя ни о каких диетах речи не идет.



Время бега
≈ 60 мин

Дистанция
11.1 км
3 круга

БЛИЦ

КОМУ СТОИТ ЗАНЯТЬСЯ БЕГОМ?

Прежде всего тем, кто у кого сидячий образ жизни. В этом случае нужно обязательно добавлять какую-либо активность. Это могут быть бег, велоспорт, пешие прогулки не менее часа в день.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ХОЧЕТ НАЧАТЬ БЕГАТЬ, КАКОВ ПЕРВЫЙ ШАГ?

Найти удобную обувь. Как-то я бегал в неудобных кроссовках и сбил пальцы на ногах буквально за два километра. Если же в целом, то алгоритм такой: замотивируй себя, купи нормальную обувь (инвентарь для своего вида спорта), составь график тренировок и соблюдай режим дня.

ЗАНИМАЕТЕСЬ ЛИ ВЫ ЕЩЕ КАКИМ-ТО ВИДОМ СПОРТА КРОМЕ БЕГА?

Бег – это единственный вид спорта, который у меня есть в активе (периодическое посещение тренажерного зала не в счет). Появился свободный час – иду на пробежку.

ПОМОГАЕТ ЛИ СПОРТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ?

Занятия спортом – это повышение личностных морально-волевых качеств. Когда ты бросаешь вызов себе, ставишь перед собой цель и достигаешь ее, то это улучшает состояние. Ты растешь в своих глазах от осознания, насколько много ты можешь. Спорт как увлечение поможет и в работе, и в жизни.

НУЖНО ЛИ ВВОДИТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ФИЗКУЛЬТЧАСЫ НА РАБОТЕ?

Нет, заниматься спортом надо по желанию, а не по принуждению. Нужны личная заинтересованность, мотивация. Я знаю, что некоторые организации компенсируют своим работникам расходы на посещение фитнес-залов. Таким можно только аплодировать стоя.

ДИСЦИПЛИНА, УДОВОЛЬСТВИЕ, ЛЮБОВЬ К СЕБЕ: С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ЗОЖ

ИГРОКИ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ «ФАКЕЛ ЯМАЛ» ЭКСКЛЮЗИВНО
ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ ЖУРНАЛА ПОДЕЛИЛИСЬ СВОИМИ СОВЕТАМИ,
КАК СДЕЛАТЬ ПЕРВЫЙ ШАГ К СПОРТУ И ЗДОРОВЬЮ

Ольга Овсяник, Виталий Гизатуллин, **фото:** ВК «ФАКЕЛ ЯМАЛ», СО «ФАКЕЛ ЯМАЛ»



АЛЕКСАНДР КРАМАРЕНКО,

игрок команды «ФАКЕЛА» по волейболу на снегу, четырехкратный чемпион России по волейболу на снегу:

– Когда я только начинал спортивную карьеру, мне казалось, что главное – это много тренироваться. Но со временем я понял, что сила, выносливость и здоровье зависят не только от того, сколько ты работаешь на тренировках, но и как ты живешь вне зала. Если вы решили измениться в новом году, вот три ключевых шага, которые помогут вам чувствовать себя лучше и энергичнее.

Первое – необходимо нормализовать ночной сон. Спать минимум восемь часов. Во сне организм восстанавливается после нагрузок, и это необходимо, чтобы продолжать тренироваться и в целом хорошо себя чувствовать. А еще недосып снижает скорость реакции на 30 процентов. В волейболе это катастрофа!

Также постарайтесь нормализовать питание и вести дневник, который поможет вам отследить, что вы едите и как часто. Многие, например, не замечают своих перекусов. Поэтому записывайте всё, что съели за день, и через неделю будет легче скорректировать раци-



он. И, конечно, в целом старайтесь вести активный образ жизни, ходить по 10 тысяч шагов в день. Необязательно сразу идти в зал, начните с простого – больше двигайтесь. Желаю вам достигнуть всех ваших целей в новом году!

ОЛЕГ СТОЯНОВСКИЙ,

игрок команды «ФАКЕЛА» по пляжному волейболу, чемпион мира, вице-чемпион Олимпийских игр:

– Прежде чем начинать что-то новое, нужно понять, зачем конкретно это вам необходимо. Поставьте цель. Недостаточно сказать «хочу быть здоровее», нужна четкая формулировка. Например, «пробегать пять километров без остановки к апрелю», «играть в волейбол два раза в неделю», «есть меньше сахара и фастфуда» или что-то еще. Но не нужно определять себе какие-то глобальные задачи, типа «хочу стать олимпийским чемпионом». Лучше действовать постепенно и сравнивать себя с недавним собой.

Когда я только начинал заниматься пляжным волейболом, не планировал выиграть чемпионат мира. Сначала просто хотел победить в конкретном матче, в первенстве города, затем – страны и так далее. А еще нужно стараться получать удовольствие от процесса, а не только от результата. Когда тебе нравится тренироваться, то и достичь целей будет проще. Поэтому обязательно найдите тот вид спорта, который будет вам по душе.



АЛЕКСЕЙ КОВАЛЬЧУК,

центральный блокирующий
волейбольного клуба «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Начинать вести здоровый образ жизни или заниматься спортом одному – сложно. Без поддержки теряешь мотивацию, начинаешь пропускать тренировки. Зато в компании единомышленников процесс становится интереснее: вы не только поддерживаете друг друга, но и получаете дополнительную энергию от общения. Поэтому советую вам сначала найти тех, кто разделит с вами занятия спортом. Можете попробовать командные виды спорта – там сразу будет нужное комьюнити, и вы быстро найдете друзей. Ищите тематические сообщества в соцсетях, вступайте в любительские лиги. Если трудно решиться, начните с небольшого шага – найдите хотя бы одного спортивного друга. Договоритесь вместе ходить на тренировки, делиться результатами и подбадривать. Так будет проще не бросить занятия. Опыт волейбола научил меня, что побеждает тот, кто не сдается. Первые



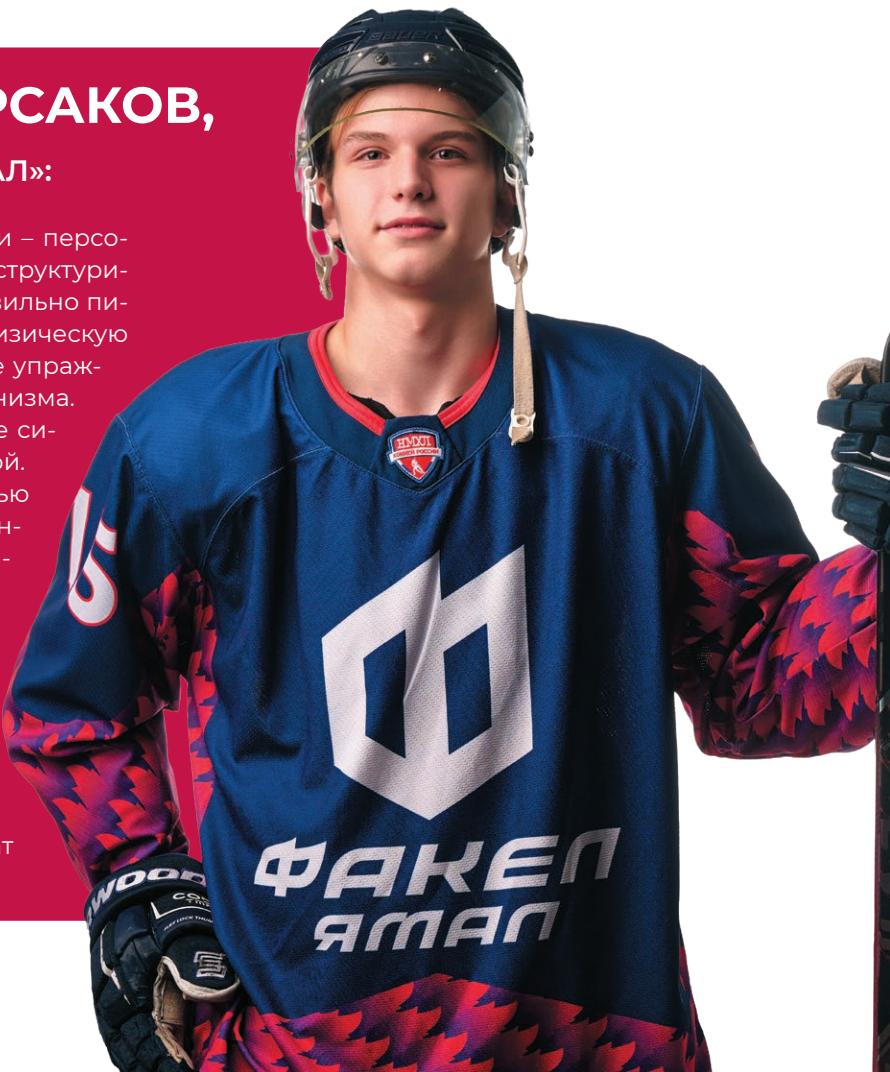
недели будут тяжелыми, но уже через месяц вы почувствуете прогресс. Больше энергии, лучше сон, крепче тело – и гордость за себя! Но не нужно корить себя за небольшие слабости. Пропустил тренировку? Съел пиццу вместо салата? Это не повод бросать! Просто вернись к режиму на следующий день. Главное – начать и не останавливаться.

АЛЕКСАНДР КОРСАКОВ,

нападающий ХК «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Основа здорового образа жизни – персональный режим (план). Он помогает структурировать день, чтобы регулярно и правильно питаться, а также выделять время на физическую активность, будь то спорт или любые упражнения, полезные для вашего организма. Такой план делает заботу о здоровье системной и осознанной, а не случайной.

Чтобы занятия спортом стали частью жизни, начать стоит с выбора, основанного на личных интересах. Подумайте, что вам по-настоящему нравится: бег, танцы, плавание, игровые виды спорта или что-то еще. Когда вы определитесь с тем, что приносит удовольствие, сможете подобрать подходящее спортивное направление. Это ключевой момент: если выбрать дисциплину, которая не по душе, такие занятия быстро наскучат и не будут мотивировать.



ЛЕВ АНТОНОВ,

капитан хоккейной команды
«ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Чтобы начать заботиться о своем здоровье, важно двигаться к цели постепенно и без резких рывков. Не ставьте перед собой невозможных целей сразу: это может отбить желание и силы. Лучше всего начать с малого – коротких прогулок на свежем воздухе, легкой утренней зарядки или десятиминутной разминки.

**ГЛАВНОЕ – СДЕЛАТЬ
ПЕРВЫЙ ШАГ.
ПОСТЕПЕННО, СЛУШАЯ
СВОЕ ТЕЛО, ВЫ СМОЖЕТЕ
УВЕЛИЧИВАТЬ НАГРУЗКУ
И ПРОБОВАТЬ ЧТО-ТО
НОВОЕ. ПОМНИТЕ,
ЧТО ОСНОВА УСПЕХА –
ЭТО НЕ ИНТЕНСИВНОСТЬ,
А РЕГУЛЯРНОСТЬ
И ИСКРЕННЕЕ ЖЕЛАНИЕ
СТАТЬ ЛУЧШЕ. ДАЖЕ
НЕБОЛЬШИЕ,
НО ЕЖЕДНЕВНЫЕ УСИЛИЯ
ТВОРЯТ ЧУДЕСА.**

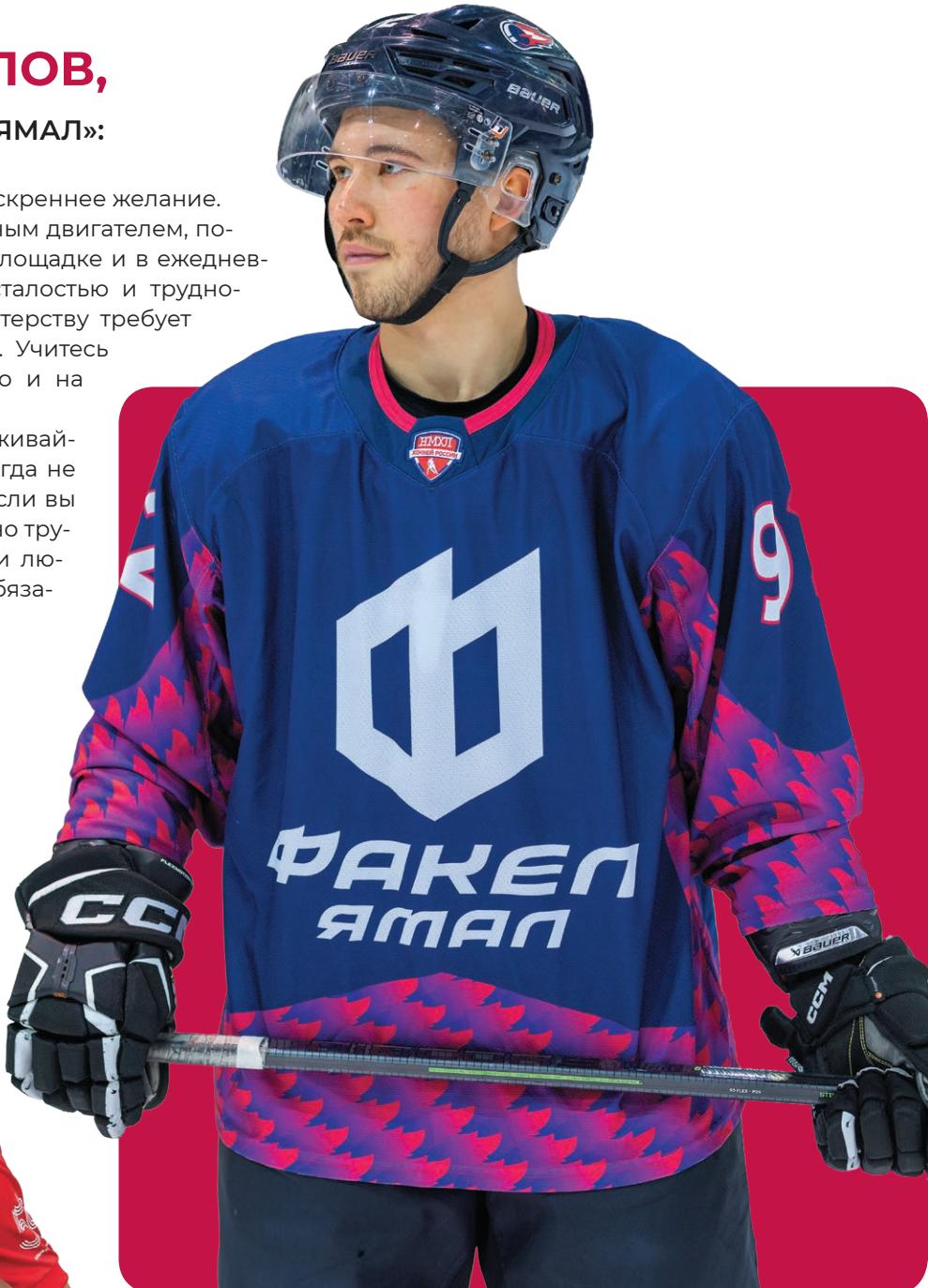


НИКИТА КУТАЛОВ,

нападающий ХК «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Самое главное – это ваше искреннее желание. Именно оно станет вашим главным двигателем, поможет одерживать победы на площадке и в ежедневной борьбе с самим собой, усталостью и трудностями. Помните, что путь к мастерству требует времени, упорства и терпения. Учитесь не только на своих успехах, но и на ошибках – это бесценный опыт.

Верьте в свои силы, поддерживайте друг друга в команде и никогда не опускайте руки после неудач. Если вы будете сохранять эту веру, упорно трудиться на каждой тренировке и любить игру всей душой, то у вас обязательно всё получится!



ДАНИЛ БУРМИЦКИЙ,

игрок футбольного клуба «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Здоровый образ жизни – это дисциплина. Нужно научиться дисциплинировать свой маленький мир. Сначала это сделает будет тяжело: организм и старые привычки будут требовать вернуться в прежнего себя, но это только первое время. Терпение даст свои плоды. Выбор вида спорта индивидуален. Если мы говорим о детях, то родителям стоит отдавать ребенка в разные виды спорта, а через некоторое время спросить, что ему понравилось.

АЛЕКСАНДР СОКОЛОВ,

игрок футбольного клуба «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Я считаю, что самое важное – это разговор с самим собой, понять, что тебе нравится и к чему лежит твоя душа. Что касается питания, то следить за ним на самом деле проще, чем кажется. Необходимо понять, что еда – это помощь для организма, если вы хотите чувствовать бодрость, энергию и запас сил (как физических, так и психологических), нужно убрать «пищевой мусор». Соблюдение баланса нутриентов (белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов, клетчатки) позволит не только контролировать массу тела, но и поддерживать хорошее самочувствие, энергию, улучшить качество сна и состояние кожи. Это лучшие индикаторы правильного питания.



АХМЕД ЦОКАЕВ,

вратарь футбольного клуба «ФАКЕЛ ЯМАЛ»:

– Заниматься спортом и беречь свое здоровье нужно как от сильного мороза, так и от всего дурного. Питаться лучше всего три раза в день, без перекусов между приемами пищи. То есть как положено – завтрак, обед и ужин. Желательно убрать мучное, сладкое, газированное и после 18:00 не открывать холодильник, и тогда будет результат. Проверено мной!

БЕГом к мечте

КАК ШАГ ЗА ШАГОМ ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ

Галина Соловьёва, **фото:** Сергей Зубков

Круто изменить жизнь и сделать всё, чтобы стать лучше, – мечта многих в новом Году. Жительница Салехарда Ольга Мизина знает, как ее исполнить. 7 лет назад мама и артист ансамбля «Минлей» начала новый пути к самой себе. Из точки, где мелькнуло желание сбросить лишние кило, девушка пришла к тому, что попала в сборную Ямала по легкой атлетике. Любовь к активному образу жизни, в частности к бегу, помогла ей стать здоровее и увереннее в себе.

– ОЛЬГА, РАССКАЖИТЕ, В КАКОЙ МОМЕНТ ВЫ РЕШИЛИ ПОМЕНЯТЬ ОБРАЗ ЖИЗНИ? ЧТО СТАЛО ТОЧКОЙ НЕВОЗВРАТА?

– Все случилось в июне 2019 года. Я тогда вышла из декрета и мне захотелось изменить себя, сбросить всё лишнее. Я небольшого роста, 152 сантиметра, а вес у меня на тот момент был около 80 кг. Просто устала смотреть, как превращаюсь в «тетю». Это снижало настроение, было сложно подобрать

красивую одежду, какую хотелось носить. Да и ходить с таким весом – тяжело. Позади была насыщенная, но не способствующая похудению жизнь. Ранее я работала в ОЦНК в ансамбле «Сыра'сэв», моей специализацией было вокально-ритмическое сопровождение постановок ансамбля. Я начала набирать вес, так как моя физическая активность снизилась до минимума. Любила покушать, особенно сладкое. А в 2017 году родила сына. Когда я приняла решение что-то менять, то ничего не знала про КБЖУ, правильное питание. Но сама себе поставила цель: «Я больше не ем сладкое и мучное, потому что люблю себя и обязательно добьюсь своей цели». Начала считать калории, белки, жиры, углеводы, заменила все вредные продукты на полезные. Изучила статьи, исследования о питании и здоровье. За пять месяцев мне удалось похудеть с размера 56–58 до 42–44. Даже, казалось, сразу помолодела. Но кожа и мышцы были рыхлыми и обвисшими, и нужно было что-то с этим делать.



– И ТОГДА В ВАШУ ЖИЗНЬ ПРИШЕЛ ЕЩЕ И СПОРТ? КАК ОРГАНИЗМ ВОСПРИЯЛ РЕЗКИЕ ПЕРЕМЕНЫ?

– В декабре 2019 я посещала бассейн три раза в неделю. С января 2020 решила по-пробовать бодибилдинг, пошла в зал, наняла тренера. На третьем занятии мне стало плохо, начал двигаться камень, о существовании которого я не знала. Дело дошло до экстренной операции, трех мучительных месяцев больничного, в апреле я вышла с него с прописанной по жизни диетой. Было за-прещено практически всё, что я обычно ем. Запретили поднимать тяжелое и бегать... Но я не смогла себя заставить придерживаться этих рекомендаций. Дождалась лета, чувствовала тогда себя значительно лучше – и начала заниматься домашними тренировками, как могла. С октября 2020 года снова вернулась в зал. Наняла нового тренера, три месяца осваивала технику и принципы по-строения тренировок в зале.

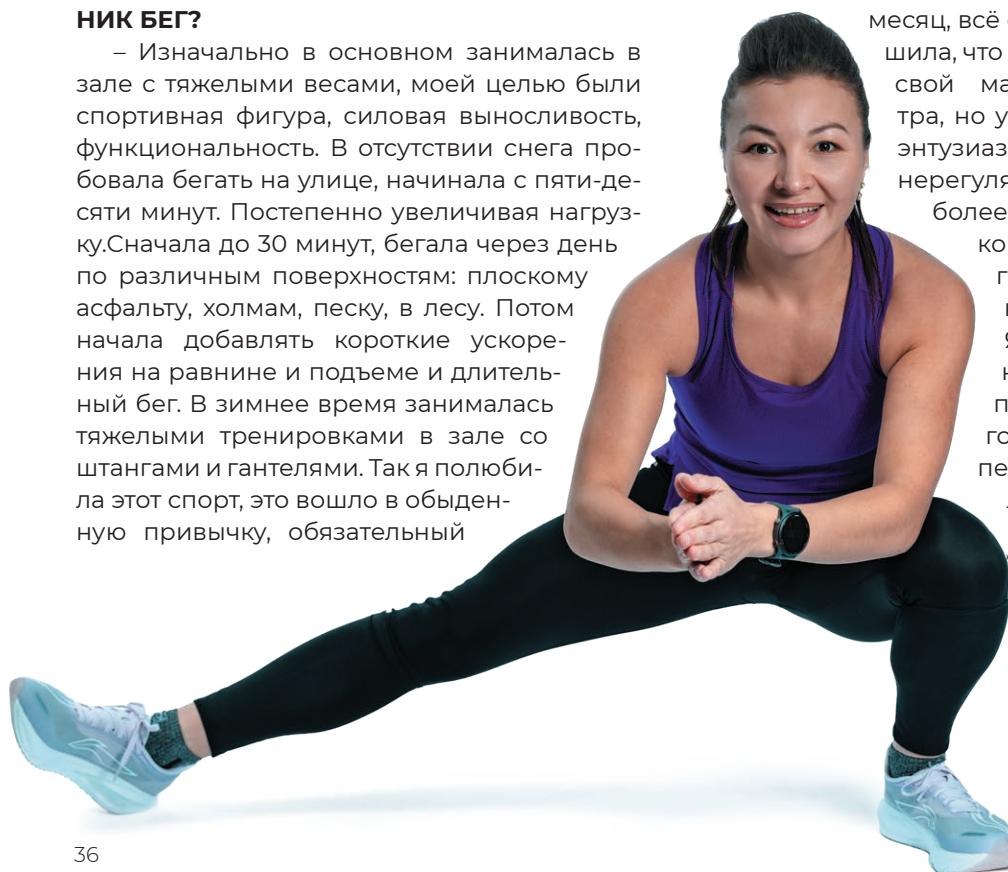
– А КОГДА И КАК В ВАШЕЙ ЖИЗНИ ВОЗНИК БЕГ?

– Изначально в основном занималась в зале с тяжелыми весами, моей целью были спортивная фигура, силовая выносливость, функциональность. В отсутствии снега пробовала бегать на улице, начинала с пяти-де-сяти минут. Постепенно увеличивая нагрузку. Сначала до 30 минут, бегала через день по различным поверхностям: плоскому асфальту, холмам, песку, в лесу. Потом начала добавлять короткие ускоре-ния на равнине и подъеме и длитель-ный бег. В зимнее время занималась тяжелыми тренировками в зале со штангами и гантелями. Так я полюбила этот спорт, это вошло в обыден-ную привычку, обязательный

ритуал образа жизни. Я не думала о легком поддержании тонуса и обычном фитнесе. Мне нравилось себя испытывать и расти. Наращивать нагрузку. У меня были приличные рабочие веса, как у опытного спортсме-на, даже участвовала в соревнованиях по кроссфиту проекта «Северный характер». Правда, пробовала себя для начала только в командном зачете. Но со временем поня-ла, что больше мне нравится именно бег по шоссе на длинные дистанции, марафон и полумарафон. Летом 2023 года я уча-ствовала в местных забегах. Впервые я пробежала свой полу-марафон 21,1 киломе-тра 31 июля 2023 года за 01:50:24 в Тюмени, была жара и рельеф-ный маршрут.

Там я получила образование в сфере фитнеса – фитнес-тренер универсал и тре-нер, работающий с противопоказаниями на базе фитнес-школы Элины Гоок. В августе я прекратила силовые тренировки, чтобы немного отдохнуть и впервые заявила на «Полярный полумарафон», мне удалось про-бежать второй полумарафон спустя всего месяц. После этого я отдохнула еще месяц, всё обдумав и взвесив, ре-шила, что хочу теперь пробежать свой марафон 42,2 киломе-тра, но уже не на собственном энтузиазме и самостоятельных нерегулярных тренировках, а с более серьезной подготов-кой под руководством грамотного наставни-ка с большим опытом. Я нашла онлайн-трен-нера. И вместе с ним мы поставили цель – под-готовиться и пробежать первый марафон. До це-левого старта у меня было восемь меся-цев тренировок.

«ЧТО ОБЪЕДИНЯЕТ СФЕРУ КУЛЬТУРЫ И СПОРТ? ОБЩЕЕ ЧУВСТВО СВОБОДЫ, ВДОХНОВЕНИЯ И ЭНЕРГИИ. И ТАМ И ТАМ ТРЕБУЮТСЯ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ И УМЕНИЕ ВСЁ ВРЕМЯ ПРЕОДОЛЕВАТЬ СЛОЖНОСТИ, БОЛЬШЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ», – ПОДЧЕРКИВАЕТ ОЛЬГА МИЗИНА.



– ВЫ КАК-ТО ОБЪЕДИНИЛИСЬ С ЕДИНО-МЫШЛЕННИКАМИ?

– Сезон 2024 года начался очень удачно – меня пригласили в команду «Созвездие» на соревнования «Северный характер. Зима». И мы заняли первое место! Это было очень круто. Погода, правда, была просто ужасной – метель и сугробы. Но нас спасла подготовка: мы бегали всю зиму на улице, в любые морозы. Затем снова повезло, я сама собрала местных любителей бега, желающих выступить на забеге РФ, в г. Надым, где, к счастью, состоялся чемпионат ЯНАО по бегу по шоссе на 21,1 километра – дистанцию, которую я тогда выбрала. Департамент спорта предоставил транспорт, и мы отправились на соревнования. Благодаря этому выступлению мне присвоили разряд, и я попала в состав основной сборной ЯНАО по легкой атлетике.



– А РАССКАЖЕТЕ ПРО СВОЙ ПЕРВЫЙ МАРАФОН?

– 22 июня 2024 года я пробежала свой первый марафон – 42,2 километра. Выбрала не-простой – Арктический марафон в Воркуте. 10 километров мягкого грунта в середине дистанции. Но я справилась! На 38-м километре почувствовала усталость в икроножных мышцах, но на волевых терпела до конца, зная, что успешно финиширую. Результат 03:08:07 меня очень порадовал и вдохновил на новые цели. Я стала первой в абсолютном зачете среди женщин в своей возрастной категории и девятой в общем зачете.

– А КАКИЕ ЦЕЛИ СТАВИЛИ ПОСЛЕ МАРАФОНА?

– У меня появилось желание пробежать марафон через год после этого по разряду КМС. В августе 2025 года я достигла этой цели в командном чемпионате России по марафону на международном самарском марафоне. Заняла 4-е призовое место в личном зачете и 2-е – в командном. Выполнила КМС с результатом 02:56:49.

– ПОЧЕМУ ИМЕННО БЕГ?

– Мне это подошло. Затянуло. Захотелось попробовать себя в соревнованиях – получалось бороться и занимать призовые места. Это мотивировало двигаться дальше. Сначала бегала как умела, хоть 500 метров, это уже достижение.

– НАВЕРНЯКА ЗА ТАКИМИ ПОТРЯСАЮЩИМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ СТОИТ НЕ ТОЛЬКО ОГРОМНЫЙ ТРУД, НО И ТЩАТЕЛЬНО СПЛАННИРОВАННАЯ ПОДГОТОВКА. ЕСТЬ ЛИ У ВАС СВОИ СЕКРЕТЫ?

– Я действительно очень щепетильно отношусь к своей подготовке. Стараюсь следить за питанием, делать максимально питательным прием пищи – три раза в день крупы/макароны + овощи, фрукты + красное мясо, печень, рыба, яйца, творог. Не забываю про витамины. Регулярно прохожу углубленный медосмотр

по всем направлениям 2–3 раза в год. Обязательно посещаю бани, массажи, уделяю время растяжке и ОФП, сплю по 8–10 часов в день. Строго соблюдаю план тренировок, никаких лишних упражнений или дополнительных метров бега.

– КАКОВО ЭТО – БЫТЬ ПОКЛОННИКОМ БЕГА В СУРОВОМ КРАЕ?

– На самом деле на Ямале нет препятствий для бега любительского уровня или уровня ЗОЖ. Пока есть преграды для профессионального роста – роста скоростных возможностей. Для этого нужен хотя бы крытый манеж. Я, как и другие поклонники профессионального бега нашего города, мечтаю о появлении такого спортивного объекта. В основном подготовку приходится переносить в тренажерный зал на беговую дорожку, что, конечно, не подходит для прогресса. Сама непогода и темнота в зимнее время для любительского уровня не преграда. Главное – одеться по погоде и пользоваться освещенными и очищенными от снега территориями.

Не рекомендую бегать в гололед, по сугробам и при ветре, когда температура опускается ниже 23 градусов. В морозы без ветра бег возможен, только в мембранных кроссовках с

гамашами и в три слоя одежды. Зимой на улице я бегаю только базовые кроссы. Скоростные только в теплую погоду до -10... -15 могу или в зале. Летом на Ямале проводится акция «Беги со мной», где каждый желающий может принять участие в тренировках по бегу под руководством опытного инструктора. В 2025 году впервые вела данную акцию в Салехарде совместно с другими инструкторами. Познакомилась с новыми интересными людьми. Здорово видеть, что люди работают над собой и с желанием преодолевают себя и все трудности, что возникают на пути.

– КАК К УВЛЕЧЕНИЮ БЕГОМ ОТНОСИТСЯ ВАШ СЫН?

– Он нормально относится. Грустить ему точно некогда: помимо школы, он изучает английский и китайский, играет в шахматы. Растет творческим человеком, как я когда-то, любит лепить, рисовать, играть на флейте. Если он вдруг захочет бегать, я буду рада и, конечно, его поддержу.

– О ЧЕМ ВЫ СЕЙЧАС МЕЧТАЕТЕ?

– Мечтаю в будущем сама готовить новых спортсменов к соревнованиям по бегу, чтобы они с успехом достигали своих целей, улучшали результаты и выполняли разряды, получали звания. Также хочу улучшить результат на дистанции 42,2 километра. Принять участие в чемпионатах и кубках России, набраться как можно больше соревновательного опыта на марафонской дистанции и когда-нибудь выйти на старт дистанции 100 километров.

– ЧТО БЫ ВЫ ПОЖЕЛАЛИ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ ТОЛЬКО НАЧИНАЮТ ПЛАНИРОВАТЬ КРУПНЫЕ ПЕРЕМЕНЫ В ЖИЗНИ?

– Главное – грамотный подход и системность. Важно не навредить себе, не переусердствовать. Ставить цели, адекватные возможностям, постепенно расти, не стараться прыгнуть через голову, не распыляться на всё подряд. Понимать, что и для чего вы делаете. Если вы недостаточно уверены в своих силах, возможности, дисциплине, надо найти единомышленников, вдохновителя, грамотного тренера, искать в себе силы это усовершенствовать. Не искать причины, а находить возможности. Каждый раз говорить себе, что ты лучше, чем вчера, и ты всё сможешь. Не стоит бояться. Всё преодолимо. Нужно только немного терпения и больше веры. Иногда приходится себя уговаривать, но важно по-настоящему захотеть. Любить то, что ты делаешь, и просто делать. Результат придет сам собой.





ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО

Foto: Александр Чирва



БЫТЬ рядом

У ЕВДОКИИ АБЫШЕВОЙ, МАТЕРИ СЕМЕРЫХ ДЕТЕЙ ИЗ АКСАРКИ, НА СВО БЕЗ ВЕСТИ ПРОПАЛ СТАРШИЙ БРАТ, ПОГИБЛИ ПЛЕМЯННИК И МУЖ, С ФРОНТА ВЕРНУЛИСЬ ДВА СТАРШИХ СЫНА. ЕВДОКИЯ ФЁДОРОВНА НЕ ПОНАСЛЫШКЕ ЗНАЕТ, КАКИМ ЧУТКИМ БЫВАЕТ МАТЕРИНСКОЕ СЕРДЦЕ И КАК НЕ ОПУСКАТЬ РУК, КОГДА ЖИЗНЬ СЕМЬИ НЕИЗБЕЖНО МЕНЯЕТСЯ.

Галина Соловьёва, **фото:** Сергей Зубков, личный архив Евдокии Абышевой

– Я родилась в деревне Лаборовая, здесь, на Ямале. Всегда мечтала стать учителем, но свободных мест при поступлении не было, пошла учиться на ветеринара. Позже я всё-таки получила педагогическое образование, – начинает рассказ Евдокия Абышева. – В 19 лет я встретила своего первого мужа. Он попал в больницу, где меня попросили помочь. Поженились мы в 1990 году и родили шестерых детей. Жили дружно, я во всем старалась мужу помочь, следовала за супругом. Он был художником, мастером. Вместе с ним я оказалась в школе-интернате для детей-оленеводов, где он вел уроки технологии, а я стала воспитателем. Проработала там 26 лет. Только недавно ушла: на плечи легла забота о пожилой матери.

«Работа в северной школе-интернате – это когда ты сразу и мама, и няня, и психолог, и педагог. Ребят привозили на весь год – с августа по май, так что мы, воспитатели, заменили им в новом месте родителей. Детей распределяли в «семьи» – разновозрастные группы, где могли для легкой адаптации оказаться братья и сестры из одной семьи. Одна такая семья – «Мамонтенок» – была закреплена за мной. После учебы у каждого ребенка надо было проверить домашнюю работу, поддержать, мы регулярно устраивали праздники, что-то обсуждали. Недавно я оставила эту работу, а меня зовут обратно. Взрослые воспитанники всегда узнают, подходят на улице. Многие стали хорошими успешными людьми, преуспели в спорте. Я всех помню и уважаю».

– КАК ЖЕ ВЫ УСПЕВАЛИ ВОСПИТЫВАТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ? ОСТАЛИСЬ ЛИ ОНИ НА СЕВЕРЕ?

– Как справлялась – сама не знаю! – смеется Евдокия Фёдоровна. – Вспоминаю то время и удивляюсь... Отец всегда мне говорил: «Никогда не сдавайся. Будь сильной!» Так и получается по жизни, дети стали моей опорой. Собственные сыновья и дочери частично разъехались. Стремимся со всеми поддерживать связь. Теперь в гости приезжают внуки – у меня их 13.

– ПОЧЕМУ ВАШИ СЫНОВЬЯ РЕШИЛИ ПОЙТИ НА СВО? КАК ЭТО СЛУЧИЛОСЬ?

– Осенью 2023 года ко мне подошел Руслан и сказал, что собирается идти воевать. Как только об этом узнал старший сын Дмитрий,

он также не раздумывая подписал контракт. На тот момент погиб мой племянник, сыновья не смогли остаться в стороне. Следом, 8 декабря, ушел мой муж. Он с самого начала озвучивал мысль, что, если будет нужен, пойдет, что, таких мужчин, как он, можно забирать. Мол, у молодых еще вся жизнь впереди, а у взрослого поколения и жизнь уже за плечами, и опыт военный больше: все-таки раньше служили по два года. Он работал в котельной. Собирался после отдачи военного долга вернуться, говорил: «Не переживай, всё будет хорошо, главное, ждите меня». Конечно, я ждала всех очень сильно – и сыновей, и мужа. Мы даже намечали планы на лето, но судьба распорядилась иначе... Мой второй муж Абышев Леонард Викторович назад не вернулся.

– КУДА РАСПРЕДЕЛИЛИ ВАШИХ МУЖЧИН?

– Дмитрий и Руслан надеялись попасть в одно место, но получилось по-другому. Дмитрий отправился на острова на Днепре. Его определили в снайперы, в морскую пехоту. Хоть он и не служил в армии до этого, показал удивительные способности – метко стрелял, всё быстро схватывал. А еще признавался потом, что компьютерные игры на военную тему ему очень помогли: уже было представление о тактике. Руслан стал гранатометчиком, его забросили под Авдеевку, туда же попал и мой второй муж Леонард, но в итоге они там не пересеклись. Оба сына занимались спортом, думаю, это тоже им помогло.

– УДАВАЛОСЬ ХОТЬ ИНОГДА ПОЛУЧИТЬ ОТ НИХ ВЕСТОЧКУ?

– Мы старались как можно чаще сознаваться, когда выдавалась возможность. В этот период я убедилась, как же удивительно чувствуешь своих детей и любимых. Даже на расстоянии. Случилась целая серия странных по совпадению эпизодов.

– ПОДЕЛИТЕСЬ.

– Началось всё с сына Дмитрия. Командир поставил задачу: разведать острова на Днепре, за которые шел бой. Напряжение колоссальное. Ребята высаживали на лодке к острову, нужно было очень быстро спрятаться, сразу же занять незаметную позицию. Над ними кружили коптеры с тепловизорами. Если они увидят тепло человека или даже следы от пребывания человека – мусор или что-то иное, – тут же обстреливали. Молодые парни, оставив после себя что-нибудь или закурив, погибали по глупости.



- Старшая дочь Евдокии Абышевой – Валентина (1992 г. р.) – живет в Тюмени, закончила медицинский университет, врач-неонатолог, врач-узи. Двое детей.
- Сын Дмитрий (1993 г. р.) учился в нефтегазовом колледже, на СВО ушел осенью 2023 года, вернулся. Четверо детей. Сейчас живет в Аксарке со своей семьей.
- Сын Руслан (1996 г. р.) также ушел на СВО осенью 2023 года, работал в детском саду заведующим хозяйством. Трое детей.
- Дочь Александра (1998 г. р.) – воспитатель, сейчас в декретном отпуске, воспитывает двух детей, проживает в Салехарде.
- Дочь Виктория (2002 г. р.) – юрист, живет в Тюмени, в декретном отпуске, воспитывает двоих детей.
- Надежда (2007 г. р.) учится в медицинском колледже в Санкт-Петербурге.
- Младший в семье – Эдвард (2011 г. р.), сын от второго брака, сейчас учится в седьмом классе.

Как-то раз, когда ребята высадились из лодки, они все побежали за Димой – это неправильно и опасно, нужно разбегаться в разные стороны. Но когда со всех сторон обстреляли, это очень страшно, никто не сообразил, что делать, паника. У Дмитрия было три случая, когда гибель была очень близка.

После первого эпизода вокруг начали взрываться бомбы, очень много новобранцев погибло, но Дима успел спастись. Второй раз снаряд разорвался в десяти метрах от него. Перед третьим разом вызвали на острова раньше обычного, как правило, давали отдохнуть дней десять. Сын что-то предчувствовал и сказал мне перед уходом по телефону: «50 на 50 – вернутся или нет». Командир отправил сына и еще двух парней на разведку территории. 19 декабря они попали под жуткий обстрел. А накануне муж мне рассказал, что увидел сон: идет в лесу и вдруг встречает нашего Диму, тот сидит на пенечке, левая рука болтается...

– ЧТО В ИТОГЕ СЛУЧИЛОСЬ?

– В том бою был обстрел, взрывались снаряды. Его друга ранило. Дима его спрятал, сам подальше отошел, чтобы тепло коптерами не считывалось. Попросил еще товарища: «Ты только не кури, чтобы коптер не заметил». Отшел от друга и спустя время снаряд прилетел ровно в то место, где он лежал. На его глазах. Сам Дима спрятался в воду, чтобы его не заметили. Он уже полуживой был. У него самого ранения были в ногах, контузия, но от адреналина он ничего не чувствовал. Перевязал рану как мог – наложил жгут, чтобы кровь остановить. Уже от бессилия начал засыпать. Говорит, плакал. Вспоминал покойного отца, о Боге думал, хотя не верил до этого. Ноги были отморожены: зима же, вода холодная. Чудом в какой-то момент услышал голоса – свой позывной. Говорит, сил уже не было, но как смог собрался с духом и прокричал, что живой. Его чудом заметили и спасли. Быстро-быстро погрузили в лодку. Оказали первую помощь. Как пришел в себя, позвонил: «Мама, я живой!» Ну а потом – больницы. Реабилитация. Одну ногу получилось спасти, на второй началась гангрена – частичная ампутация.



Из Симферополя его перевели в Москву – я сразу туда прилетела. С тех пор он долго восстанавливался, а я была рядом с ним: постоянные перевязки, ежедневный уход. Как приехал домой, было сложно: кричал во сне, ничего не хотелось. Протез поставили в 2024 году.

– А ЧТО ПРОИЗОШЛО С МУЖЕМ И СЫНОМ РУСЛАНОМ? ПОЧЕМУ ОНИ ТАК И НЕ ПЕРЕСЕКЛИСЬ?

– Не знаю, почему. За Руслана у меня душа не болела так, как за Диму: я точно знала, что всё будет с ним хорошо. Наверное, его сберег Бог, наши молитвы за него. Он так же, как и муж, должен был попасть в ряды тех, кто брал Авдеевку. Но в последний момент их развернули. Сказали, пойдут мужчины постарше. В итоге Руслан был в Авдеевке уже чуть позже, после ужасных боев. Конечно, после возвращения ему тоже было непросто морально прийти в себя. В апреле он приехал, начались проблемы по неврологии. А вот муж попал в те самые бои в январе. Но после связи не было. Ничего не было понятно. Помню, с 13 на 14 января я проснулась в ночи с истерикой – что-то нахлынуло, и я начала рыдать прямо во сне... Только 20 марта мне позвонил военный, полковник: «Здравствуйте. Мы сегодня транспортируем вашего мужа». Я стала спрашивать, в каком госпитале ждать. Голос в трубке растерялся: «Извините, вам должны были сказать раньше... Погиб 14 января». Мы хоронили его в апреле – собрался весь поселок Белоярск, где мы ранее жили.

– ЧТО ВАМ ПОМОГЛО И ПОМОГАЕТ ПЕРЕЖИТЬ ЖИЗНЕННЫЕ ПОТЕРИ?

– Мужа не хватает очень сильно. Душевная рана не может затянуться, как его не стало. До сих пор не верится, что он не вернется. Мы любим и помним его. Конечно, меня всегда поддерживали и спасали мои дети – сыновья всегда рядом, подставят плечо. Дмитрий и после смерти первого мужа проявил себя, как настоящий мужчина, хоть и был тогда маленький, сказал, что станет новой опорой в семье. После потери второго мужа, который стал всем моим детям родным и близким человеком, мы также сплотились с детьми. Быть рядом, быть друг у друга – невероятно важно. В любых временах и обстоятельствах.



МУЗЫКА КАНЕВЫХ

Многодетная мама из Салехарда Наталья Канева работает, воспитывает троих детей, участвует в спортивных соревнованиях, городских мероприятиях и занимается волонтёрской деятельностью. В этом году она основала вокально-инструментальный ансамбль. Наталья поделилась историей своей семьи и раскрыла секрет, как ей удаётся всё успевать.

Юлия Терешина, **фото:** Александр Чирва

УСПЕХИ ДЕТЕЙ ПРИ ПОДДЕРЖКЕ РОДИТЕЛЕЙ

В семье Натальи и Павла растут трое детей. Старшему, Валентину 16 лет, он учится в 10 классе лицея Салехарда. Получил музыкальное образование, серьезно занимался шахматами, а несколько лет назад увлекся армрестлингом. В 2023 году на всероссийских соревнованиях Валентин занял третье место среди юниоров, в 2024-м – стал победителем на первенстве ЯНАО. Наталья не только поддерживает сына и болеет за него, но и выступает на состязаниях по армрестлингу в своей весовой категории.

Девятилетняя Злата Канева учится в третьем классе школы № 2, в детской школе искусств осваивает игру на саксофоне. Еще девочка занимается леп-

кой из полимерной глины и в ансамбле «Яберена Нумги» (в переводе с немецкого языка – «Сверкающая звезда»). Вместе с сестрой на танцы уже три года ходит и шестилетняя Василиса. По словам Натальи, все увлечения детей – их выбор, поэтому занимаются с удовольствием, заставлять не приходится.

ВСЕ ЧЛЕНЫ СЕМЬИ КАНЕВЫХ – ПОСТОЯННЫЕ УЧАСТИКИ СПОРТИВНЫХ И КУЛЬТУРНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, АКЦИЙ, КОНКУРСОВ И СОРЕВНОВАНИЙ. У КАЖДОГО ИЗ НИХ МНОЖЕСТВО ПОБЕД И НАГРАД. ДАЖЕ УДОШКОЛЬНИЦЫ ВАСИЛИСЫ НАКОПИЛОСЬ УЖЕ БОЛЕЕ 20 ЛИЧНЫХ ГРАМОТИ И ДИПЛОМОВ.

— Я всегда знала, что у меня будет не меньше троих детей. У моих родителей тоже трое: я, сестра-двойняшка и брат, который старше на три года. По опыту знаю, чем больше детей, тем им самим интереснее. Мы считаем, что младшая Василиса — самая развитая, потому что росла со старшими и многое перенимала от них. При этом важно даже не количество детей в семье, а то, как они учатся, чем занимаются, каких добились успехов. В каждом достижении ребенка — большая заслуга родителей, — считает Наталья Канева.

Многодетную маму неоднократно отмечали грамотами за достойное воспитание детей и укрепление семейных ценностей. В 2024 году к празднованию Дня матери Наталья Канева удостоена Благодарности губернатора ЯНАО.

СЕМЕЙНЫЙ АНСАМБЛЬ

В этом году мама с детьми создали семейный вокально-инструментальный ансамбль. Наталья с девочками поют, Валентин аккомпанирует на фортепиано, Злата подыгрывает на саксофоне, а Василиса — на треугольнике. В мае ансамбль дебютировал в детской школе искусств на концерте, посвященном Международному дню семьи.

— НАШ АНСАМБЛЬ — ЭТО ХОББИ, ЕЩЕ ОДНА ФОРМА ДОСУГА И ОБЩЕНИЯ. СОВМЕСТНОЕ ТВОРЧЕСТВО ИНТЕРЕСНОЕ И СЛОЖНОЕ: У КАЖДОГО СВОИ ФУНКЦИИ, НО НАДО ДОБЫТЬСЯ ГАРМОНИИ ВОКАЛА И МУЗЫКИ, СТАТЬ ЕДИНЫМ ЦЕЛЫМ. ВАСИЛИСА ЧЕРЕЗ ГОД НАЧНЕТ УЧИТЬСЯ ИГРЕ НА СКРИПКЕ, И У НАШЕГО АНСАМБЛЯ ПОЯВЯТСЯ НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ. А ЕЩЕ У МЕНЯ ЕСТЬ ИДЕЯ ПОСТАВИТЬ СОВМЕСТНЫЙ С ДЕВОЧКАМИ ТАНЕЦ. ОНИ УЖЕ ПРИДУМЫВАЮТ ДВИЖЕНИЯ, А Я ХОЧУ ВКЛЮЧИТЬ В ВЫСТУПЛЕНИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ВОЗДУШНОЙ АКРОБАТИКИ, КОТОРОЙ ЗАНИМАЛАСЬ МНОГО ЛЕТ, — РАССКАЗЫВАЕТ НАТАЛЬЯ.

ВЗАИМНОЕ ВОСПИТАНИЕ

Мама Натальи Каневой — педагог, работала в школе учителем математики. Часть принципов воспитания перешли дочери от нее. Но многодетная мама не стесняется попросить совета у знакомых и специалистов, если не знает, как поступить. Кроме того, Наталья вместе с мужем интересуются детской психологией, ищут нужную информацию. Когда между детьми случаются конфликты, стараются объяснить, кто не прав, учат договариваться.



– Мне кажется, что не только мы воспитываем детей, но и они нас – тренируют нашу выдержку, учат пунктуальности, дисциплине. Благодаря им мы узнаем много нового. Например, у каждого ребенка свои особенности здоровья, поэтому приходится разбираться в отдельных вопросах медицины, – говорит Наталья.

Павел Канев служит в ОМВД по городу Салехарду. Когда выдается свободное время, он занимается с детьми спортом, ездит с ними на природу. Учитывая опыт работы в полиции, Павел беседует с сыном

и дочками о безопасности, объясняет, как правильно действовать в нестандартных ситуациях.

– Я заметила, что с опытом и возрастом мы меняем свои взгляды на воспитание, становимся спокойнее и мудрее. У нас очень активная жизнь, но всегда стараемся находить время для отдыха. Я понимаю, что дети когда-то должны и баловаться, и кричать для выхода эмоций. А для полного счастья им, конечно, нужно постоянное внимание родителей, чтобы их понимали и поддерживали, – рассказывает Наталья.





КАК ВСЁ УСПЕВАТЬ

Наталья Канева работает менеджером в административном отделе Медицинского информационно-аналитического центра ЯНАО. В свободное время она любит шить, вязать, занимается йогой и армрестлингом, поет в хоре родителей «Душа», созданном на базе Детской школы искусств имени Е. В. Образцовой.

Наталья активно участвует в волонтерских проектах. Во время пандемии коронавируса она развозила больным лекарства и продукты. Навыки рукоделия пригодились многодетной маме для добрых дел. Несколько лет назад она стала участницей клуба «28 петель», где вязала игрушки для детей, родившихся с экстремально низким весом. В этом году Наталья шьет для недоношенных малышей специальные подушки, которые передают в перинатальный центр города. Еще она участвует в одном из проектов общественной организации «Горячие сердца Ямала» по перешиву старой одежды в нужные вещи с интересным дизайном.

*ЧТОБЫ ВСЁ ЭТО УСПЕВАТЬ, ПО СЛОВАМ
МНОГОДЕТНОЙ МАМЫ, НУЖНО ТОЛЬКО ЖЕЛАНИЕ,
А ВРЕМЯ НАЙДЕТСЯ. ЯНА ПРИУЧАЕТ ДЕТЕЙ
К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ, ПОМОГАТЬ ПО ХОЗЯЙСТВУ.
У ДЕВОЧЕК НЕБОЛЬШИЕ ОБЯЗАННОСТИ С УЧЕТОМ
ВОЗРАСТА, А ВАЛЕНТИН МОЖЕТ ПРИГОТОВИТЬ
УЖИН, ПРИСМОТРЕТЬ ЗА СЕСТРАМИ, КОГДА МАМА
ЗАДЕРЖИВАЕТСЯ.*

– Мне нравится делать добро, помогать людям, это моя душевная потребность. Я считаю, что надо всё успевать, приносить пользу другим, а не зацикливаться только на себе. Наверное, отцовские гены дают о себе знать. Мой папа был военным, учителем ОБЖ, сейчас он работает в МЧС на Чукотке, руководит некоторыми общественными организациями и клубом, занимается с молодежью. Он не может по-другому, и мне передал свою активную жизненную позицию и энергию, – считает Наталья.

В ПОДАРОК – *любовь, здоровье, победа*

«ЯМАЛЬСКИЙ МЕРИДИАН» МНОГО РАССКАЗЫВАЛ ПРО ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ НАС УДИВЛЯЛИ И ВДОХНОВЛЯЛИ. НЕКОТОРЫМ ИЗ НИХ 2025-Й СТАЛ ПО-НАСТОЯЩЕМУ ЗНАКОВЫМ. КТО-ТО СДЕЛАЛ ЕЩЁ ОДИН ШАГ К МЕЧТЕ, КТО-ТО – К СВОЕЙ СЕМЬЕ, А КТО-ТО – ПРОСТО ПЕРВЫЙ В ЖИЗНИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ШАГ...

Анна Мирошниченко, Екатерина Золотарёва, Анна Лысикова,
фото: Роман Чернов, Александр Чирва, Максим Голубев

С ПРИЦЕЛОМ НА АНТАРКТИДУ

Бухта Новороссийска, озеро Байкал и... пляж реки Седэхя в Новом Уренгое. Все эти места объединяет стремление одного человека популяризировать зимнее плавание. Святогора Борнобаева из Нового Уренгоя называют ямальским ихтиандром, потому что ему не страшны минусовые температуры и холодная вода. «Ямальский меридиан» рассказывал о нем в 2025 году.

В мае молодой человек принял участие в акции, связавшей несколько городов черноморского побережья. В канун юбилея Великой Победы группа энтузиастов совершила заплывы от Анапы и Геленджика до города-героя Новороссийска. Здесь в годы войны шли ожесточенные бои на суше и в море. Спортсмены посещали места воинской славы, возлагали цветы к монументам, встречались с местными жителями.

Еще один патриотический заплыв, посвященный 80-летию Победы, состоялся в июле на озере Байкал. По итогам эстафеты был смонтирован документальный фильм, который показывали новоуренгойским школьникам как пример силы духа и любви к Родине.





Примером отважного земляка вдохновляются и другие ямальские спортсмены. Сегодня сформирована сборная ЯНАО, которая участвует в этапах Кубка России. В составе сборной четыре мастера спорта и один мастер спорта международного класса по плаванию. Есть претенденты на поездку на чемпионат Европы, который пройдет в 2026-м году в Италии. Сейчас федерация зимнего плавания ЯНАО «МИВИТ» занимается вопросами создания достойной тренировочной базы для ребят и рассчитывает в этом вопросе на поддержку округа.

**ГЛАВНЫЙ ИТОГ 2025 ГОДА –
СВЯТОГОР БОРНОБАЕВ ПОЛУЧИЛ ВЫЗОВ
ОТ МЕЖДУНАРОДНОЙ ФЕДЕРАЦИИ ЗИМНЕГО
ПЛАВАНИЯ НА ЧЕМПИОНАТ МИРА В АРГЕНТИНЕ.
ЗАПЛЫВ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ В АНТАРКТИДЕ.
НАШ ГЕРОЙ НАДЕЕТСЯ, ЧТО УДАСТСЯ ПОЕХАТЬ
НА ЭТИ СОСТАВЛЕНИЯ И ВЫСТАВИТЬ
ПОД ФЛАГОМ ЯМАЛА НА ДРУГОМ ПОЛУШАРИИ
НАШЕЙ ПЛАНЕТЫ. И ЭТО ПОКА ПЕРВАЯ ЦЕЛЬ
НОВОГО, 2026 ГОДА. СВЯТОГОР ЖЕЛАЕТ ВСЕМ
ЧИТАТЕЛЯМ «ЯМАЛЬСКОГО МЕРИДИАНА»
НЕ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ НА ПУТИ К МЕЧТЕ.**

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПОМОГЛА СДЕЛАТЬ ПЕЛАГЕЯ

От стажировки на Ямале до помолвки на Дне города в Салехарде: важные события 2025-го войдут в семейную летопись героев мартовского номера «ЯМ» Антона Русмиленко и Виктории Юрко. Мы рассказывали о том, как ребята принимали участие в проекте «Ямолод. Стажировка», тогда еще просто будучи влюбленной парой.

Виктория приехала в Салехард за Антоном. О Севере девушка не мечтала. Училась в Новосибирске, участвовала в студенческих конкурсах. Во время видеотрансляции «Мисс и мистер студенчество России – 2022» Антон увидел девушку и написал сообщение в соцсетях. Так зародилась история пары, которая скоро станет семьей. На праздновании юбилея Салехарда Антон сделал Виктории предложение на глазах у всего города. Он вышел на сцену во время концерта Пелагеи и попросил Вику стать его женой.



О том, что он задумал, знали всего два человека – родители девушки. Их разрешение на помолвку будущий жених получил заранее. Держать такое в тайне, оказалось непросто еще и потому, что до последнего было не ясно, удастся ли это сделать вместе со звездой.

– В течение дня я был в таком напряжении из-за этого: интрига сохранялась и для меня, получается. Только за два часа до выступления Пелагеи мне сказали, что певица согласна помочь мне сделать этот

вечер незабываемым. А дальше вы знаете: Вика сказала да, – поделился Антон.

Свадьбу ребята запланировали на середину лета 2026-го. Пока раскрывать все секреты не могут. Когда мы готовили этот материал, они были в своем первом совместном отпуске. И это, как они отмечают, для них тоже важное событие. Этот год для молодых людей стал первым во многих начинаниях. Новый город, новый образ жизни, совместные планы на будущее и первая работа. А началось все со стажи-



ровки. После «Ямолод. Стажировка» ребята остались в Салехарде. Антона пригласили на работу в департамент транспорта и дорожного хозяйства ЯНАО, а Виктория организовывает поездки юных ямальцев в лагеря в Центре детского отдыха.

— Я на Ямал поехала за молодым человеком, но очень рада, что регион меня принял. Продолжаю учиться в Тюмени и работаю в Салехарде — тоже новое для меня совмещение. Еще прошла обучение в проекте «Россия — страна возможно-

стей». Даже загорелась созданием своей программы, но это пока только в планах, — поделилась Виктория.

АНТОН ЖЕ ПРОДОЛЖАЕТ РАБОТАТЬ НАД ДИССЕРТАЦИЕЙ. ЧИТАТЕЛЯМ «ЯМАЛЬСКОГО МЕРИДИАНА» В НОВОМ ГОДУ ОН ЖЕЛАЕТ УБЕДИТЬСЯ, ЧТО ДЛЯ ЛЮБВИ НЕТ НИКАКИХ ПРЕГРАД.

ВЕРНУТЬ НАДЕЖДУ НА ЗДОРОВОЕ ДЕТСТВО

Костя Журкин из села Трудовское ДНР родился с детским церебральным параличом. Операции, которые могли бы изменить жизнь мальчика, постоянно откладывались из-за боевых действий в регионе.

Судьба Кости изменилась после встречи с главой Тазовского района Виктором Югаем, который подарил семье сертификат на лечение в Челябинской области. После серьезной операции жизнь Кости начала меняться.

– Раньше он не мог стоять на пятках, а сейчас ему стало намного легче передвигаться по дому, – делится радостью мама. – Мы о таком даже мечтать не могли. Специальный велосипед, который также был передан ямальцами, очень помогает в реабилитации. Костя делает свои первые шаги самостоятельно, что еще недавно казалось невозможным. Мы радовались, когда он просто сидел и передвигался с помощью

ходунков, а теперь ходит сам, – говорит мама Анна с гордостью.

Маленькая Андриана Басараба из ДНР, пережив боевые действия, лишилась слуха.

– Она играла и реагировала на голоса родителей, но спустя время воспитатели детсада заметили изменения, – рассказывает бабушка.

Андриана стала реагировать лишь интуитивно на голоса родных и перестала воспринимать посторонние звуки. Ямальцы помогли семье пройти полное обследование в Донецке, где девочке поставили диагноз – полная глухота. Местные врачи не смогли помочь, так как такие сложные случаи берут только узконаправленные специалисты в Москве. С помощью ямальцев Андриане организовали обследование в столице. Кохлеарная имплантация проходила в три этапа, и первый уже дал результаты: девочка начала слышать. Впереди ее ждет реабилитация, но главное – слух уже вернулся.

Наши маленькие герои желают всем в Новом году здоровья и надежных друзей!





ЭТНОС

Foto: Сергей Зубков

* ИРЫ – месяц (ненец. яз.)

КАЛЕНДАРЬ

Ненецкий календарь, как «энциклопедия жизни» коренного народа Севера, отражает многовековые наблюдения за природными явлениями, бытом и мировоззрением. Его особенность – деление года на два шестимесячных периода, привязанных к лунному циклу. В то время как стандартный год начинается в январе, ненецкий календарь стартует примерно в ноябре и мае. Самое интересное, что у каждого месяца есть своё уникальное название.



ТУНДРОВЫХ НЕНЦЕВ

Неко Окотэтто, графика: Кристина Холявко
По информации издания «Природа в традиционном мировоззрении ненцев», автор Г.П. Харючи

ВАРНЫ ИРЫ

вороний месяц
(европейские ненцы)
(апрель)



ЯРА' ИРЫ

месяц поворота к теплу
(март)

или



ЛИМБЯ' ИРЫ

месяц орла
(февраль)

ХЭНЁТАЛВА ИРЫ

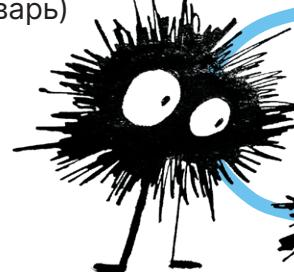
безветрие



Считается, что солнце начинает подниматься над чертой горизонта настолько высоко, что напоминает птицу.

НЯРКА ПЭВДИ" ИРЫ

месяц большой темноты
(январь)



НЮДЯ ПЭВДИ" ИРЫ

месяц малой темноты
(декабрь)



НОСИНТАЛВА ИРЫ

месяц начала охоты
на песцов
(ноябрь)



НО
МА
НЬ —

НОВОЕ СЛОВО В ЯМАЛЬСКОЙ МУЗЫКЕ



КАК ЧЕРЕЗ СОВРЕМЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО ПРОДВИГАТЬ РОДНУЮ КУЛЬТУРУ И МЕНЯТЬ СТЕРЕОТИПЫ

Ирина Литвинова, **фото:** Павел Крюков / предоставлено Ямальской филармонией

К ним можно присматриваться, можно восхищаться, можно удивляться, но точно нельзя остаться равнодушными. *Номаны* – новое слово в ямальской музыке, синергия творчества, молодости и национальных мотивов.

Пятеро девушек создают удивительные русско-ненецкие композиции, выступают в трендовом стиле К-роп. Это первая в России этно-молодежная группа, которая объединяет традиции северных коренных народов и популярного во всем мире музыкального жанра.

ТОЧКА ОТСЧЁТА

– Примерно год назад зародился проект, который по задумке авторов должен еще больше прославить Ямал на всю Россию. Создать молодежный этно-коллектив, музыкальную группу в стиле этно-К-роп – такого в нашей стране еще никто не делал, – рассказывают участницы команды. – К-роп – это очень популярное музыкальное направление, о нем знают во всем мире, а не только в Южной Корее. Рано или поздно в России точно возникнут разные К-роп коллектива, но на ненецком такой проект будет единственным в своем роде. Название тоже придумали авторы проекта. *Номаны* с ненецкого означает «хорошая девочка».

ПОСЛУШАТЬ НОМАНЫ:



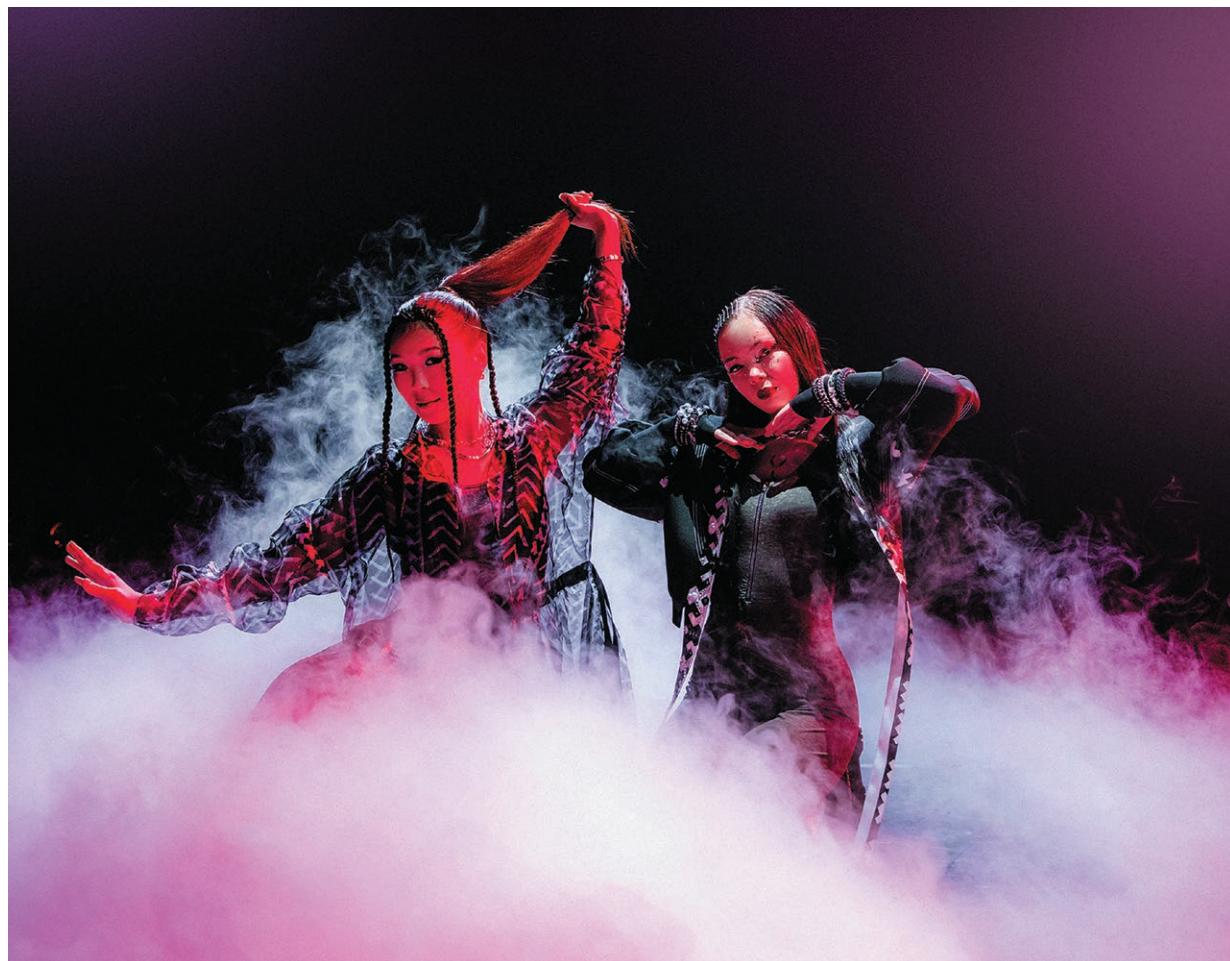
– КАК ПРОХОДИЛ КАСТИНГ В ГРУППУ НОМАНЫ?

– В Салехарде, в несколько этапов. Мы должны были показать, насколько пластичны, есть ли у нас музыкальный слух, вокальные данные. И только в апреле этого года группа была полностью сформирована.

– КАКИЕ ЗАДАЧИ НА ПЕРВОМ ЭТАПЕ СТОЯЛИ?

КРИСТИНА ХУДИ:

– Мы сразу начали работать. В первую очередь над нашей музыкой и хореографией. Мы репетировали по восемь часов и более десяти дней подряд. За это время мы успели выучить три танца и начали запись песен.



ЧТО ТАКОЕ K-POP?

К-поп (или кей-поп) – это жанр поп-музыки, зародившийся в Южной Корее в 1990-х годах и ставший популярным во всем мире. Он характеризуется смешением таких музыкальных жанров, как хип-хоп и ритм-н-блуз. Артисты всегда сопровождают свои выступления зажигательными танцами, а их костюмы модные, яркие и дерзкие.

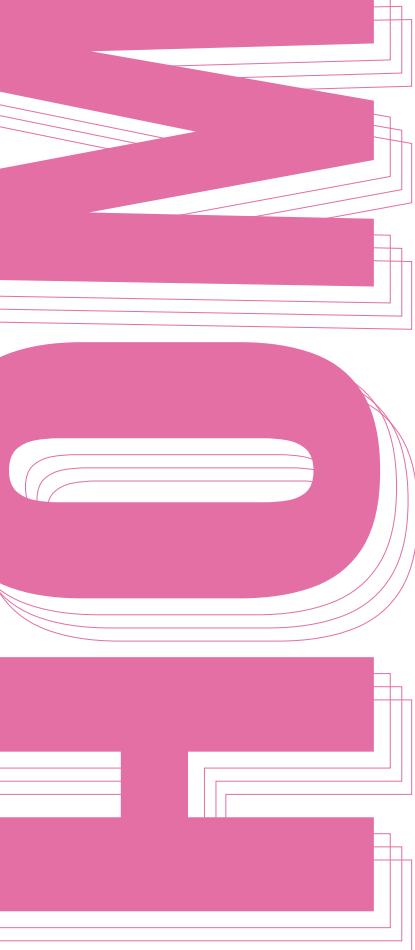
– УЖЕ ЛЕТОМ, 28 ИЮНЯ, СОСТОЯЛОСЬ ВАШЕ ДЕБЮТНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ НА ДНЕ МОЛОДЕЖИ В САЛЕХАРДЕ. КАКИЕ ОЩУЩЕНИЯ ТОГДА БЫЛИ?

СОФЬЯ САЛИНДЕР:

– Мы исполнили две наши песни – «Морозка» и «Северные девочки». Это было очень волнительно и страшно. Мы только начинали и боялись реакции зрителей.

ИРИНА САЛИНДЕР:

– Если посмотреть видео с того концерта, очень заметно, как мы трепетно ждали отдачи от зала, и в итоге мы ее получили. Уже через пару недель был наш следующий концерт на фестивале «МИР Сибири» в поселке Шушенском в Красноярском крае. А после, в середине июля, мы выступали в Москве на фестивале Русского географического общества «Чудеса России». И затем было несколько разных выступлений, благодаря которым мы стали более профессионально работать с публикой.



СОФЬЯ САЛИНДЕР

20 ЛЕТ

РОДИЛАСЬ В ПОСЕЛКЕ СЕЯХА
ЯМАЛЬСКОГО РАЙОНА

66

«В группе Номану мне нравится
наша сплоченность. Мы настоящие
подруги, которые могут поддержать
в сложной ситуации, помочь,
пошутить».

Начала петь в школьные годы, занималась
вокалом и хореографией.

В 2025 году окончила Ямальский
многопрофильный колледж (ЯМК)
по направлению «социально-культурная
деятельность».

Мечтает побывать за границей, в первую
очередь полететь в Южную Корею.

АРИНА СЭРОТЭТТО

Танцы сопровождают девушку всю жизнь.
С детства она танцевала, участвовала в конкурсах
и не раз занимала призовые места.

В 2019 году получила диплом специалиста банковского
дела в ЯМК, а в 2024-м окончила Тюменский
государственный университет по специальности
«начальное образование». Сейчас учится в магистратуре
Российского государственного педагогического
университета им. А. И. Герцена» по специальности
«этнокультурология и этнофилология в североведческом
образовании».

Мечтает, чтобы ямальская культура жила, росла
и звучала ярко. Мечтает вложить в это свою энергию,
увидеть мир, вдохновиться, привнести в творчество
новые краски.

66

«Мне нравится быть частью НОМАНУ,
потому что мы создаем что-то новое,
отираясь на традиции. Это редкое
и ценное чувство. А еще это возможность
проявить себя и одновременно сохранить
связь с культурой моего края».

26 ЛЕТ

РОДИЛАСЬ В СЕЛЕ ЯР-САЛЕ
ЯМАЛЬСКОГО РАЙОНА

НОВАЯ УЧАСТНИЦА
ГРУППЫ НОМАНУ



ИРИНА САЛИНДЕР

20 ЛЕТ

РОДИЛАСЬ В СЕЛЕ НОВЫЙ ПОРТ
ЯМАЛЬСКОГО РАЙОНА

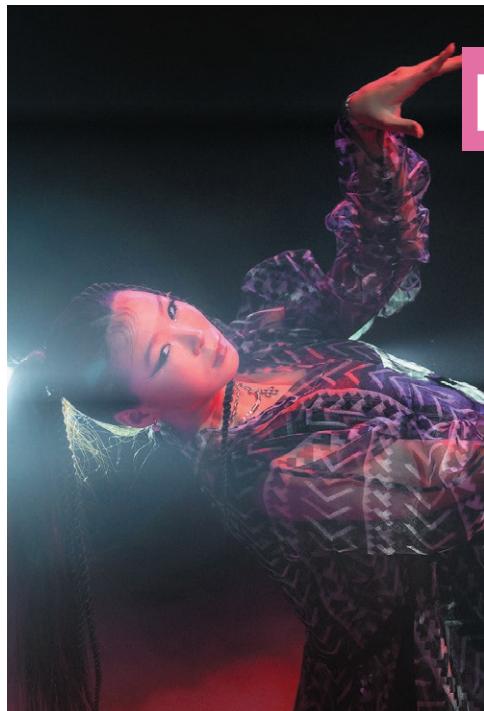


«В группе *Нотапу* мне больше всего нравится ощущение от выступления, адреналин, отдача от зрителей, их отклик. Еще мне нравится процесс съемки наших клипов или фотосессий».

Со школьных лет занималась в музыкальном и танцевальном кружках.

В 2025 году окончила Ямальский многопрофильный колледж (ЯМК) по направлению «социально-культурная деятельность».

Мечтает стать профессиональным артистом и максимально развиваться в творческой сфере.



КРИСТИНА ХУДИ

19 ЛЕТ

РОДИЛАСЬ В СЕЛЕ ЯР-САЛЕ
ЯМАЛЬСКОГО РАЙОНА



«В группе *Нотапу* очень люблю наших преподавателей и занятия, на которых я развиваю новые навыки. Например, раньше я танцевала не так уверенно, как сейчас. А также я понемногу перебарываю свои страхи и социофобию».



«В группе *Нотапу* сбывается моя мечта детства – стать айдолом (артист в К-рор группе. – Прим. ред.). Мне нравятся и наши танцы и песни, и наша сплоченность. А еще нравится преодолевать страх перед выступлением, когда я выхожу на сцену и понимаю, что все нормально, все свои, все меня понимают».

Петь начала в первом классе, когда поступила в музыкальную школу. Играет на аккордеоне, фортепиано и балалайке.

В пятом классе начала заниматься народными танцами.

Учится на третьем курсе в ЯМК по специальности «сольное и хоровое народное пение».

Мечтает посетить как можно больше стран, а одной из первых хочет увидеть Корею.

АЛЬБИНА ЯДНЕ

18 ЛЕТ

РОДИЛАСЬ В ПОСЕЛКЕ АНТИПАЮТА
ТАЗОВСКОГО РАЙОНА

Поет с девяти лет, в школьные годы часто выступала на концертах.

Учится на четвертом курсе в ЯМК по специальности «сольное и хоровое народное пение».

Мечтает выпустить сольную песню.



СДЕЛАТЬ РОДНОЙ ЯЗЫК ПОПУЛЯРНЫМ

**– КОНЦЕПЦИЯ ГРУППЫ НОМАНУ –
ЭТО МИКС НЕНЕЦКОЙ КУЛЬТУРЫ И ИН-
ДУСТРИИ К-РОР. В ЧЕМ ЭТО ВЫРАЖА-
ЕТСЯ?**

– Это смешение есть во всем. В песнях – соединение современного звучания музыки и голосов Севера со словами на ненецком языке о культуре, прекрасной природе и коренном народе. Наши песни вдохновлены Севером, связанны с красотой нашей природы, жизнью на Ямале и ее жителями. Мы все в совершенстве владеем ненецким языком, поэтому помогаем с переводом песен и правильным произношением.

В танцах мы тоже совмещаем стиль К-рор с элементами северной хореографии, обычно это положение рук и сама манера подачи. А в сценические костюмы мы добавляем ненецкие орнаменты и узоры. Стаемся гармонично балансировать и объединять две культуры.

– СМЕШЕНИЕ СТИЛЕЙ ЧАСТО НЕПРИВЫЧНО ДЛЯ ЗРИТЕЛЯ. С КАКИМИ ОТЗЫВАМИ СТАЛКИВАЕТЕСЬ?

– За полгода у нас появились как свои маленькие фанаты, которые любят фотографироваться и поддерживают нас в соцсетях, так и хейтеры. Одно без другого не может существовать, это нормально. В основном нас критикует старшее поколение за нетрадиционные костюмы или современные танцы. Но мы всё-таки ориентируемся на молодежь и подростков, которые знают, что такое стиль К-рор как в одежде, так и в хореографии. Вся наша команда старается проще относиться к критике, воспринимать спокойно разные мнения аудитории.

АЛЬБИНА ЯДНЕ:

– Самое главное, что наши родители и родственники нас поддерживают, вдохновляют. Они наши главные фанаты. Хоть мы и маленькие, еще только в начале пути, но движемся вперед и не боимся экспериментировать.





— КАК ВАС ВОСПРИНИМАЮТ ЛЮДИ, СОВЕРШЕННО НЕЗНАКОМЫЕ С НЕНЕЦКОЙ КУЛЬТУРОЙ?

КРИСТИНА ХУДИ:

— Когда мы выступали в Красноярском крае, то собирали огромную публику. После выступления люди хотели с нами познакомиться, найти нас в соцсетях, подходили фотографироваться. Было очень приятно, и мы со всеми общались. Людям непонятен ненецкий язык, но им нравится звучание наших голосов, их качают биты и мелодии. И таким образом они узнают о нашем народе, слышат наш язык.

Ненецкий — уникальный, но, к сожалению, вымирающий язык. Если музыка на ненецком станет популярной, то и язык будет популярным, а не на грани исчезновения.

В ЭТОМ ГОДУ У НОМАНЫ ПЛАНИРУЕТСЯ ТУР ПО ЯНАО, ХМАО И ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

— ОСЕНЬЮ ПРОШЛОГО ГОДА ВЫ ВЫПУСТИЛИ ДВЕ ПЕРВЫЕ ПЕСНИ, А ТАКЖЕ КЛИПЫ «СЕВЕРНЫЕ ДЕВОЧКИ» И «МОРОШКА». ЧТО ЖДАТЬ ФАНАТАМ В БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ ОТ ГРУППЫ НОМАНЫ?

— Поделимся маленьким спойлером: в новых песнях мы решили добавить рэп. Мы пытаемся делать нашу музыку в разной стилистике, чтобы она нравилась разной аудитории. А вообще, главная цель группы Номаны — выйти за пределы России. Мы хотим, чтобы наша группа была известна на весь мир!

ДРЕВНИМ ЯЗЫКОМ ОРНАМЕНТА

Неко Окотэтто, иллюстрации: Кристина Холявко
По информации издания «Традиционная культура северных селькупов: сборник научных статей»,
составители – О. Б. Степанова, А. С. Кулиш, Н. Ф. Галеева

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ОБ УЗОРАХ НАРОДА СЕЛЬКУПЫ

НЁМАЙ ҚО — ЗАЯЧЬИ УШИ



Селькупские орнаменты условно делятся на четыре категории, имеющие конкретный смысл и предназначенные для определенных предметов.



КЭРПАТ ӮМТЫ — РОГА ОЛЕНЕНКА ДО ГОДА



Геометрические орнаменты, имеющие в основе прямоугольник, квадрат или треугольник, выполняются в техниках «меховая мозаика» (на меховых изделиях из оленьего/лосиного камуса или шкур неблюя) и «ткань по ткани».



КУРЫЙ ТІМЫ — ЗУБЫ ГОРНОСТАЯ



Прежде всего, орнаменты изображались на предметах быта. Одежду украшали лишь цветными полосами и заимствованными у хантов и ненцев геометрическими орнаментами. Сегодня «берестяной» орнамент стал бытовать и в одежде.

Орнаментированные розетки – стилизованные геометрические орнаменты с закругленными/ заостренными контурами. Их создают техникой «выскабливание» в основном на берестяных коробах и крышках.



ЧЁЛЫ АЙ ТАТТЫ — СОЛНЦЕ И ЗЕМЛЯ

Символизирует связь солнца с землей и ее обитателями. Изображается на круглой крышке сосуда для хранения продуктов.



ЛОНТЫРЁ — БАБОЧКА

Изображается на овальной крышке сосуда, в которой хранятся предметы швейного промысла.





ЧАЛЫ — СОЛНЦЕ



Бордюрные орнаменты на берестяных изделиях изображались на бортах коробов и сосудах округлой формы. А, к примеру, орнамент «Человек в доме» изображали и на двери берестяного летнего чума.



ЛОТЫК / ЭЧА — ЦВЕТОК

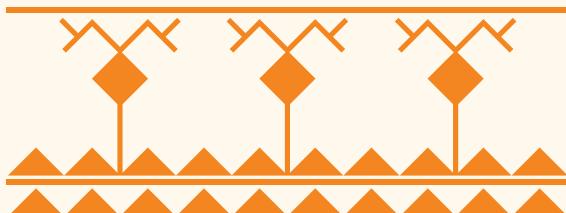


КОМА — СТРЕЛА

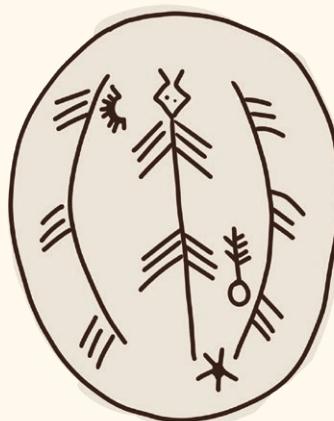
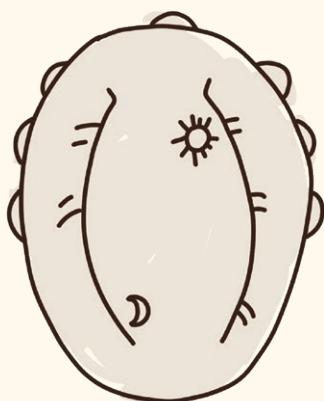


МАЧЫ — ЛЕС

символизирует таежный лес

**Культовые изображения**

использовались лишь для оформления сакральных предметов, которые использовали в ритуальных практиках и шаманских обрядах (элементы одежды, бубен).

**҃УМЫЯ — ЧЕЛОВЕЧКИ**

Изображения на ритуальных бубнах селькупских шаманов, символизирующие мироздание и родового духа-помощника, выполнялись красной и черной краской на мембране. Их использование (изображений) в быту недопустимо.

**ОБ УЗОРАХ ДРУГИХ НАРОДОВ
МОЖЕТЕ УЗНАТЬ
ИЗ ПРЕДЫДУЩИХ ВЫПУСКОВ!**

ЧИНК-ЧА

белые лебеди

Селькупская народная сказка

Иллюстрации: Наталья Колбина

Было время, на берегу большой реки богатырь жил. Чинк его звали. Молодой, красивый был. Людям всегда добро делал. Добычей делился, запоры* на рыбу ставить помогал. Все его любили.

Повстречал Чинк беловолосую богатыршу-красавицу Ча. Сердце свое ей отдал, а она ему свое сердце подарила.

Узнали про их любовь братья девушки Ныльчи, Эли и Парсур. Не захотели родниться с богатырем Чинком. Им уже большой выкуп принес за сестру другой богатырь – Секуллы. Сговорились братья с Секуллы погубить богатыря Чинка. На озере, где Чинк и Ча встречались, засаду устроили.

Выплыли на середину озера в лодке Чинк и Ча. Злые братья и Секуллы стрелы в луки вставили, тетиву натянули. Вдруг тьма опустилась на землю. Сверкнуло копье Нума, а голос его загремел в небе, проклиная злобу людскую.

Пожелтели от страха листья на деревьях, на землю падать стали. Холодный ветер по опавшей листве побежал. Заплакало солнце. Засверкали слезинки и первыми снежинками на землю легли. Светло от них стало.

Увидели тогда Ныльчи, Эли, Парсур и Секуллы: поднялись с середины озера две большие белые птицы. Прекраснее их не было на земле птиц.

Закричала одна: «Чинк!» Ей другая ответила: «Ча!» Холодно сразу стало.

* Запоры – это сооружения для рыбалки, которые перегораживают русло реки, препятствуя свободному перемещению рыбы.



Заволновались братья, закричали, руками замахали. Смотрят, а у них не руки, а крылья. В серых ворон превратились. Оглянулись, а на большой прибрежной лиственнице черный ворон Секуллы сидит.

С тех пор в наши края осень и зима приходит стали. И каждый раз, когда лебеди Чинк-Ча на юг улетают, солнце за ними спешит. Их любовь и верность охраняет.



СЕВЕРНАЯ САДА В СТОЛИЦЕ



Фото: Фёдор Воронов

«Новогодняя Россия. Книга сказок» – новый проект национального центра «Россия». Он объединил восемь регионов, которые поделились своими традициями, легендами и преданиями. Гостей ждет путешествие с пером жар-птицы через хрустальный лес сказаний. Выставка – живая карта сказок России. Она будет работать до 1 марта.

Ямальский стенд стал изюминкой проекта. На выставке представлены элементы быта коренных северян, миниатюрные статуэтки из кости, исторические хроники и многое другое. Огромная машина-болотоход – тоже часть стенд: каждый посетитель может залезть в кабину и виртуально прокатиться, наслаждаясь красотой тундры.

С 10 по 15 февраля Ямал станет главным героем выставки. Неделя региона откроется уникальным перформансом на стыке легенд и инноваций.

Гости выставки погрузятся в мир, где по взмаху посоха волшебника Ямал Ири оживают духи тундры и голубые великаны из повести ямальской писательницы Анны Неркаги. Этническая музыка, сувениры на мастер-классе, VR-путешествие по Арктике – лишь малая часть программы. В фокусе – культура коренных народов и проекты будущего.

Это больше чем экспозиция – это погружение в живое дыхание Севера, где каждая снежинка хранит древнюю тайну, а каждый след ведет к открытиям.



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР «РОССИЯ»
Г. МОСКВА, КРАСНОПРЕСНЕНСКАЯ НАБЕРЕЖНАЯ, 14
RUSSIA.RU
ВХОД СВОБОДНЫЙ

0+



ЭВОЛЮЦИЯ «ЛУХ АВТ»

ОТ ЧЁРНО-БЕЛЫХ ПОЛОС К QR-КОДАМ: КАК ГАЗЕТА НА ЯЗЫКЕ
ХАНТЫ ПОКОРИЛА ВРЕМЯ И ПОДЧИНИЛА ТЕХНОЛОГИИ,
РАССКАЗАЛА ГЛАВРЕД ИЗДАНИЯ АЛЛИНА ЯКОВЛЕВА

Екатерина Золотарёва, **фото:** Сергей Зубков

В этом году газета «Лух Авт» отмечает свое 25-летие. Издание тиражом 1300 экземпляров выходит еженедельно. Материалы печатают на трех диалектах: шурышкарском, приуральском, сургутском.

Газета не просто пережила времена. Она стала мостом между фольклором предков и цифровым миром молодежи: только в соцсети «ВКонтакте» у «Лух Авт» больше двух тысяч подписчиков. Перейти на страницы ВК и ОК можно по QR-кодам в газете.

В сентябре 2021 года главредом газеты стала Аллина Яковлева. С газетой у нее общий «стаж». В редакцию корреспондентом она пришла в ноябре 2001-го. Случилось так, что в марте осталась в редакции и за журналиста, и за верстальщика, и за фотографа. И если собирать информацию, писать – дело привычное, то верстать в «Кварке» учились на ходу. С фотографиями тоже было интересно: печатали в фотосалоне, в редакции сканировали и забирали в программу.



– В «Кварке» было всё на английском, и если что-то не сохранила или удалила случайно, то приходилось делать заново. Поэтому старалась не ошибаться, но, конечно, иногда доводилось сидеть до поздна. А уже сверстанный номер выводила на пленку. Да, тогда так отвозили номер в типографию, – вспоминает Аллина Яковлева.

Сегодня издание использует современные инструменты. В наборе текста на языке ханты тоже помогает программа. Для этого даже не нужно никуда «заходить». Буквы «защиты» в клавиатуре, нужно просто сменить язык. Так у букв появляются «хвостики». В хантыйском языке есть омонимы. Но если в русском языке значение слова меняется в зави-

симости от контекста, то в хантыйском «хвостик» меняет произношение и значение слова.

На себе в редакции испытывают все техно-тренды. Например, научились «оживлять» фотографии. В печатном номере с помощью технологии VR и телефона можно было посмотреть видео. Рядом с такими фото на полосах были специальные «маячки».

Обратная связь – неотъемлемая часть работы редакции. В мессенджерах есть специальные чаты, где земляки могут задавать вопросы и делиться своими новостями, как с родными людьми. Традиционно в газете публикуются новости региона, фольклорная страница. Есть рубрики, материалы в которых пишут на



Альбина Тырлина,
корреспондент

Вера Лонгортова,
ответственный секретарь

трех диалектах. Все тексты публикуются на исконном языке ханты, без заимствованных слов. Сказки, стихи, легенды из «Лух Авт» используют как дидактические материалы в школах и детских садах в национальных поселках.

– Раньше мы выезжали в командировки, чтобы записывать сказки, легенды народные. Но знающие люди уходят. И мы остаемся тем источником, который собирает и сохраняет эту память, – дополняет Аллина Яковлева.

История газеты началась с одной полосы в другой национальной газете – «Няръяна Нгэрм». Самостоятельным изданием стала в январе 2001-го. Первый номер собирал Геннадий Кельчин. Чем наполнить выпуск, выдумывать было не

надо. Идей и наработок было много. Геннадий Павлович в то время работал корреспондентом на радио. С переходом в печатное издание, как говорит сам, для него ничего не изменилось. Там на родном языке он говорил со слушателями, здесь – с читателями. Он и сейчас считает, что для сохранения языка иногда нужно просто на нем поздороваться. Он звучит, а значит, живет.

– Первый номер вышел 6 января 2001 года. Я отсюда ездил на снегоходе в Лабытнанги отдавать в типографию. В нем были все мои материалы. Точно не помню, но где-то полгода я один работал. Городская газета в Салехарде выходила на двух полосах. «Лух Авт» – на четырех, – вспоминает Геннадий Кельчин.



Геннадий Кельчин,
главный редактор 2001–2021 гг.

Аллина Яковлева,
главный редактор, 2021 – наст. время

«ГЛАЗАМИ» ПРЕДКОВ СТАНОВИТСЯ ИИ

Иллюстрации в сказках помогают читателям перейти из мира реального в сказочный. Но что, если кисть держит не человек, а нейросеть? С необычным «художником» газету познакомил креативный специалист по искусственному интеллекту медиахолдинга «Ямал-Медиа» Илья Михно.

Сам процесс создания картинки вполне можно отнести к сказочному действу. Составил план, уточнил детали в диалоге с «мозгом» и получил первую визуализацию, но не в своей голове, а на экране компьютера. Поправил герою шапку, переставил лабаз, закрыл дверь в дом, чтобы тепло не выходило. Всё возможно исправить «словом», и краски даже не понадобятся. Но самое сложное, как признается Илья, – «рисовать» волшебных персонажей. Их вообще никто никогда не видел, и каждый представляет по-своему.

– Например, молоток волшебный. Может он задумывался из определенного дерева или вообще без глаз и рта. Очень много прообразов есть, – отмечает Илья Михно.

Сейчас отрисовано около 10 сказок. В планах у Ильи изменить технику. Уйти хочется от мультишного стиля и добавить немного романтизма Айвазовского. Такие работы сложнее в исполнении, но будут ярче отражать национальную самобытную культуру народа ханты.



Он возглавлял «Лух Авт» с 2001 по 2021 год. Стоял у истоков издания, формировал его содержание и стиль. Газета должна говорить с читателем на живом, родном языке, сохраняя фольклор и особенности диалектов. При нем «Лух Авт» превратилась из небольшой черно-белой газеты в яркую площадку для разговора о культуре, жизни и языке народа ханты, а сам «Палыч» получил заслуженное признание как человек, который много сделал для сохранения и популяризации родного языка. Известен Кельчин и переложением русских сказок на хантыйский язык.

– К примеру, «Конька-горбунка» я лет пятнадцать переводил. И теперь наши читатели говорят, что это хантыйская сказка. Чтобы заниматься переводом нужно знать хорошо и русский, и свой язык. Но нельзя сказать, что ты весь хантыйский язык знаешь. Тот, кто так думает, ошибается. Это очень богатый язык. Поэтому сказку я так долго переводил. Но произведение получилось хорошее. Его можно как песню петь, – считает Кельчин.

К юбилею «Лух Авт» готовят большую выставку, которая пройдет в главном музее Ямала. Для нее подберут и напечатают в большом формате 25 снимков, которые в свое время были опубликованы на страницах любимой газеты «Лух Авт» за четверть века, и расскажут об истории, культуре и традициях народа ханты.

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ:



ОНЛАЙН-ВЕРСИЯ ГАЗЕТЫ:





ЭСТЕТИКА

📸 Фото: Анастасия Гергель



ЦИФРОВЫЕ МИРЫ

*и подлинные
эмоции*

В ЭПОХУ, КОГДА ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПИШЕТ КАРТИНЫ, А ВИРТУАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ ПЕРЕНОСИТ НАС В ПРОШЛОЕ, МУЗЕИ СТОЯТ НА ПЕРЕПУТЬЕ МЕЖДУ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМ ПРОГРЕССОМ И СОХРАНЕНИЕМ ПОДЛИННОСТИ. КАК ОТВЕЧАЮТ НА ЭТОТ ВЫЗОВ НА ЯМАЛЕ?

Ингрид Сафонова, **фото:** Сергей Зубков, Андрей Ткачёв, Анастасия Гергель, Павел Крюков, Дмитрий Эрнст



Представьте, что вы не смотрите на картину, а заходите внутрь нее. Погружаетесь в живописное пространство, созданное цифровыми художниками, и можете исследовать его изнутри. Это не фантастика, так выглядела одна из локаций в программе «Ночи искусств» в музейно-выставочном комплексе им. И. С. Шемановского в Салехарде.

– Ты ходишь не по выставке, а по конкретному произведению. Ты зашел внутрь картины и можешь ее изучить. Такой интересный опыт! – рассказывает директор музея Виктория Самсонова о последней «Ночи искусств». – Современные технологии стали обязательной частью большинства крупных выставок. Без каких-то экранов, VR, цифровых гидов почти не обходится ни один музей. Хотя, безусловно, остаются стопроцентно классические, но таких всё меньше и меньше.

Правда, технологии в музеях – это не только VR-очки или цифровые инсталляции: вопрос о роли искусственного интеллекта в музейной сфере вызывает жаркие дискуссии. С одной стороны, «цифра» уже активно внедряется в крупных центрах культуры России и всего мира. С другой – многие специалисты относятся к инновациям с осторожным скепсисом. Допустим, в реставрации традиционные методы работы будут преобладать еще долго, ведь даже при работе с идентичными на первый взгляд предметами применяются разные техники и технологии восстановления. Определить это могут только опытный глаз и рука мастера.

– В настоящее время ИИ никак не используется, по крайней мере, в работе нашей мастерской. Реставрация – она на кончиках пальцев. Обязательно нужно чувствовать то, что ты делаешь, и если нужно, то вовремя остановиться, если что-то идет не так. Это внутреннее чутье мастера, которое приходит с годами и в 99 % случаев не подводит, – говорит реставратор МВК им. И. С. Шемановского Александра Морозова.

Однако потенциал технологий не дооценивать нельзя – мы не узнали бы многого об археологических находках или произведениях искусства, не будь изобретен радиоуглеродный анализ или методы спектрального изучения живописных слоев, раскрывающие множество секретов не только для профессионалов.

– У меня однажды был опыт проведения экскурсии для посетителей с демонстрацией фото- и видеоматериалов,

повествующих о процессе реставрации некоторых предметов. Восторг, интерес, множество вопросов! Никто не ожидал, что так бывает. И этот восторг только лишь от просмотра фотографий с планшета, – подчеркивает Александра.

**МОЖЕТ ПОКАЗАТЬСЯ,
ЧТО ИСКУССТВЕННЫЙ
ИНТЕЛЛЕКТ СЕГОДНЯ ОЧЕНЬ
АКТИВНО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
В СОСТАВЛЕНИИ ТЕКСТОВ
И ГЕНЕРАЦИИ ИЗОБРАЖЕНИЙ,
И ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ТАК,
ВОПРОС ТОЛЬКО В КАЧЕСТВЕ
МАТЕРИАЛОВ, ПОЛУЧАЕМЫХ
НА ВЫХОДЕ.**



Александра Морозова, реставратор,
МВК им. И. С. Шемановского





Виктория Марчик, художник-фотограф
Музея истории и археологии Надыма

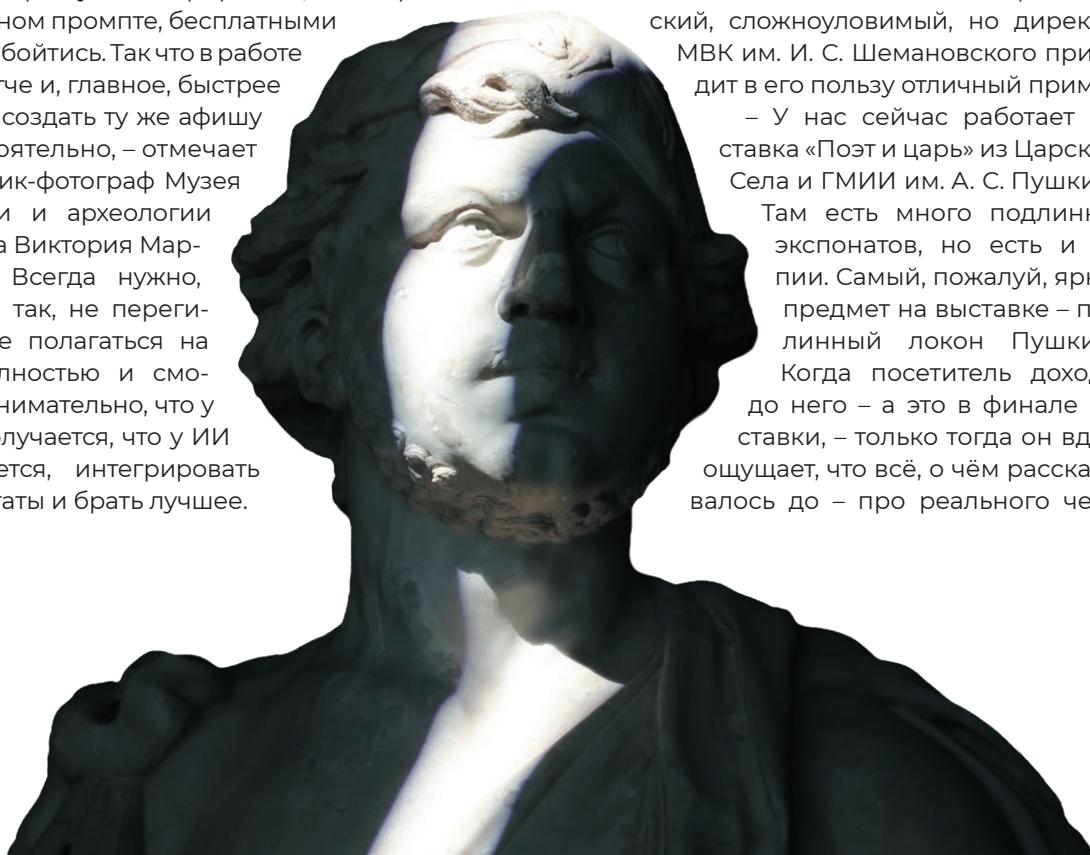
– Сейчас существует несколько видов обучения работе с ИИ, недавно я прошла одно из них. Конечно, это было полезно, но интегрировать ИИ в мою работу не так просто, как кажется: на составление правильных промптов уходит очень-очень много времени. Да и чтобы, например, афишу хорошую сгенерировать, даже при идеальном промпте, бесплатными ИИ не обойтись. Так что в работе мне легче и, главное, быстрее просто создать ту же афишу самостоятельно, – отмечает художник-фотограф Музея истории и археологии Надыма Виктория Марчик. – Всегда нужно, скажем так, не перегибать, не полагаться на ИИ полностью и смотреть внимательно, что у тебя получается, что у ИИ получается, интегрировать результаты и брать лучшее.

Невзирая на всё нарастающую панику на тему захвата технологиями мира и наших умов, профессионалы в области музыкального дела спокойны. Ведь посетитель приходит и всегда будет приходить в музей, чтобы получить опыт взаимодействия с подлинником. Надо сказать, что «ощущение подлинности» – момент философский, сложноуловимый, но директор МВК им. И. С. Шемановского приводит в его пользу отличный пример:

– У нас сейчас работает выставка «Поэт и царь» из Царского Села и ГМИИ им. А. С. Пушкина.

Там есть много подлинных экспонатов, но есть и копии. Самый, пожалуй, яркий предмет на выставке – подлинный локон Пушкина.

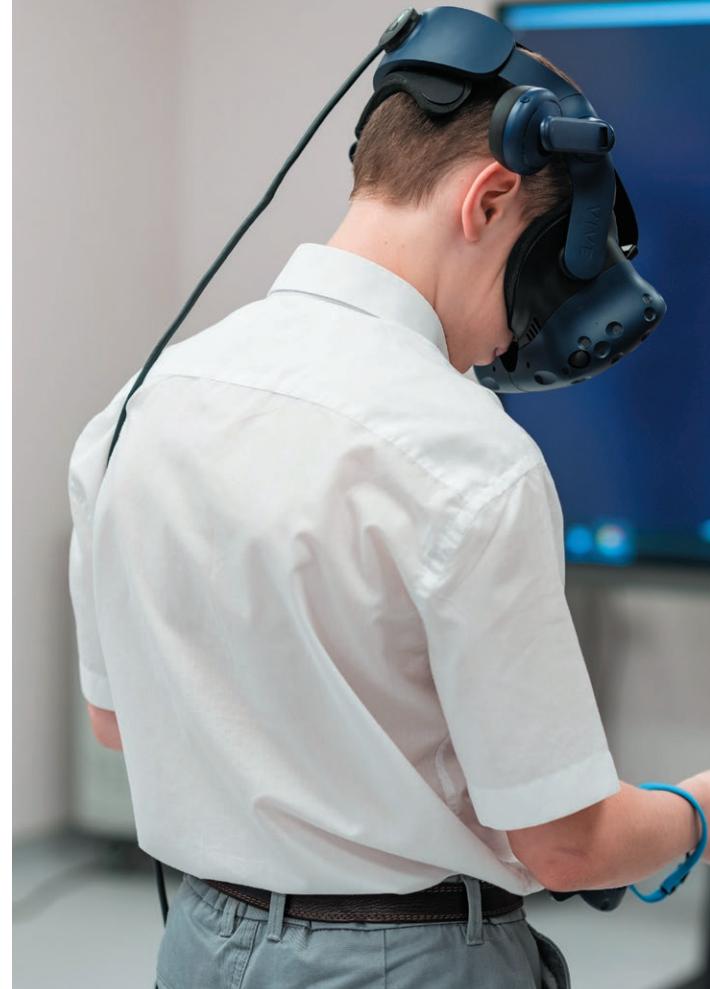
Когда посетитель доходит до него – а это в finale выставки, – только тогда он вдруг ощущает, что всё, о чём рассказывалось до – про реального чело-



века, который действительно существовал. И эти эмоции невозможно было бы испытать, если бы локон был даже самой искусственной, но копией.

Предоставить посетителю возможность «пообщаться» с подлинниками – это фундаментальная миссия музея. Потому что в бурном потоке неосязаемой информации мы эту подлинность ищем. Не информацию, не развлечения, а живую связь с прошлым через аутентичные предметы.

Музейные профессионалы смотрят в будущее, полное сложных технологий, с оптимизмом. Например, весьма интригующе пофантазировать о том, как можно было бы с помощью искусственного интеллекта сводить и обрабатывать данные об эмоциях посетителей (при этом не используя никакой персональной информации).



– Недавно мы прорабатывали проект по исследованию посетителя с помощью искусственного интеллекта, когда считываются улыбки или грусть. Но у всех очень разная мимика, все по-разному реагируют. Да и не всегда ИИ может отличить искреннюю улыбку от неискренней. Но если бы кураторы могли получать, скажем, тепловую карту переживаний посетителя, а не просто статистику посещения, то можно было бы перестраивать, например, последовательность экспонатов, для усиления повествования. Такой музей мог бы стать живым, а кураторы превратились бы из хранителей прошлого в дирижеров чувств, – поясняет Виктория Самсонова.

Помогает ИИ и в искусствоведческих вопросах. В Санкт-Петербургском «Эрмитаже» не так давно открыли уникальные шедевры. ИИ проанализировал английские сатирические гравюры XVIII–XIX веков и сравнил их с собранием Британского музея. В России хранится восемь тысяч таких работ, в Англии – 26 тысяч. Но ИИ, сверив парные изображения, обнаружил, что в Эрмитаже есть порядка 100 уникальных гравюр, которые не повторяются в других коллекциях.



ПРОФЕССИОНАЛЫ МУЗЕЙНОГО ДЕЛА ЕДИНОДУШНЫ: ТЕХНОЛОГИИ ДОЛЖНЫ СЛУЖИТЬ КУЛЬТУРЕ, А НЕ ПОДМЕНЯТЬ ЕЕ. 3D-СКАНИРОВАНИЕ, VR-ТУРЫ, ИИ-АНАЛИТИКА – ВСЁ ЭТО ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ НАСЛЕДИЯ И РАСШИРЕНИЯ ДОСТУПА К НЕМУ.

Суть же музея остается неизменной – возможность живого общения с подлинными предметами и историями, которые эти предметы рассказывают. Технологии приходят и уходят, но человеческая потребность в осязаемой реальности останется неизменной. Музеи будущего точно найдут баланс между цифровыми инновациями и живым опытом, создавая пространства, где искусственный интеллект станет проводником к сути искусства и науки, а не их заменой.



ЦВЕТНОЕ СИНО

ЦВЕТ – ТО, КАК ЧУВСТВУЕШЬ СЕБЯ СЕЙЧАС: ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗАМЕТНОЙ В КРАСНОМ, ЭЛЕГАНТНОЙ – В ГОЛУБОМ, С ТЕАТРАЛЬНЫМ ШИКОМ – В ИЗУМРУДНО-ЗЕЛЁНОМ, КАК СКАРЛЕТТ О'ХАРА В «УНЕСЁННЫХ ВЕТРОМ». ТОЛЬКО О ЦВЕТЕ МЫ ТОЧНО ПОДУМАЕМ СЕГОДНЯ.

Ирина Канашова, **фото:** Анастасия Гергель

Сейчас идет период моды, который среди стилистов называется «слабым» – женственный, чувственный, с невыразительными цветами. Контрастных сочетаний на подиумах мало. Но точечные яркие решения звучат всё четче. В достаточно большом количестве брендов мы видим «чистые» цвета в тотальном прочтении у российских и зарубежных модельеров. Они просто входят в ДНК этих брендов, есть в их коллекциях вне тенденций и времени.

В России флагманом среди цветов является красный – древнерусский символ красоты, праздника. В народной культуре

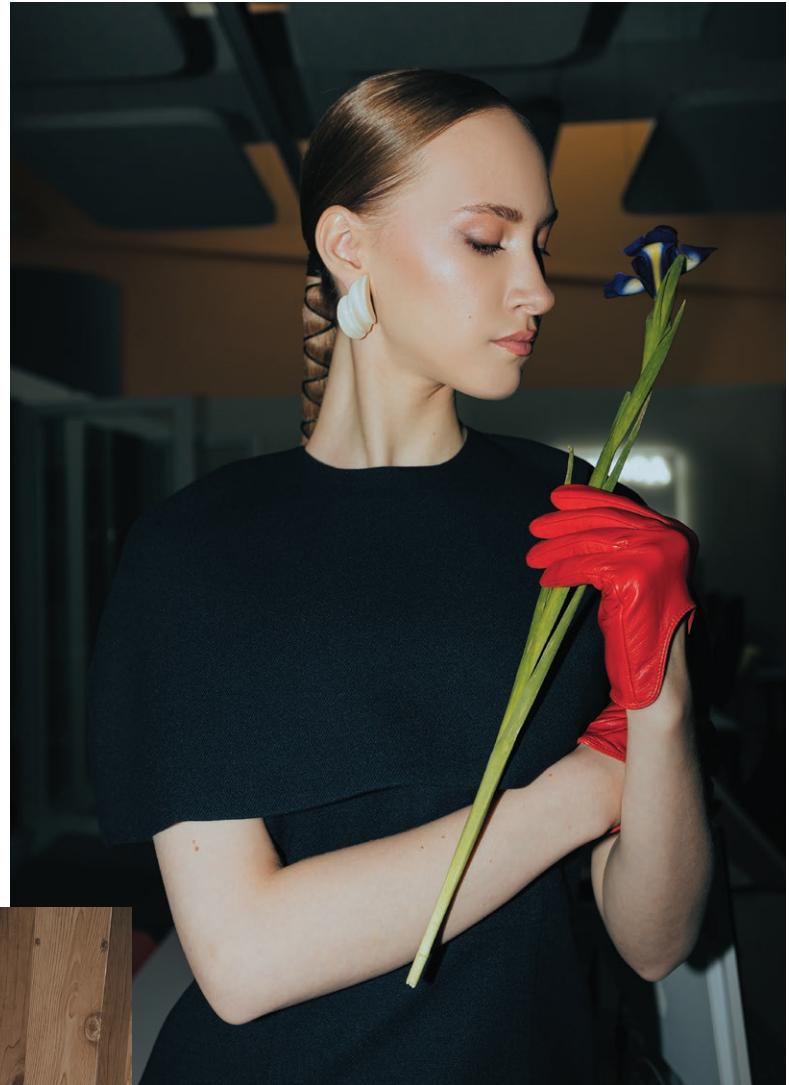
он символизировал любовь, поэтому свадебные наряды были красными. В XX веке красный стал символом перемен, революции, единения, можно смело назвать его спутником российской культуры.

Тенденция отражается и в культурном наследии. Помните наряд Зины из фильма «Иван Васильевич меняет профессию»? Короткое платье-рубашка красного цвета. Его создавал Вячеслав Зайцев, вдохновляясь эстетикой 1970-х и эпохой хиппи. Ультра-мини, яркое и дерзкое. То есть каждый художник использует цвет по-своему, вне зависимости от жанра и эпохи.



КАК ПОДОБРАТЬ СВОЙ ЦВЕТ

Можно ли научиться его носить, не стесняясь? Да, главное пробовать. Я рекомендую тем, кто только начинает свой путь в мир цвета, пробовать сначала цвета и оттенки, отталкиваясь от своих природных данных. Это цвет волос, бровей, кожи, губ и глаз. Иногда в радужке глаза можно обнаружить невероятной красоты вкрапления того или иного цвета, применение которого в портретной зоне подчеркнет тот самый оттенок.



Далее, когда цвет уже закрепился в гардеробе, можно пробовать применять оттенки и цвета, комплементарные природным. Например, если есть зеленый, может появиться красный.

Выбираем оттенки только путем проб и примерок: когда вы надеваете на себя определенный оттенок красного – от светло-розового до бордового, смотрите на свое отражение в зеркале и оцениваете, насколько он гармоничен, нравится в целом или нет.





Миксуюм працільно

Миксовати оттенки и цвета можно. Если вы только начинаете свое путешествие в мир цвета, предлагаю начать с союза двух цветов, а далее уже добавлять другие.

Главное правило здесь – это процентное соотношение: пропорции не должны быть одинаковы, то есть это не 50/50 процентов двух разных цветов в комплекте, а 60/40 или 70/30. В этом слу-

чае комплект выглядит гармоничнее на силуэте и не делит его визуально на равные части.

Если затронуть тему психологии цвета, хочется отметить то, что, когда мы одеты в природной гамме, гармонично сочетающейся с оттенками, присутствующими в нашей внешности, это вызывает безусловное доверие к нам у нашего собеседника.

Белый цвет – это чистота и безупречность. Человек, одетый в белый цвет, контролирует ситуацию, он идеально организован. Черный – это серьезность, интеллект и некая дистанция. Если для вас этот момент важен и необходим, имеет смысл обратить внимание на образ в черном цветовом прочтении. Коричневый – надежность, стабильность и рассудительность. Именно такое впечатление несет о себе человек, одетый в коричневую одежду.

Психология цвета и управление впечатлением с помощью красок – очень интересная, глубокая тема. От малейшего блика может зависеть всё настроение образа и подача. Добавьте цвет туда, куда стоит привлечь внимание собеседника. Это тоже инструмент коммуникации.



Модели:

Кристина и Арина Карпеевы

На моделях:

Тотал образы ANG brand

Украшения O'STIN

Обувь Mascotte

Локация съемок:

Арт-резиденция «Полярис»



КИНОА

с овощами и оленевым сердцем

СЕЙЧАС НА ЯМАЛЕ СТАРТУЕТ ГОД ЗДОРОВЬЯ, И НА СТРАНИЦАХ ЖУРНАЛА МЫ БУДЕМ ЗНАКОМИТЬ ВАС С РЕЦЕПТАМИ, КОТОРЫЕ ОТВЕЧАЮТ ПРИНЦИПАМ СБАЛАНСИРОВАННОГО РАЦИОНА. ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ ЗАВТРАК, В КОТОРЫЙ ВКЛЮЧЁН ЛОКАЛЬНЫЙ И СЕЗОННЫЙ ДЛЯ ЯМАЛЬЦЕВ ПРОДУКТ – СЕРДЦЕ СЕВЕРНОГО ОЛЕНЯ. ОН БОГАТ ПОЛНОЦЕННЫМ БЕЛКОМ И ЖЕЛЕЗОМ. А ДОПОЛНЯЕТ БЛЮДО БРОККОЛИ – ИСТОЧНИК ПИЩЕВЫХ ВОЛОКОН, СУЛЬФОРАФАНА И ИНДОЛА.

Лидия Квашнина, **фото:** Сергей Зубков

ОЛЕНЬЕ СЕРДЦЕ ТУШЁНОЕ

Ингредиенты:

-  Сердце оленя – 300 г
-  Лук репчатый – 1/2 шт.
-  Морковь – 1/2 шт.
-  Оливковое масло – 2 ст. л.
-  Соль, перец



Способ приготовления:

1. Лук нарезать полукольцами, морковь полукружьями. Сердце оленя промыть, нарезать крупными кусочками.
2. На сковороду с толстым дном налить масло, слегка обжарить лук, морковь. Положить сердце оленя, перемешать.
3. На среднем огне обжарить 7–8 минут, посолить, поперчить по вкусу, накрыть крышкой, выключить огонь.





КИНОА С БРОККОЛИ И ТОМАТАМИ ЧЕРРИ



Ингредиенты:



- Киноа – 100 г
- Оливковое масло – 4 ст. л.
- Брокколи – 200 г
- Помидоры черри – 8 шт.
- Шафран – 5 г
- Прованские травы – 5 г
- Чеснок – 2 зубчика
- Соль, перец

Способ приготовления:

- Киноа промыть, выложить в кастрюлю, залить водой в соотношении 1:2. После закипания добавить соль, шафран, перемешать, убавить огонь, готовить три минуты. Выключить огонь, накрыть крышкой, дать постоять 10 минут.
- Томаты черри разделить пополам, при желании отрезать плодоножку.
- Брокколи разделить на соцветия, отварить в подсоленной кипящей воде пять минут. Откинуть на дуршлаг, залить холодной водой, чтобы не потеряли цвет.
- На сковороде с толстым дном налить масло, добавить мелко порезанный чеснок, брокколи, томаты черри, перемешать. Добавить киноа, прованские травы, соль, перец.
- На тарелке соединить киноа с овощами и тушеное сердце оленя, можно добавить свежую зелень.



ЛИДИЯ КВАШНИНА –

ведущая рубрики «Кухня Ямала», нутрициолог, мастер гостеприимства, обладатель специального диплома «За продвижение территории с помощью гастрономии» Всероссийской туристской премии «Маршрут года – 2024», автор проекта «Ямал – родина суперфудов», блогер-эксперт BRICS Bloggers Team.

На страницах журнала она делится интересными и полезными рецептами.



Как мы готовили киноа с овощами и оленевым сердцем, смотрите в видеоролике



ЛЕТОПИСЬ

Фото: Фёдор Воронов

Восстановить связь с прошлым

КАК ЖИТЕЛЬНИЦА ЯМАЛА СТАЛА
СПЕЦИАЛИСТОМ ПО ГЕНЕАЛОГИИ
И ОРГАНИЗОВАЛА КЛУБ ДЛЯ ТЕХ,
КТО ПОМНИТ О СВОИХ КОРНЯХ

Екатерина Пшенцова,
фото: Фёдор Воронов, Сергей Зубков,
личный архив Анастасии Крыловой

Сколько поколений своих родных вы знаете? А откуда были ваши предки, где жили и чем занимались? Далеко не у всех есть такие страницы истории своих семей хотя бы на век-полтора. Жительница Салехарда в своих поисках окунулась на сотни лет, а интерес к своим корням перерос пределы одной семьи и переродился в городской клуб «Обдо-РОведы».

Анастасия Крылова родом из небольшой деревни Муфтуяга Республики Коми, сегодня тут зимой проживают всего десять человек, а когда-то, конечно, было намного больше. И именно здесь сотни лет назад появился давний-давний предок жительницы Ямала. Чтобы создать полную картину родословной, протянуть все ниточки, восполнить недостающие звенья, сложить как пазлы историю семьи, ушел не год или два – десятилетия. Началось еще с детства, из которого на-

всегда запомнились теплые беседы с бабушкой Таисией Павловной Федоровой. Она была главным другом, учителем, опорой и отдушиной, когда случались детские и юношеские горести.

– Предыстория очень-очень большая, можно сказать, что длиною во всю мою жизнь, потому что интересоваться корнями своей семьи я начала с самых малых лет. Бабушка с детства рассказывала мне семейные легенды и истории. Помню, мне было лет семь и я думала, что это какая-то сказка, пусть не всегда со счастливым концом. Старообрядцы, к которым относится наша семья, казались удивительными, сильными духом героями. Очень жалко было прадеда, которого арестовали за неуплату налога на масло. Хотелось плакать от того, что его убили бандиты из-за мешка сухарей, с которым он шел к семье после освобождения, – рассказала Анастасия.



Свои истории были и у вещей в доме. К примеру, зингеровскую швейную машинку в 30-е годы прошлого века прятали в картофельной яме, чтобы ее не изъяли, когда разоблачали «зажиточных» крестьян. Для многодетной семьи это настоящая палочка-выручалочка, да и односельчане часто пользовались. Кстати, ножная помощница, которую произвели в Шотландии в 1912 году, до сих пор жива и строчит.

Интерес к созданию родословной подогревал и богатейший семейный архив. В нем были альбомы со старинными фотокарточками, документы, письма. К примеру, на печке хранилась целая стопка обвязанных веревочкой конвертов. Настия вместе с сестрами иногда перечитывали письма, открытки, адресованные в советское время их тете Але. В то время было модно переписываться не только с родственниками, но и с жителями других республик Советского Союза и зарубежных стран. На одном из международных писем отправитель указал лишь фамилию и имя получателя, плюс адрес – «Коми СССР, Удорский район». И ведь дошло же письмо. Кстати, именно тетя Аля первой приехала на Ямал, работала учителем в Новом Порту.



СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

С ЧЕГО НАЧАТЬ СВОЮ РОДОСЛОВНУЮ?

Анастасия Крылова дала несколько советов тем, кто решит упорядочить знания о своей семье и узнать больше о прошлых поколениях.

1

Начинаем с себя. Садимся и рисуем всё, что знаем о своих предках. Создавать схему можно и от руки или в компьютерной программе, если есть такой навык.

Смотрим всё, что есть в домашнем архиве: документы, фотографии, письма, открытки. Подключаем родственников, чтобы распознать тех, кто изображен на снимках.

2

Когда древо составлено, но есть моменты, которые нужно уточнить, на помощь приходит база данных ЗАГСа, где собраны материалы с 1926 года. Берем справки о рождении, бракосочетании, смерти родственников, в таких документах бывает много дополнительной информации о месте жительства, роде занятий членов семьи, дате и месте рождения.

3

Еще один источник информации – похозяйственная книга, которую использовали для учета проживающих в сельских территориях примерно с 1935 года, ее аналогом в городе были домовые книги, где фиксировали зарегистрированных в квартире или доме.

С более ранними периодами помогут в архивах, где нужно смотреть метрические книги и исповедные ведомости. Тут важно понять, к какому региону в искомый период относился населенный пункт, где проживали предки. С того времени и названия, и административное деление могли не раз меняться.

4

В помощь будут разные ресурсы, например, портал «Память народа», где есть информация об участниках Великой Отечественной войны. Не стоит забывать и о таком источнике информации, как районные газеты. Вдруг о ваших предках там что-писали.

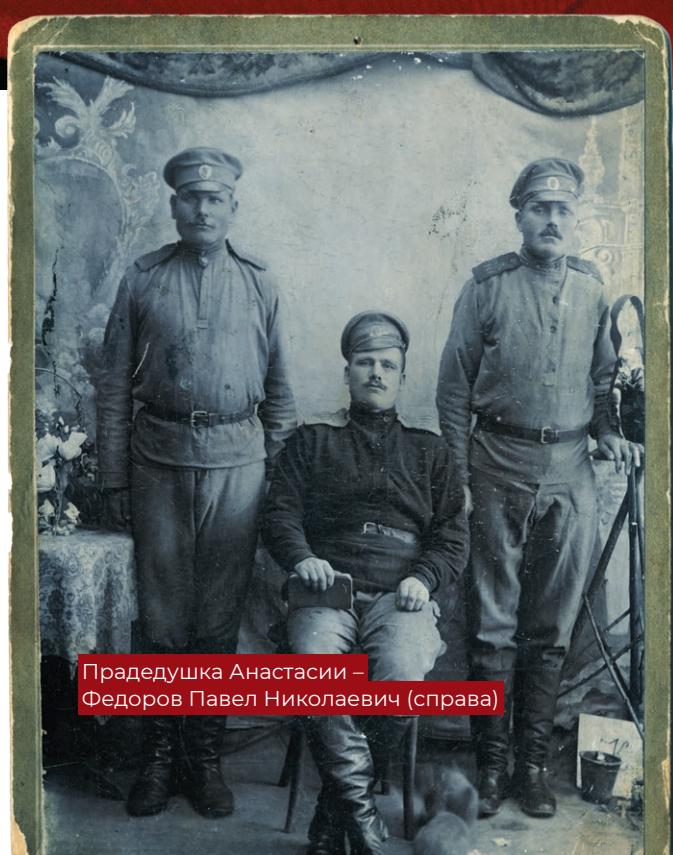
Также можно посмотреть сайты и группы в социальных сетях, посвященные истории населенных пунктов и их жителям.



Одна из родословных, созданных Анастасией Крыловой

ОТ ПЕРВЫХ ШАГОВ ДО БОЛЬШОЙ ПРЕЗЕНТАЦИИ

Первую родословную вместе с бабушкой Анастасия расписала еще в школьные годы, вышло на 5-6 поколений. Девушка училась в гимназии в Сыктывкаре, здесь же поступила в педагогический институт, потом приехала на Ямал, но свое увлечение не забросила, с упорством изучала семейные архивы, отправляла запросы, ездила в родную деревню, собирая документы, которые становились никому не нужными. В итоге получившаяся родословная, с которой жительница Салехарда участвовала в городском конкурсе и выиграла, ушла почти на пять веков вглубь. Сейчас в родословной 15 поколений и более 1000 родственников. Исследования раскрыли тайну того, как в коми деревне появились Федоровы.



Прадедушка Анастасии –
Федоров Павел Николаевич (справа)



РАСКРЫТЬ ТАЙНЫ МАНГАЗЕИ

Предки жительницы Салехарда Натальи Бунцевой когда-то жили в районе, где появился первый русский заполярный город – Мангазея. Участница клуба «ОбдоРОвеДы» рассказала, как история ее семьи связана со «златокипящей».

– Мой отец родился в Туруханском районе Красноярского края, моя мама – в Белгородской области, семью они создали в Салехарде. Я изучаю две ветки родословной – по отцовской и материнской линиям. Отцовская линия начинается от Мангазеи. Мои родные были коренными жителями той территории, где создавался этот богатейший город. В Мангазее было три церкви, и, предположительно, именно там мои предки приняли крещение. Но чтобы полностью выстроить всю линию, мне нужно побывать в Красноярске, поработать с документами в архивах. По маминой же линии картина практически сложилась, история начинается с первой половины XVII века, с создания Белгородской засечной черты, которая была оборонительным сооружением, – рассказала Наталья Бунцева.



– Четыреста лет назад в нашу деревню пришли два брата – Евсейко и Фомка Федоровы, откуда и что сюда их привело, пока выяснить не удалось. Но потом, как я узнала, Фомка, который был постарше, умер, а Евсейко с голода идет кормиться именем Христовым. Узнав об этом, я сначала думала: бедный ты мой предок, как же тебе плохо жилось, что пришлось покинуть свой дом и искать средства на жизнь в других краях. Но потом успокоилась и пришла к выводу: он ведь был очень талантливый и находчивый, ходил по соседним деревням, так зарабатывал. Спустя время вернулся с женой и сыном Тарасом, который и дал род Федоровых на 15 поколений по мужской линии, – рассказала Анастасия.

Конкурсная работа, которой она занималась в отпуске по уходу за ребенком, насчитывает более 40 страниц, а распечатанная на баннере родословная вышла на шесть метров! Соединить всё воедино помогло не только желание дотошно погружаться в прошлое, но и навыки дизайнера, которые освоила салехардка, теперь помогая с составлением родословной всем желающим.

НЕСКОЛЬКО ШТРИХОВ О РОДНЫХ

Рассказывая о своих родных, Анастасия периодически останавливается, чтобы не заплакать, ведь каждая история, особенно о бабушке Таисии Павловне, трогает душу, возвращает в детство.

– Моя бабушка родилась в 1923 году, была глубоко верующей, как и все в деревне. Оказывается, мои предки придерживались старообрядчества, деревня входила в состав беспоповской Поморской древлеправославной церкви. Жители тесно были связаны с Архангельской областью, многие ездили туда в старообрядческие скиты. Очень сильными личностями были, некоторые умерли за свою веру, к примеру, в 1936 году расстреляли одну из родственниц. Кого-то признавали кулаками, кого-то «зажиточными» крестьянами. И всё потому, что в хозяйствах и коровы, и лошади были, а у некоторых и золотишко водилось, – пояснила Анастасия.

Дедушка Александр Васильевич Федоров прошел Великую Отечественную войну от начала и до конца, уже после Победы два года восстанавливал Калининград.

– Я его не застала в живых, но фотография всегда висела на самом почетном месте в нашем деревенском доме. У бабушки с дедушкой фамилия одинаковая, так что, выйдя замуж, Таисия Павловна ее не меняла. Да, они и не знали, что приходятся друг другу пятиородными братом и сестрой. В их семье восемь детей, моя мама – самая младшая, – поделилась воспоминаниями Анастасия, показывая фото.

Еще одно фото в семье как реликвия. На ней изображен прадед Павел Николаевич Федоров, служивший в царской армии, прошедший Первую мировую войну. Подпись на обратной стороне до сих пор видна:

«На добрую память. Последние дни красы моей. Завтра уеду на позицию на румынский фронт. Прощайте родные, прощайте друзья прощай, дорогая сторонка моя. И вся российская земля. Ведут на дальныя края. 1916 года сентября 22-го.»

Именно фото были долгое время единственным подтверждением тому, что прадед был участником Первой мировой войны. Еще одним доводом стала выписка из архива о его мобилизации.



ОТ XVI ВЕКА ДО НАШИХ ДНЕЙ

История семьи Булыгина насчитывает в Салехарде 200 лет, сама же родословная уходит корнями на 16 поколений. Всё это тщательно собирает участница клуба «ОбдоРоведы» Любовь Булыгина. Фамилия и семья в городе известные не один десяток лет.

– Изучение нашей родословной началось с обычной папки, в которой сохранилось личное дело Владимира Дмитриевича Булыгина. Отец мужа был директором пушной базы в Салехарде. Его рукой написана автобиография: кто родители, как жили, как он сам жил, как в 1933 году его выбрали председателем сельского комитета крестьянской взаимопомощи, как в годы Великой Отечественной войны был за границей – в Румынии, Венгрии, Австрии, где воевал. Если говорить в целом, то по родословной Булыгина мы дошли примерно до 1590 года, – рассказала Любовь Степановна.

Именно на конец XVI века приходится упоминание о первом из рода будущих салехардцев – Кузьме Булыгине из Яренского уезда Архангельской области. Тогда семейство занималось рыбной ловлей. В клубе нашли документы, что они перебрались в Тобольск, жили там, платили налог за вылов, ездили в Берёзово. А двести лет назад купцы Булыгины обосновались в Обдорске.

Любовь Степановна многие годы тщательно собирает и хранит всё, что связано с историей семьи. А в ней есть и купцы, и священники, и руководители, и преподаватели, кстати, как оказалось, самая востребованная профессия среди Булыгинах. В составленной родословной только современников почти 200 человек.



Фото родных, собранные Анастасией Крыловой

У Федоровых, как у всех больших и крепких семей, есть и свои легенды. К примеру, о предке, троюродном дедушке Анастасии, который чуть не стал немецким господином. Во время Первой мировой войны попавшего в плен Алексея Коровина увезли в Германию. Тут он приглянулся тайком и даже ждали пополнения, но начался обмен пленными и Алексея отправили на родину. В отчий дом он попал к 1920 году, где, увы, его уже никто не ждал. Создавал и хозяйство, и семью заново.

ОТ СПОНТАННОЙ ЛЕКЦИИ ДО КЛУБА

Все события в жизни происходят неспроста, они как бусинки, которые нанизываются на ниточку судьбы и истории, уверена наша героиня. Очередной такой бусинкой для Анастасии стало внезапное предложение от подруги выступить перед студентами со своим рассказом о родословной. Потом были специальные подарки для близких в виде полотен родословных, от которых ни дети, ни взрослые не могли оторвать глаз, путеше-

ствовали по истории, отраженной в фамилиях, датах, фактах. После победы в городском конкурсе в Салехарде были выступления перед салехардцами и появление клуба «ОбдорОвеДы», который поддержали и старожилы, и городские власти. В работе клуба помогает профильное образование, Анастасия получила диплом генеалога, подкрепив тем самым не только статус увлеченного человека, но и свою экспертизу.

– Клуб действует уже почти год. Первые месяцы я рассказывала всем желающим о том, как правильно составлять родословную, где искать данные, как и куда нужно обращаться. За несколько месяцев нам удалось провести большую работу и воссоздать с десяток родословных, в том числе по двум известным в Салехарде семьям, предки которых не одно столетие проживают в наших краях. Оказалось, к примеру, что Булыгиной обосновались здесь еще двести лет назад, а в целом родословная насчитывает уже 16 поколений! – рассказала Анастасия.

Вместе с участниками клуба Крылова решилась еще на один эксперимент, поиск



родственников по ДНК. Сдали образцы в московский центр, результаты, возможно, помогут найти в общероссийской базе еще каких-то родственников, о которых пока ничего неизвестно, восстановить новые фрагменты семейных историй.

– Моя главная мечта – создать специальную электронную базу Ямала, где будут собраны данные, которые помогут жителям региона восстановить свои родословные. Сейчас, к сожалению, значительная часть архивной информации хранится за пределами округа. Те же метрические книги приходится искать, выкупать и вручную пролистывать, чтобы что-то найти, а на это уходит много-много времени. Технологии развиваются, мы всё больше погружаемся в цифровое пространство, и, возможно, наша идея когда-нибудь получит поддержку. Пока же мы планируем не только проводить лекции для взрослых салехардцев, но и вовлечь школьников, чтобы они могли сохранять историю своих семей. Попытаемся получить на эту работу грант. Если не получится, будем организовывать собственными силами, – подытожила Анастасия Крылова.



СВЕДЕНИЯ СОБИРАЛА ВСЮ ЖИЗНЬ

**ТАТЬЯНА ГОСТЮХИНА,
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ СОВЕТА
СТАРОЖИЛОВ САЛЕХАРДА,
ЖУРНАЛИСТ, КРАЕВЕД:**

– В клубе мы делимся знаниями, каким образом можно найти какие-то данные, как это организовать. Сведения о родных я собирала, наверное, всю свою жизнь. Поеду куда-нибудь к родственникам, они что-нибудь расскажут, приеду, запишу, что запомнила. А когда Анастасия нас собрала и показала свою родословную, я поняла, что нужно этим четко заниматься. Мы уже собрали родословную по линии мамы – семьи Рочевых. По отцовской линии пока есть некоторые наработки, начиная с XVI века, когда Федко Бусыга, как и другие служивые казаки, после Ермака пришли обороны сибирские российские рубежи.

По материнской линии есть интересный факт. Мама, папа, бабушка – коми-зыряне, но я читала, что «роч» переводится с коми как «русский». Почему так? Возможно, что происхождение у меня по финно-угорской, зырянской линии идет с русским началом? А вот по линии Бусыгиных у меня был интересный случай в Салехарде. В магазине у молодого человека был бейдж с такой же фамилией. Оказалось, он приехал сюда из Марий Эл, у них вся деревня – Бусыгины. То есть, возможно, когда-нибудь станет известно, что по отцу есть финно-угорские корни. В клубе мы сдали генетические анализы, ждем результатов, в базе могут найти конкретные фамилии и место жительства людей, с которыми мы связаны.

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВС РФ

ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНАМ



+7 (902) 816-11-90

+7 (34922) 3-98-08

ЗВОНОК ПО РОССИИ БЕСПЛАТНЫЙ

ВРЕМЯ ДЛЯ ВАЖНЫХ РЕШЕНИЙ!

КОНТРАКТНАЯ СЛУЖБА

6 700 000 ₽

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА

4 000 000 ₽

ПРИ ЗАКЛЮЧЕНИИ КОНТРАКТА НА ЯМАЛЕ



Прибывающим из других регионов возмещаются затраты на проезд от места проживания до г. Салехарда. В период оформления проживание в г. Салехарде и 3-разовое питание предоставляются бесплатно.

ОБУЧЕНИЕ:

- ✓ ОПЕРАТОРОВ БЕСПИЛОТНЫХ ЛЕТАТЕЛЬНЫХ АППАРАТОВ
- ✓ ТАКТИЧЕСКАЯ БОЕВАЯ
- ✓ МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА

3 600 000 ₽

ЕДИНОВРЕМЕННО ОТ РЕГИОНА

400 000 ₽

МИНИСТЕРСТВО ОБОРОНЫ

до 120 000 ₽

СЕРТИФИКАТ НА РЕАБИЛИТАЦИЮ



ЗАКЛЮЧЕНИЕ ВОЕННОГО
СОЦИАЛЬНОГО КОНТРАКТА

На Поморье реальная
карьера

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ ПРИ НАХОЖДЕНИИ В ЗОНЕ СВО

от 225 т. ₽





НАВИГАТОР

Foto: Юрий Здебский



НЕ ГРУБИ ГРИВАСТОЙ:

*как задобрить лошадь в 2026 году,
и при чём тут овсянка*

КАКИМ БУДЕТ ГОД ОГНЕНОЙ ЛОШАДИ
ПО КИТАЙСКОМУ КАЛЕНДАРЮ И ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ,
ДАБЫ ЗАДОБРИТЬ ГЛАВНОЕ ЖИВОТНОЕ 2026-ГО, МЫ УЗНАЛИ
В КОННОСПОРТИВНОМ КЛУБЕ «КУПАВА» В НОЯБРЬСКЕ

Валерия Акименко, **фото:** Юрий Здебский

«Купаве» уже больше 15 лет. Назвали клуб в честь первой лошади, которая сейчас живет в Тюмени. Руководитель клуба и вице-президент Федерации конного спорта ЯНАО Алёна Гвоздева стояла у истоков создания «Купавы» и, кажется, знает о лошадях всё.

– Лошади – чуткие животные. Эмоциональные, любят играть и умеют улыбаться. Они мимичные: настроение выражают глазами, бровями, губами. А еще пугливые: их могут взволновать самые незначительные вещи. Был случай, когда лошадь, неожиданно увидев снеговика, испугалась. При этом человек должен быть лидером в тандеме, дашь слабину – потеряешь контакт, – рассказывает Алёна Гвоздева.

Лошади чувствуют и уважают лидеров, должны видеть в человеке вожака, подчиняться. Умеют «читать» по лицам, запоминают людей, чувствуют энергетику и настроение того, кто к ним подходит. А вот гладить морду лошади не стоит. В природе их так не заведено. Больше всего гривастые любят «почекушки», когда их щекочут за ушами, шеей, холкой. На популярных снимках, где две лошади как бы склоняются друг к другу, животные демонстрируют дружеские отношения, чешут спину.





“

— Я не буду подходить сзади к незнакомой лошади. Даже с моим огромным опытом. За спиной у нее слепая зона, животное не видит, кто и зачем приближается. Может начать защищаться или шарахнуться в сторону. При этом у лошади отличный слух, она слышит на расстоянии двух километров, видит гораздо лучше человека, — уверяет тренер.



ОГНЕННАЯ ЛОШАДЬ ВЫБРАЛА МОРКОВКУ ЗДОРОВЬЯ

Люди часто наделяют лошадей высоким интеллектом, очеловечивают. Алёна Гвоздева предостерегает: так делать нельзя.

– Если сравнивать с другими животными, конечно, у лошадей сильный интеллект. Они очень социальные, им интересно общение, понимают интонацию.

Лошади нельзя грубить, нужно разговаривать ласково и спокойно. При этом лошади разные по характеру, темпераменту: есть холерики, сангвиники. Мы это учимся, когда подбираем пару «лошадь – всадник». Меланхолику подойдет лошадь-холерик и наоборот.

КАК ЗАДОБРИТЬ ЛОШАДЬ. СОВЕТЫ ТРЕНЕРА



Нельзя грубить,
и не только лошадям.



Не нужно подходить сзади,
лучше общаться честно,
глаза в глаза.



Кормить овсяной кашей,
но не переусердствовать,
чтобы не набрать вес.



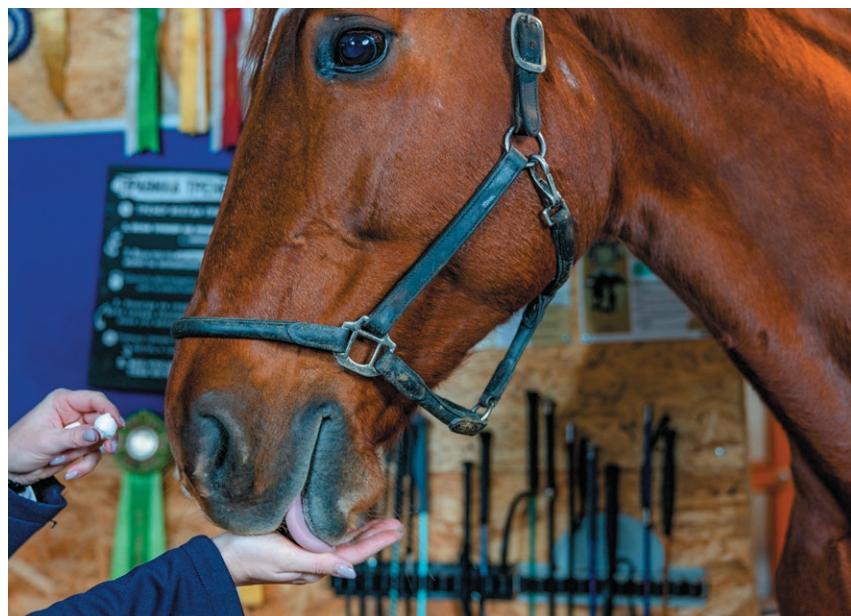
Устраивать близким
почесушки спины.



Не хмуриться, а улыбаться:
Огненная Лошадь всё видит
и понимает.



Быть лидером, главным
в своей жизни.



Питаются лошади как люди – белки, жиры и углеводы. Но немного другие.

– В сутки лошади нужно около 12 килограммов корма: сена, специальных мюсли, добавок. У каждого животного отдельный рацион, который зависит от его физической нагрузки, специализации, веса, темперамента, потребностей. Белковая пища – люцерна, бобовые. Но больше всего им нравится овсяная каша, – рассказывает Алёна Гвоздева.

Вес лошади вычисляют с помощью специального измерителя по формуле.

Отправляясь в конноспортивный клуб «Купава», мы взяли с собой лакомства для животных и загадали: морковка – здоровье, яблоко – любовь, капуста – богатство. К чему потянеется лошадка, таким и будет год. Она предпочла здоровье, что подтвердило ее высокий интеллект: будет здоровье, остальное приложится. Кстати, 2026 год объявлен на Ямале Годом здоровья.

Есть еще одна примета: потерев морду лошади в журнале «Ямальский меридиан», можно весь год не знать печали и тревог. Проверим?



ВКУСВИЛ В РЕГИОНАХ: КАК СДЕЛАТЬ ПОЛЕЗНУЮ ЕДУ ДОСТУПНОЙ

Торговая марка ВкусВилл – это натуральные продукты для здорового питания с чистым и честным составом. Цель компании – сделать полезные продукты доступными для покупателей по всей стране и даже за её пределами.

Фото: АО «Вкусвилл»

В 2019 году компания ВкусВилл открыла направление по работе с юридическими лицами – ВкусВилл Бизнес. Благодаря проекту полезная еда становится доступной не только в городах-миллионниках, но и по всей России и некоторых странах СНГ. Партнеры бизнес-направления – как магазины у дома, так и крупные торговые сети.

Например, магазин «Семёновский» в северном городе Салехарде. Ассортимент торговой точки состоит из продуктов бренда ВкусВилл и товаров местных производителей.

Другой партнер – розничная сеть Green в Республике Беларусь. Долгосрочное сотрудничество со ВкусВилл Бизнесом помогло магазинам сети привлечь новых клиентов и расширить ассортимент продуктов для здорового питания. Данный пример – результат совместной работы российского бренда и местного ретейла.

Главное преимущество ВкусВилл Бизнеса в роли партнера – товары бренда. Все продукты проходят ежемесячные проверки в собственных и внешних лабораториях. ВкусВилл отвечает за качество, честный и чистый состав.

Вместе со ВкусВилл Бизнесом партнеры развиваются и покоряют новые вершины, продавая вкусные и полезные продукты бренда. Присоединяйтесь!



+7 (995) 999-28-10
vkusvill.ru/b2b/opt



“

ЕКАТЕРИНА КАПЕИСТОВА,
руководитель В2В-направления ВкусВилл:

«Соткрытием нового магазина «Семёновский» в Салехарде мы подтверждаем, что современный ретейл может успешно развиваться даже в самых непростых климатических условиях. Важно лишь объединять усилия и работать честно. Наши партнеры демонстрируют именно такой подход. И мы поддерживаем их развитие».

Второе удобство – клиентский сервис. Персональные менеджеры и технолог помогут подобрать ассортимент. Поставка товаров и выгодные условия сотрудничества прорабатываются индивидуально.

Приятный бонус – маркетинговая поддержка. ВкусВилл Бизнес помогает партнерам с оформлением – от выкладки товаров до брендирования магазина.

ПРОЕКТ УЖЕ РЕАЛИЗОВАН:
Москва Новый Уренгой Белогорск Барнаул
Ярославль Дзержинск Петропавловск-Камчатский
Новосибирск Санкт-Петербург Благовещенск
Краснодар Иннополис Улан-Удэ **Якутск**
Красногорск Владивосток Иркутск Железногорск
Екатеринбург Салехард Уссурийск
Чита Ростов-на-Дону **Норильск**
Уфа Пенза Хабаровск Сочи

Магазин

Семёновский

Полезные продукты для всей семьи

Мы — друзья
Вкусвилла



Закажите сейчас



Доставка
продуктов
от 15 минут

На правах рекламы

Мы в социальных сетях:



Ждем вас за честными продуктами
с чистым составом!

г. Салехард, мкр-н Обдорский, 2а
+7 (908) 499-31-81



К НОВЫМ ВЫСОТАМ В СТИЛЕ «ЯМАЛ»

В рабочем ангаре авиакомпании «Ямал» прошла необычная премьера. Пространство, где обычно слышен гул техники, на один вечер превратилось в масштабный арт-объект. Самолёты и авиационная техника стали элементами сцены, а по подиуму под современную музыку вышли главные герои вечера – бортпроводники компании.

Фото: Дмитрий Сахнов

Так «Ямал» представил новую форму своих экипажей. Команда вышла из салона Airbus A320 в обновлённой ливрее с белой медведицей на кибе и спустилась по трапу, как на модном показе. Мероприятие стало не просто демонстрацией одежды, а динамичным представлением о будущем





авиакомпании, где традиции встречаются с современностью, а функциональность – с глубокой идентичностью.

– Мы хотели через форму, через сам показ рассказать историю «Ямала», – отметил Антон Бузолин, заместитель коммерческого директора АО «АТК «Ямал». – Новая форма – это в первую очередь комфорт и гордость для наших бортпроводников.

В коллекцию вошли классические костюмы и платья, практичные рабочие комплекты с фартуками, утепленные зимние пальто и легкие летние плащи. Дизайнеры ставили на первое место профессиональные требования – безопасность и комфорт.

Но главное – это детали, в которых читается дух Ямала. Центральным элементом стала «Путеводная звезда» на воротнике – символ, унаследованный от герба Ямало-Ненецкого автономного округа. Он подчеркивает главную миссию экипажа – быть надежным проводником для каждого пассажира. Образ дополняют кашне с новым фирменным узором и завершающий акцент – футуристичный бейдж – льдинка, отсылающий к чистоте и элегантности севера.

Это будет не просто смена костюмов, а очередной шаг в эволюции бренда, который уверенно смотрит в будущее, не забывая о своих корнях.

Важное из правил авиакомпании «ЯМАЛ»



Багаж пассажира подразделяется на регистрируемый, который маркируется биркой и перевозится в багажном отсеке самолёта, и ручную кладь, которую пассажир берёт с собой в салон самолёта

Фото предоставлено авиакомпанией «ЯМАЛ»

НОРМЫ БЕСПЛАТНОГО ПРОВОЗА БАГАЖА

Норма бесплатного провоза багажа зависит от тарифа, по которому оформлен договор воздушной перевозки.

В грузовом отсеке самолета отводится определенное место под багаж каждого пассажира. Поэтому он не должен занимать больше площади, чем это предусмотрено авиакомпанией. Размер одного места не должен превышать 203 см в сумме трех измерений (ширина/высота/глубина).

На детей младше двух лет предусмотрен багаж общим весом до 10 кг.



РУЧНАЯ КЛАДЬ

Пассажирам всех классов разрешается взять в салон самолета ручную кладь. Габариты ручной клади тоже определяются по сумме трех измерений и не должны превышать 120 см (ширина 55 см, высота 40 см, глубина 25 см). Вес определяется согласно классификации тарифной сетки.



ПРОВОЗ ЖИДКОСТЕЙ

В ручную кладь можно брать жидкости в емкостях до 100 мл. Их общий объем должен быть не больше 1 литра на пассажира. Если емкость больше 100 мл, но заполнена частично (например, любимый парфюм), ее всё равно не разрешат взять на борт.

Жидкостью также считаются крем, гель, паста, желеобразные предметы, предметы, которые содержат жидкость или которые плавают в жидкости.

В объеме больше 100 мл можно везти:

- ✓ жидкости и напитки, которые вы купили в DutyFree или в кафе после прохождения контроля безопасности в опломбированном пакете;
- ✓ лекарственные препараты;
- ✓ специальные диетические продукты;
- ✓ детское питание, если летите с ребенком, в количестве, необходимом на время полета.



ЧТО МОЖНО ВЗЯТЬ В САЛОН СВЕРХ НОРМЫ:

- ✓ рюкзак, дамскую сумку или портфель;
- ✓ букет цветов;
- ✓ верхнюю одежду, костюм в портпледе;
- ✓ детское питание для ребенка на время полета;
- ✓ детскую люльку или другие удерживающие системы для перевозки детей до двух лет (в соответствии с установленными габаритами);
- ✓ лекарственные препараты, диетические потребности на время полета;
- ✓ костили, трости, ходунки, складное кресло-коляску и другое в габаритах, позволяющих разместить их на полке над пассажирским сиденьем либо под сиденьем впереди стоящего кресла;
- ✓ товары из магазинов беспошлинной торговли в аэропорту, упакованные в опломбированный пакет.



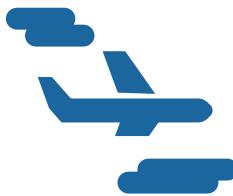
НЕСТАНДАРТНЫЙ БАГАЖ

Нестандартный багаж, кроме музыкальных инструментов, перевозится в грузовом отсеке самолета в соответствии с тарифами авиакомпании. В салон самолета войдут инструменты в сумме трех измерений меньше 120 см (длина до 55 см) и весом 5 кг.

В «Ямале» действует круглогодичная акция на перевозку детских велосипедов до 10 кг. Они полетят бесплатно, если вместе со взрослым пассажиром летит ребенок.

Бесплатно можно провезти и детские коляски детей до двух лет. Их можно сдать и получить у трапа самолета при технической возможности аэропорта.

БЕЗОПАСНОЕ НЕБО



**Чтобы все полёты были комфортными и безопасными,
в авиакомпании «Ямал» действуют важные правила:**

- Не оставлять без последствий ни одно нарушение «Правил поведения пассажиров».
- Предоставлять летному и наземному персоналу авиакомпании полномочия, необходимые как для предотвращения нарушений «Правил поведения пассажиров», так и для их пресечения.
- Оказывать всевозможное содействие правоохранительным органам в привлечении нарушителей порядка к ответственности и применении к ним соответствующих санкций.
- Соблюдать дисциплину и порядок.
- Выключать или переключать в автономный режим работы (авиарежим) электронные устройства по требованию членов экипажа на любом этапе полета.
- Выполнять требования экипажа воздушного судна, в том числе направленные на обеспечение транспортной безопасности, а также не предпринимать действий, препятствующих выполнению ими служебных обязанностей.

Пассажиры имеют право:

- Требовать предоставления всех услуг, предусмотренных условиями договора воздушной перевозки, указанных на бланке авиабилета.
- В случае если их жизни, здоровью или личному достоинству угрожает опасность, обращаться к работникам авиакомпании с просьбой о принятии мер к их защите.

Пассажиры обязаны:

- Предъявлять при входе на борт воздушного судна и по требованию члена экипажа посадочный талон, в том числе в электронном виде (на экране телефона, планшета).
- Осуществлять проход в зону транспортной безопасности в соответствии с правилами проведения досмотра, дополнительного досмотра и повторного досмотра в целях обеспечения транспортной безопасности.
- Информировать экипаж воздушного судна и наземные службы аэропорта о событиях или действиях, создающих угрозу транспортной безопасности аэропорта или воздушного судна.

Пассажирам запрещается:

- Проносить в зону транспортной безопасности предметы и вещества, запрещенные или ограниченные для перемещения на воздушное судно.
- Препятствовать функционированию технических средств на борту воздушного судна.
- Принимать материальные объекты для их перевозки на воздушном судне без уведомления сотрудников аэропорта и членов экипажа воздушного судна и прохождения процедуры досмотра.
- Совершать действия, создающие препятствия (в том числе с использованием транспортных и других технических средств) функционированию воздушного судна, включая распространение заведомо ложных сообщений о событиях или действиях, создающих угрозу транспортной безопасности объекта транспортной инфраструктуры или воздушного судна, а также действия, направленные на повреждение (хищение) элементов воздушного судна, которые могут привести его в негодное для эксплуатации состояние либо состояние, угрожающее жизни или здоровью персонала субъекта транспортной инфраструктуры или подразделения транспортной безопасности, пассажиров и других лиц.

- Совершать акты незаконного вмешательства в отношении воздушного судна, а также иных действий, приводящих к повреждению устройств и оборудования воздушного судна или использованию их не по функциональному предназначению, влекущих за собой человеческие жертвы, материальный ущерб или возможность наступления таких последствий.
- Передавать сторонним лицам документы, предоставляющие право прохождения процедуры досмотра в особом порядке, для прохода (проезда) в зону транспортной безопасности.
- Осуществлять проход в зону транспортной безопасности воздушного судна и аэропорта вне установленных проходов.
- Предпринимать действия, имитирующие подготовку к совершению либо совершение актов незаконного вмешательства в деятельность воздушного судна.
- Использовать пиротехнические изделия на транспортном средстве.
- Проходить в зоны транспортной безопасности вне КПП (постов досмотра) или без соблюдения условий допуска.
- Перевозка по поддельным (подложным) и/или недействительным проездным, перевозочным и/или удостоверяющим личность документам.
- Употреблять алкогольные напитки, кроме тех, что были предложены на борту воздушного судна.
- Употреблять наркотические средства, психотропные вещества и их прекурсоры.
- Курить на борту, в том числе электронные сигареты.
- Использовать оборудование воздушного судна, в том числе аварийно-спасательное, не по назначению или без соответствующего указания членов экипажа.
- Производить фото-, видеосъемку на борту воздушного судна, в том числе салона и экипажа ВС.
- Создавать условия, препятствующие работе членов экипажа.
- Создавать ситуации, угрожающие безопасности полёта или жизни, здоровью и лично му достоинству других пассажиров, а также авиаперсонала, допускать по отношению к ним любое оскорбление словесное или физическое.
- Портить принадлежащее авиакомпании имущество и выносить его с борта самолёта.
- Пользоваться электроприборами и средствами связи во время руления, взлета и посадки самолёта.

В случаях нарушения

перечисленных выше требований международное и национальное воздушное право, а также АО «АТК «Ямал» предусматривают возможность применения следующих санкций:

- Прекращение обслуживания алкогольными напитками пассажиров, находящихся в нетрезвом состоянии, и изъятие на время полета принадлежащих им спиртных напитков.
- Принятие мер принуждения к лицу, отказывающемуся выполнять требования командира воздушного судна.
- Удаление пассажира-нарушителя с борта самолёта в ближайшем пункте посадки, а в случае совершения вынужденной посадки самолёта возмещение пассажиром дополнительных расходов, понесенных авиакомпанией в результате его поведения.
- Передача такого пассажира правоохранительным органам независимо от государства посадки.
- Возмещение пассажиром материального ущерба, причиненного авиакомпанией вследствие порчи принадлежащего ей имущества.
- Лишение пассажира права дальнейшего пользования услугами авиаперевозчика и расторжение договора о воздушной перевозке без возмещения его стоимости.
- Наложение административного штрафа в размере от 2000 до 5000 рублей или административный арест на срок до 15 суток за невыполнение находящимися на борту лицами законных распоряжений командира воздушного судна (КоАП РФ, пункт 6, статья 11.17).

АО «АТК «Ямал» также оставляет за собой право отказать в перевозке любому пассажиру, который не удовлетворяет или документы которого не удовлетворяют действующим законам, правилам, приказам, требованиям или условиям воздушных перевозок.

Напоминаем, что для воздушного судна, находящегося на территории другой страны, применимы законы данного государства во время стоянки судна на земле. В полете к воздушному судну применимы законы государств регистрации.

«ОФИС» НА ВЫСОТЕ 10 000 МЕТРОВ



НАШИ ОЖИДАНИЯ:

- Образование не ниже полного среднего.
- Отсутствие татуировок на видимых участках тела.
- Владение английским языком на базовом уровне.
- Коммуникабельность, грамотная речь.
- Опыт работы в сфере обслуживания и безграничное желание работать в авиации будет преимуществом.

ОСНОВНЫЕ ОБЯЗАННОСТИ:

- Обеспечение безопасности и предоставление качественных сервисных услуг на борту воздушного судна.

АВИАКОМПАНИЯ «ЯМАЛ»
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ
ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК
НА ДОЛЖНОСТЬ
БОРТПРОВОДНИКА



ЯМАЛ – ЭТО:

- Стабильная заработная плата.
- Приятные бонусы и премии.
- Длительные отпуска до 70 дней в году.
- Существенные скидки на авиаперелеты для работников и членов их семей.
- Забота о здоровье сотрудников (медицинские осмотры и ДМС).
- Регулярные тренинги для совершенствования потенциала.
- Возможность развиваться вместе с авиакомпанией.
- Уникальная география полетов.
- Стильная и удобная форменная одежда.
- Комфортабельный корпоративный транспорт.
- Приветственный денежный бонус.
- Место работы: г. Москва или г. Тюмень.

Отправляйте резюме
на электронную почту:

personal@yamalaero.ru

a.pechenkin@yamalaero.ru

ИНТЕРАКТИВНАЯ СИСТЕМА РАЗВЛЕЧЕНИЙ

YAMAL.BOX

Подключитесь к системе развлечений со своего мобильного устройства и получите доступ к широкому выбору медиаконтента.



КАК ПОДКЛЮЧИТЬСЯ?



Активируйте Wi-Fi
на смартфоне/планшете



Выберите сеть **Yamal**
и подключитесь к ней



Откройте браузер и введите
адрес сайта **yamal.box**

YAMAL.BOX – ЭТО

фильмы, сериалы, мультфильмы,
книги и журналы, анкета для пассажиров,
программы и акции авиакомпании
и многое другое!

**Доступ к услуге возможен
только после набора высоты.**

Просим использовать личные наушники,
чтобы не нарушать комфорт других
пассажиров на борту!



или отсканируйте QR-код
и перейдите по ссылке

ЯМАЛ

АО «АТК «Ямал»: 8 (800) 444-02-55 (бесплатно по РФ)
629003, г. Салехард, ул. Авиационная, 27
✉ yamalaero.ru  yamal_airlines

