

# Спорт — под окном!

В Перми открылась 10-я современная площадка, где все желающие могут бесплатно заниматься спортом под руководством тренеров

Реализация таких важных для Пермского края объектов, как шоссе Космонавтов и Восточный обход, близка к завершению. Осенью этого года работы на них должны быть закончены. Ускорить процесс удалось в том числе и благодаря привлечению дополнительных средств из федерального бюджета. На майском заседании депутаты Законодательного собрания утвердили суммы финансирования, необходимые для завершения строительства этих объектов в срок.

В Индустриальном районе, возле дома на ул. Сивкова, 3а, на прошлой неделе открылась многофункциональная спортивная площадка. На празднике в честь её открытия баскетболисты Индустриального рай провели дружеский матч со звёздами пермского баскетбола.

Новая, юбилейная, площадка — отличная база для развития дворового спорта. На ней есть всё необходимое для командных игр, различных тренировок, проведения массовых мероприятий и соревнований, включая трибуны на 50 мест для болельщиков и помещения для хранения инвентаря.

Спортивное пространство поделено на две зоны — игровую и силовую, — в каждой из которых уложено профессиональное покрытие. В силовой зоне все желающие, и взрослые, и дети, могут заниматься на установленных тут же тренажёрах. Спорт на площадке доступен даже для людей с ограниченными физическими возможностями — для них здесь созданы пандусы и сделан удобный доступ ко всем снарядам.

«Эта площадка — подарок жителям Индустриального района от муниципального учреждения Городской спортивно-культурной комплекс. В рамках проекта «Детский спорт» мы развиваем дворовую активность на территории всей Перми, — рассказал региональный координатор проекта «Детский спорт» партии «Единая Россия», руководитель Городского спортивно-культурного



• В здоровом теле

Ильяс Фархутдинов

комплекса Василий Кузнецов. — Самое главное, что здесь и дети, и взрослые могут заниматься на современном оборудовании бесплатно в любое удобное для них время. Кроме того, на площадке постоянно работает опытный тренер-инструктор — он занимается с пожилыми людьми, дошколятами и подростками, организует дворовые команды, выдаёт инвентарь и всячески помогает всем пришедшим».

Новую площадку открывали торжественно. Жители района участвовали в конкурсах и мастер-классах от пермских спортсменов. Ньюансам игры в американский футбол всех желающих научили «Стальные тигры» — пермская команда, которая входит в десятку сильнейших в России. Баскетбольная команда «Парма» провела для гостей мастер-класс.

Завершился праздник товарищеским баскетбольным матчем, в котором команда организаторов мероприятия встретила с дворовой сборной ТОСов «Карпинский» и «Стахановский». В составе первой команды играли глава Перми

Игорь Сапко, чемпион России, главный тренер баскетбольной команды «Парма» Вячеслав Шушаков и экс-игрок «Урал-Грейта», шестикратный чемпион России, участник Олимпийских игр Александр Башминов.

Игра закончилась со счётом 9:9 — победила дружба. «Ребятам навсегда запомнится, как они встретились на корте с Александром Башминовым и Вячеславом Шушаковым! Хорошо получилось!» — прокомментировал матч Игорь Сапко.

Многофункциональная спортивная площадка возле дома на ул. Сивкова, 3а — не последний подарок жителям города в этом году. До конца года планируется завершить строительство ещё восьми подобных комплексов в разных районах Перми, чтобы дать возможность многим пермякам бесплатно и с комфортом заниматься любимым видом спорта и просто поддерживать себя в форме.

Пока же жители города могут приходиться заниматься на имеющиеся в Перми 10 площадок.

Алёна Усачёва

## Адреса площадок:

- Индустриальный район — ул. Сивкова, 3а, ул. Карпинского, 103, ул. Свизева, 28б;
- Дзержинский район — ул. Желябова, 11;
- Кировский район — ул. Шишкина, 19, ул. Магистральная, 3б;
- Орджоникидзеvский район — ул. Доватора, 9, ул. Старикова, 9;
- Ленинский район — ул. Ленина, 72, ул. Пермская, 4б.



ЦЕНТР ТРАДИЦИОННОЙ МЕДИЦИНЫ «НОРД МЕДИ»

## Кусайте на здоровье!

Апитерапия — это лечение различных заболеваний человека с помощью пчелужаления и использования продуктов пчеловодства. Пчелиный яд, пыльцевая обложка, перга, прополис, мед, маточное молочко — все это продукты пчеловодства, которые от природы обладают лечебными и профилактическими свойствами.

Один из самых распространенных методов апитерапии — пчелужаление. Сам процесс пчелужаления производится методом прижигания пчелы к кожному покрову человека. При проведении данной процедуры находят специальные акупунктурные точки и прикладывают к ним пчел.

Вообще, пчелу можно сравнить со шприцем, который наполнен уникальным лекарством, и аналогов этому лекарству до сих пор не существует.

Как показывает практика, этим методом можно лечить многие заболевания. Например, заболевания нервной системы — это и остеохондроз, и невриты, невралгии, депрессии, ночной энурез, нервная анорексия, рассеянный склероз. Также можно лечить заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, мочеполовой системы, опорно-двигательного аппарата, эндокринные заболевания и др.

Конечно, необходимо обращаться к специалистам в этой области, ведь лечение ядами, в том числе пчелиным, требует осторожности. Именно поэтому приглашаем вас в медицинский центр «Норд Меди», где вам окажут профессиональную и качественную помощь!

**Подробную консультацию вы можете получить по телефону 204-14-54 (звонок бесплатный).**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Предъявителю купона  
СКИДКА 40% НА ПРОЦЕДУРЫ

## Целительное жало

Наверное, каждого человека хотя бы раз в жизни кусала пчела — ощущение неприятное, но при правильном подходе такой укус может быть полезен. О том, как пчелиный яд влияет на наше здоровье, рассказал врач-физиотерапевт Алексей Солин.

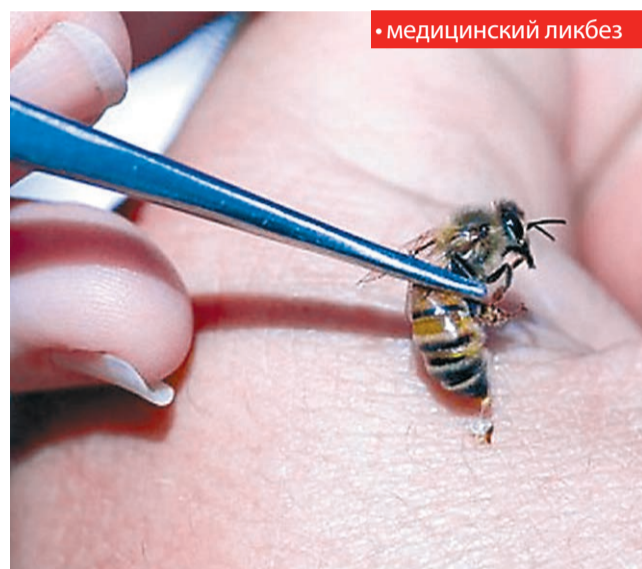
Что такое апитерапия и когда она появилась?

— Суть этого метода состоит в лечении пчелиным ядом. История пчеловодства насчитывает около 3000 лет, но отбор мёда у диких пчёл производился гораздо раньше. Разумеется, при отборе мёда люди подвергались укусам пчёл и могли обратить внимание на их последствия.

Возможно, именно пчеловоды начали использовать укусы пчёл в лечении. Пчелиный яд использовался для этих целей в Древнем Египте, Греции, Китае, Индии. В монастырях России в средние века существовали так называемые «лечебные избы», в которых использовали пчелужаления и продукты пчеловодства при лечении больных.

В каких случаях можно использовать апитерапию?

— Пчелиный яд способствует расширению сосудов головного мозга, улучшению мозгового кровотока, снижению отёка мозга. Ярко выражено действие яда на сердечно-сосудистую систему. Кроме того, пчелиный яд способствует разжижению крови, что препятствует образованию тромбов. Особенно значимо его воздействие на эндокринную систему человека.



• медицинский ликбез

Особенностью пчелиного яда является его способность активизировать выработку гормонов собственными эндокринными железами человека. Яд пробуждает «спящие» железы, стимулирует выработку собственных гормонов, которые активизируют иммунную систему и защитные силы, нормализуют обмен веществ организма.

Как проходят сеансы апитерапии?

— Первым делом мы беседуем с пациентом для оценки необходимости использования пчелужаления. Затем вырабатывается тактика воздействия. Сначала пчелиный яд вводят в малых дозах и наблюдают за состоянием пациента, делают контрольные анализы крови и мочи для оценки реакции организма на яд. Если организм реагирует нормально — можно приступать к лечению.

Сеансы апитерапии проводят два-три раза в неделю, количество пчёл и время воздействия строго индивидуальны и основаны на особенностях ответа организма на пчелиный яд.

Какие существуют противопоказания к апитерапии?

— Несмотря на все полезные свойства, пчелиный яд — всё-таки яд, и самолечение здесь неуместно. Процедуры необходимо проводить строго под наблюдением специалиста.

Апитерапия противопоказана при индивидуальной непереносимости продуктов пчеловодства, при новообразованиях, тяжёлых заболеваниях печени и почек с нарушением их функций, психических заболеваниях. Кроме того, апитерапию не проводят при беременности, кормлении грудью и в детском возрасте.

Дарья Мазеева



## Только Сабельник Эвалар «отсекает» боль в суставах, не повреждая желудок!<sup>1</sup>

«Настойка Сабельника» «Эвалар» — это единственное лекарство на основе сабельника<sup>2</sup>, которое:

- лечит суставы, не повреждая слизистую желудка;
- оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении артрита и артроза;
- при совместном приёме с нестероидными противовоспалительными средствами усиливает их эффект и позволяет снизить дозу.

Настойка Сабельника Эвалар бережно лечит суставы, не повреждая желудок!

www.evalar.ru Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)  
Спрашивайте в аптеках города, в том числе:

«Опека» (Планета Здоровья), т. 238-69-42;  
пр. Комсомольский, т. 241-21-54



Заказывайте на сайте [apteka.ru](http://apteka.ru) по цене от 172 р.<sup>3</sup> с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.



<sup>1</sup>Среди лекарств на основе сабельника.

<sup>2</sup>По данным государственного реестра ЛС, зарегистрированных в РФ, на ноябрь 2013 г.

<sup>3</sup>Цена актуальна на 29.04.2015. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ОПРН 1022200553760, 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар»