

Поехали!

Пермские велосипедисты открыли велосезон-2014

Около 2800 пермяков приняли участие в массовом велопробеге «Пермское кольцо». К мероприятию в поддержку здорового образа жизни присоединились глава Перми Игорь Сапко, депутаты гордумы, корпоративные команды и благотворительный фонд «Дедморозим».

«Пермское кольцо» проводится в Перми уже девятый год подряд по инициативе движения «ВелоПермь» при поддержке администрации Перми. Мероприятие традиционно открывает новый велосезон, объединяя всех, кто неравнодушен к езде на велосипеде.

Участникам «Пермского кольца» предлагается проехать круг протяжённостью 7 км, а для подготовленных спортсменов ещё и 60-километровое кольцо с одной остановкой на большой поляне. Движение велосипедистов организуется в строгом соответствии с правилами

дорожного движения. Никаких соревнований в скорости нет, так что к месту старта пермяки приходят, а точнее, приезжают как на праздник.

В нынешнем году точкой для начала массового велопробега стал стадион «Локомотив» — именно здесь ранним утром собрались велолюбители, профессиональные спортсмены и все желающие отпраздновать открытие сезона вместе с единомышленниками. Огромное поле было полностью заставлено велосипедами, среди которых сновали их владельцы. Некоторые из участников пробега были одеты в карнавальные костюмы: организаторы мероприятия объявили конкурс

на самый необычный наряд велосипедиста.

«Мы на велосипедах бывали в горах, поэтому для нас проехать 60-километровое кольцо несложно, это возможность огромной дружной компанией прокатиться по улицам города», — рассказал велосипедист Александр Тараканов.

Перед стартом на малое кольцо длиной 7 км участников приветствовал глава Перми Игорь Сапко. Он напомнил, что в 1996 году, когда впервые появилась идея открывать новый сезон массовым велопробегом, в «Кольце» приняли участие всего 35 человек.

Игорь Сапко, глава Перми:
— Приятно, что велосипедная культура в Перми развивается и сегодня нас здесь уже более 2500. Это наглядно демонстрирует, что интерес к велоспорту за последние годы значительно вырос, и администрация города бу-



• традиции

Игорь Сапко традиционно принимает участие в открытии велосезона в Перми



В «Пермском кольце»-2014 проехали около 2800 велосипедистов

дет делать всё возможное, чтобы ещё больше популяризировать велопрогулки.

По словам градоначальника, Пермь в вопросе создания комфортных условий для велосипедистов не стоит на месте: в преддверии летнего сезона была проведена встреча представителей мэрии с активистами велосообщества Перми, результатом которой стало сразу несколько совместно принятых решений.

Так, в городе будет реализован комплекс мероприятий по организации комфортной для движения велосипедистов инфраструктуры европейского уровня. Например, на всех новых улицах Перми велодорожки будут обустраиваться в обязательном порядке.

«За последние девять лет мы превратились из небольшой группы по интересам в огромное движение городского масштаба и сегодня вместе формируем велосипедную культуру будущего», — отметил руководитель

движения «ВелоПермь» Константин Никаноров. — Хочется, чтобы с каждым годом это движение становилось всё более массовым и дружным».

После окончания официальной части открытия «Пермского кольца» многочисленные велосипедисты отправились со стадиона «Локомотив» в путь по улицам города, приветственными криками их поддерживали прохожие и автомобилисты. Движение возглавил Игорь Сапко, который лично принял участие в велопробеге в поддержку спорта и здорового образа жизни — градоначальник проехал семикилометровую дистанцию.

Праздник завершился примерно в 19 часов — множество усталых, но довольных велосипедистов вернулись из долгого путешествия по городу. Теперь велосезон-2014 можно считать официально открытым!

Алёна Усачёва

Карты в руки

Отдых в санаториях приобретает всё большую популярность у пермяков. По информации краевого медицинского информационно-аналитического центра, только в прошлом году на курортно-санаторной базе оздоравливались 117 364 жителя Пермского края. «Пятница» узнала, как отдохнуть по путёвке и не потратить «последнее» здоровье на получение санаторно-курортной карты.

С приближением лета каждый задумывается о том, как наилучшим образом провести свой отпуск. Кто-то выбирает дачу, кто-то отправляется в тёплые страны. Но что делать, если вы не хотите надорвать спину в борьбе с колорадским жуком и сорняками, а одна только мысль о длительном перелёте вызывает приступ паники? В таком случае санатории и ку-

рорты, расположенные недалеко от места, где вы живёте, помогут избежать и первой, и второй проблемы. Как отправиться в ближайший санаторий без лишних потерь и сэкономить время, рассказали специалисты.

Первоочередная задача, которую предстоит решить любому «охотнику» за здоровьем, — получение санаторно-курортной карты. Она — как заграничный паспорт, только действует не

на территории другого государства, а в санатории. В ней — все ваши «болячки», рекомендации врача и противопоказания.

Как рассказала заведующая поликлиникой №1 городской поликлиники №9, врач-терапевт высшей категории Татьяна Петрова, для получения карты необходимо пройти минимальное обследование: посетить терапевта по месту жительства, сдать анализы, пройти электрокардиографию. На основании этого на повторном приёме специалист выявит противопоказания и обозначит заболевания.

Усложнить процедуру получения карты может один момент, который до сих пор

присутствует в работе наших поликлиник, — очереди. Сколько времени может занять посещение терапевта, сдача анализов и повторный приём с последующим получением всех документов? Записаться к участковому врачу можно несколькими способами: через Единый медицинский портал Пермского края (k-vrachu.ru), по телефону регистратуры и непосредственно на месте — в поликлинике. И тут уже как повезёт — бывает, что очередь к терапевту и на сдачу анализов небольшая, а бывает, что придётся подождать недели полторы-две, прежде чем попасть на приём. Всё зависит от конкретной поликлиники и сезона заболевания. Соответственно, по-

лучение санаторно-курортной карты нужно планировать заблаговременно!

В некоторых здравницах сегодня идут навстречу своим отдыхающим и не требуют санаторно-курортной карты. По словам директора санатория «Демидково» Елены Гринько, подавляющее большинство оздоравливающихся на берегу «Камского моря» получает все необходимые документы заблаговременно и бесплатно. «В любом случае каждый отдыхающий у нас проходит обследование при заселении. Поэтому мы пошли навстречу клиентам — с этого года по ряду программ оздоровления санаторно-курортная карта не требуется», — пояснила Елена Гринько.

После получения карты вам останется лишь оплатить путёвку и ехать в здравницу. Если вы работаете, то первым делом стоит посетить профсоюз вашей организации: есть вероятность, что предприятие сможет оплатить вам оздоровление. Бесплатным правом на лечение могут воспользоваться люди, перенёвшие тяжёлые заболевания и операции, инвалиды, дети-сироты и ещё несколько групп населения — полную информацию всегда могут подсказать в комитете социальной защиты населения по вашему месту жительства. Непосредственное решение о тех или иных процедурах для вас уже на месте будет принимать врач-курортолог.

• страна советов

Светлана Березина