Выборы депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации VII созыва 18 сентября 2016 года.

Нефтекамский одномандатный избирательный округ №6, Республика Башкортостан.

Государственник

Сильная политическая газета

Рифат Шайхутдинов: «Кормильцы семей, объединяйтесь!»

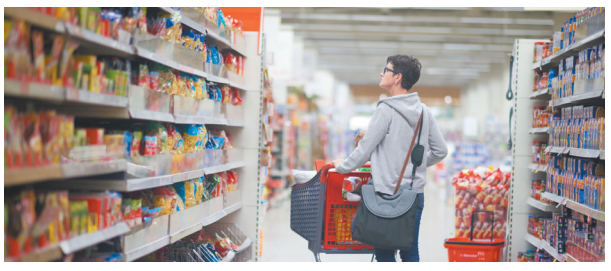
Честная опора страны

Кто мешает зарабатывать башкирским предпринимателям? Почему государство 25 лет впустую говорит о поддержке малого бизнеса? Почему именно бизнес должен вдохнуть жизнь в малые города и села? Интервью Рифата Шайхутдинова.



Экономика семьи: условия и перспективы

Как за последний год изменились доходы российских семей? Какой процент населения ждет увольнения и верит, что сможет найти новую работу? Сколько людей готовы заняться бизнесом при условии государственной поддержки?



Ударная тренировка

Бойцовские техники для ежедневных занятий: почему простая отработка ударов может заменить полноценную тренировку? Практическое руководство и советы Рифата Шайхутдинова.





Меня зовут Рифат Шайхутдинов. Мне 52 года. Я родился в городе Оха на острове Сахалин в семье нефтяников. Живу в Москве, женат, воспитываю шестерых детей.

Я начинал как военный летчик, но ушел в науку. Всегда мечтал о небе, но научная мысль — выше любых самолетов.

Первое образование и красный диплом я получил в Киеве, на кафедре управления. Там же увлекся методологией. Изучил стратегическое планирование, антикризисное управление и проблемы советской промышленности.

После окончания вуза я проводил научно-практические семинары для руководства Спорткомитета, Минавтопрома, заводов РАФ, КАМАЗ. Позже защитил диссертацию о роли государства в экономике переходного типа.

В конце 80-х годов меня пригласили в Набережные Челны, чтобы возглавить научную лабораторию по новым методам управления на заводе КАМАЗ. В начале 90-х годов я создавал свободную экономическую зону в Ленинграде и первую в стране кафедру конфликтологии на базе философского факультета СПбГУ.

С середины 90-х до начала 00-х годов я занимал пост Председателя Совета Директоров Транспортно-Клиринговой Палаты и Генерального директора Главного Агентства Воздушных сообщений России.

С 2003 по 2011 год я был депутатом двух созывов Государственной Думы Российской Федерации, где сначала занимался проблемами энергетики, транспорта и связи, а затем — работал в комитете по делам СНГ и связям с соотечественниками.

Опыт своей политической практики я изложил на страницах многочисленных эссе и нескольких книг, ставших политическими бестселлерами: «Охота на власть», «Политика позитивного класса», «Стратегия: Права человека и гражданина», «Неопартизм».

В начале 2010-х я занялся партийным строительством, а в 2014 году возглавил Федеральный Политический комитет партии «Гражданская платформа».

Честная опора страны

Рифат Шайхутдинов продолжает активно работать в Нефтекамском одномандатном избирательном округе. Основной упор политик делает на встречи с людьми. Встречи помогают узнать о местных проблемах, понять их специфику, выявить наиболее болезненные вопросы и продумать пути их решения. Чтобы получить полную картину происходящего в округе, Рифат Шайхутдинов встречается с разными слоями и группами населения. Отдельное внимание он уделяет общению с предпринимательским сообществом — активными гражданами, которые привыкли и умеют зарабатывать своим собственным трудом, кормят себя, свои семьи и свои трудовые коллективы. Политик планирует делать особую ставку на эту группу, потому что считает поддержку активных граждан ключом к развитию любой территории. О проблемах предпринимателей Нефтекамского округа, причинах отсутствия широкого класса собственников в России и необходимых мерах поддержки кормильцев Рифат Шайхутдинов рассказал в интервью.

Проблемы предпринимателей

— Рифат Габдулхакович, вы часто высказываетесь в поддержку кормильцев семей как особой группы населения. Не могли бы вы рассказать, кого имеете в виду?

— Я говорю о тех, кто привык и умеет зарабатывать сам, не ждет подачек от государства, кормит себя, свою семью, свой небольшой трудовой коллектив. Кто в силах вести тот образ жизни, который считает правильным. Это малый и средний бизнес, фермеры, ремесленники. Те, кто умеет организовать чужой труд или продавать свой, живет на гонорары. Мы можем называть их предпринимателями, активными гражданами, самозанятым населением, кормильцами семей. Я стараюсь общаться с ними как можно больше.

— Почему вы уделяете им столько внимания?

— По двум причинам. Во-первых, это сообщество всегда на передовой, постоянно в действии, они лучше и острее других чувствуют сильные и слабые стороны любой территории, знают ее угрозы и возможности. Общение с ними сильно помогает мне понять ситуацию в округе. Во-вторых, это сообщество больше всех сегодня нуждается в защите и поддержке.

— Почему именно сегодня?

— Они больше других страдают во время экономического кризиса. Когда экономика на подъеме, всем хватает денег и возможностей заработать. Но когда идет спад — в самом незавидном положении оказываются именно активные самостоятельные граждане, которые привыкли зарабатывать своим трудом и умом. В отличие от бюджетников, у них нет никаких гарантий, а риски повышаются. Денег в экономике становится меньше, сужаются рынки, а конкурировать свободно становится все сложнее. Особенно тяжело приходится предпринимателям в регионах.

— Чем заняты и с какими проблемами сталкиваются местные бизнесмены?

— В основном это торговый бизнес, мелкое и крупное сельскохозяйственное производство, сфера общественного питания, сфера бытовых услуг, ремонт и строительство, есть и доля промышленного производства. На каждой встрече звучат примерно одни и те же проблемы. Общая идея в том, что люди готовы работать самостоятельно, искать возможности, рисковать, но вынуждены каждый день бороться с новыми препятствиями. В результате у них опускаются руки, пропадает желание действовать.

— О каких препятствиях идет речь?

— Предприниматели вынуждены работать в условиях грабительских кредитов под 30% годовых. Вся их прибыль уходит на обслуживание процентов по займу. Получается, что они работают на банк, а не на развитие своего дела. Постоянно растут цены на сырье для промышленного производства. Регулярными стали необоснованные проверки, которые постепенно превращаются в постоянный источник дохода для отдельных ведомств. Плюс ко всему на региональном уровне бизнесу мешают развиваться местные кланы, представители федеральных монополий и прикрывающие их чиновники. В кризисных условиях они попросту перекрывают всем кислород, потому что, как я говорил, денег и возможностей перестает хватать на всех.



> *Визит на завод «Альтернатива» в Туймазинском районе.*

Олигархи против кормильцев

— Рифат Габдулхакович, чем обусловлено тяжелое положение предпринимательского сообщества?

— Чтобы ответить на этот вопрос, нужно разбирать конструкцию российской экономики. Сейчас, в кризис, она обнажилась, и сделать это не так уж трудно. Современная экономика сложилась после развала Советского Союза, когда в стране проводились так называемые реформы под красивыми лозунгами о демократии, свободном рынке и широком классе его участников. Однако суть реформ, наоборот, заключалась в том, чтобы небольшая группа людей обманом заработала баснословные деньги, захватив все богатства страны в личное пользование. Мы получили олигархическую экономику.

— Каким образом олигархический уклад сказывается на судьбе предпринимателей?

— Олигархам не нужен никакой малый и средний бизнес. Зачем им конкуренция? Зачем им делить с кем-то рынок? Зачем им 20 миллионов свободных самостоятельных думающих людей? Олигархам нужна лишь лояльная бюрократия, которая поможет сохранять статус-кво, и десятки миллионов работяг, которые будут покупать их же продукцию. Здесь принципиальное столкновение интересов и совершенно очевидное расхождение обещанного и достигнутого. Грандиозный обман ельцинской эпохи привел к тому, что бизнес и предпринимательство теперь воспринимаются как нечто враждебное для нашего общества. Всех бизнесменов готовы записать в грабители и спекулянты. Я с этим не согласен и борюсь за то, чтобы вернуть кормильцам семей их доброе имя.

— Вы считаете, что предпринимательскому сообществу сегодня уделяется мало внимания?

— Большинство политиков и партий в предвыборный период играют на теме социальных обязательств государства — обсуждают пенсии, пособия, зарплаты бюджетников. Это важная тема, но почему никто не думает о тех, кто может кормить себя сам? Кто не нуждается в подачках, а, наоборот, готов обеспечить рабочими местами еще несколько человек, пустить в дело пустующие земли и бесхозные мощности, кто готов работать в реальном производстве и обеспечивать налоговыми доходами бюджеты всех уровней. С этой темой принято осторожничать по той же причине: в сознании людей предпринимательство ассоциируется с Гайдаром, Чубайсом и другими псевдолибералами, отдавшими страну на разграбление. Я готов исправить это недоразумение, потому что считаю поддержку кормильцев важнейшим шагом новой экономической политики.



> *Рифат Шайхутдинов в селе Кадырово Илишевского района.*



> *Рифат Шайхутдинов — участник встречи с предпринимателями Калтасинского района.*

Локомотив развития

— Рифат Габдулхакович, каким образом развитие предпринимательства поможет справиться с экономическими проблемами?

— Я считаю, что миллионы самозанятых экономически активных граждан должны стать фундаментом новой экономики и опорой всей страны. На уровне регионов здоровая предпринимательская среда станет ключевым фактором развития, а активное сильное предпринимательское сообщество — локомотивом процесса. Множество мелких и средних предприятий обеспечат людей работой, восстановят разрушенную инфраструктуру, привлекут инвестиции, снабдят территории необходимой продукцией, сформируют местный рынок и местную налоговую базу.

— Можете ли оценить эффект в масштабах страны?

— Значительная доля регионального предпринимательства будет развиваться в секторе реального промышленного производства, которое сегодня остается самым слабым местом нашей экономики. Пока мы ничего не производим сами, мы остаемся зависимы от внешних условий: от курса чужой валюты, цены на нефть, санкций. Нам нужна новая индустриализация, которая вытащит нас из беспомощного положения. И запускать ее нужно как сверху, так и снизу.

— Могли бы вы назвать несколько конкретных шагов?

— Нужно создать условия, которые позволят людям работать и развиваться как в мелком и среднем бизнесе, так и в сфере крупного промышленного производства. Государство должно обеспечить предпринимателей дешевыми деньгами по ставке 2-3%. Тем, кто занимается реальным импортозамещением в машиностроении, сельском хозяйстве, фармацевтике, строительстве, производстве товаров массового потребления необходимо предоставить налоговые каникулы. Самое главное — обеспечить правовые гарантии честной конкуренции, защищать реальную свободу экономической деятельности, которая положит конец монополиям спекулянтов и откроет доступ на рынок широким массам производителей.

— Как вы считаете, велики ли шансы реализации этого сценария в Нефтекамском округе?

— В округе есть активное предпринимательское сообщество, которое заинтересовано не в спекуляции, а в реальном производстве. Они бьются за помещения, за выход на рынки, обеспечивают тысячи людей работой, а территорию — продукцией, инфраструктурой. Делают свое дело, несмотря ни на какие препятствия. Например, компании «ОЗНА», «ПАКЕР», «Альтернатива», «САВА». Когда я прихожу к ним на производство, вижу, что они искренне вкладываются в свое дело, приходит вера в общий успех, и хочется им помогать. На востоке говорят, что заботиться о ленивом — значит сажать его себе на шею. Здесь ситуация обратная: считаю, что помогать нужно тем, кто активен, кто не опускает руки. Поддержка этих прорастающих предприятий и есть, на мой взгляд, ключ к запуску новой экономики.

Экономика семьи: доходы, расходы, условия и перспективы

29% россиян либо членов их семей стали меньше зарабатывать, лишились работы

8% россиян лишились дополнительного заработка



> *Встреча с предпринимателями в селе Верхнеяркеево Илишевского района.*

Опросы проводились фондом «Общественное мнение» среди граждан от 18 лет и старше в июне, июле и августе 2016 года. Опросы проходили в 53 субъектах и 104 населенных пунктах Российской Федерации методом интервью и телефонного опроса. Статистическая погрешность не превышает 3,8%. Полные данные по опросам: fom.ru/Ekonomika/12788, fom.ru/Rabota-i-dom/12808, fom.ru/Ekonomika/12772.

По вашему мнению, изменится ли совокупный доход вашей семьи в ближайший год?



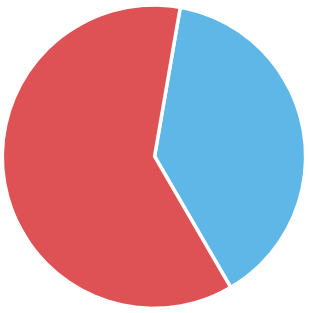
- 44% Нет, не изменится
- 17% Доходы снизятся
- 23% Затрудняюсь ответить
- 16% Да, доход вырастет

Изменятся ли расходы вашей семьи в ближайший год?



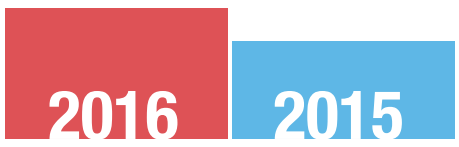
- 48% Да, расходы вырастут
- 26% Практически не изменятся
- 8% Надеемся тратить меньше
- 18% Затрудняюсь ответить

Как вы думаете, есть вероятность, что вас уволят в ближайшие два-три месяца?



- 61% Нет такой вероятности
- 39% Не исключают такой вероятности

31% занятых россиян испытывает опасения, что их предприятие может закрыться, летом 2015 года таких было всего **23%**



35% россиян считают, что в случае увольнения не смогут найти работу примерно с такими же условиями, год назад таких было **28%**



Опросы показывают, что почти треть российских граждан за последние месяцы лишилась работы или стала зарабатывать меньше. Около половины семей уверены, что в ближайший год их доходы останутся на прежнем уровне, но расходы вырастут. Примерно 40% россиян не исключают вероятности собственного увольнения. Треть россиян ожидает, что их предприятие-работодатель закроется. Они уверены, что в случае увольнения не смогут найти работу с такими же условиями. При этом почти половина опрошенных считает, что в России хорошие условия для бизнеса. Около 90% россиян уверены, что государство должно поддерживать предпринимателей.



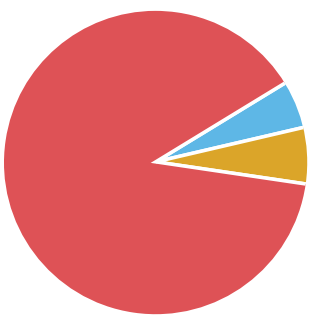
> *Общение с трудовым коллективом пилорамы в деревне Красный Холм Калтасинского района.*

Хорошие ли условия для бизнеса в России?



- 45% Хорошие
- 35% Плохие
- 20% Затрудняюсь ответить

Должно ли государство поддерживать бизнес?



- 89% Да, должно
- 5% Не должно
- 6% Затрудняюсь ответить

Ударная тренировка

Мой ритм — это многочасовые рабочие дни без выходных, регулярные переезды, недостаток сна, тяжелые переговоры. В таком режиме можно легко и быстро выйти из строя, но я решил всегда оставаться здоровым, сильным и счастливым. Здоровый образ жизни — это тоже работа, но она окупается сполна. Следить за собой проще, чем лежать в больнице. Чтобы сохранять выносливость и хорошее настроение, нужно следовать нескольким простым правилам. Я называю это практикой здоровья — здоровья ума и тела. Для тела — это режим сна и отдыха, режим питания и, конечно, физкультура. Для ума — это правильное отношение к жизни и чистота мыслей. В каждом номере я делюсь с вами рецептами здоровой жизни, которые помогают мне оставаться энергичным, бодрым и сильным, несмотря ни на какие жизненные трудности.



> *Рифат Шайхутдинов с каратистами города Туймазы.*

В молодости я активно занимался единоборствами — борьбой и карате. Помимо прекрасной физической формы эти виды спорта помогли мне воспитать в себе важнейшие черты характера. Единоборства дают дисциплину, прививают уважение к старшим, волю к победе, учат железному спокойствию, избавляют от страха, дарят непоколебимую уверенность в себе.

Качества, воспитанные на борцовском ковре, помогают мне вести борьбу на политической арене. А техника бойцовской подготовки позволяет держать себя в тонусе.

В последние годы я нечасто выхожу на ковер, но регулярно использую бойцовские упражнения в своих занятиях спортом. Одно из таких упражнений — удары руками. В этом номере я расскажу вам о его пользе и преимуществах, а также поделюсь коротким руководством, которое позволит любому желающему сделать первые шаги в овладении техникой правильного удара.

Преимущества ударной тренировки

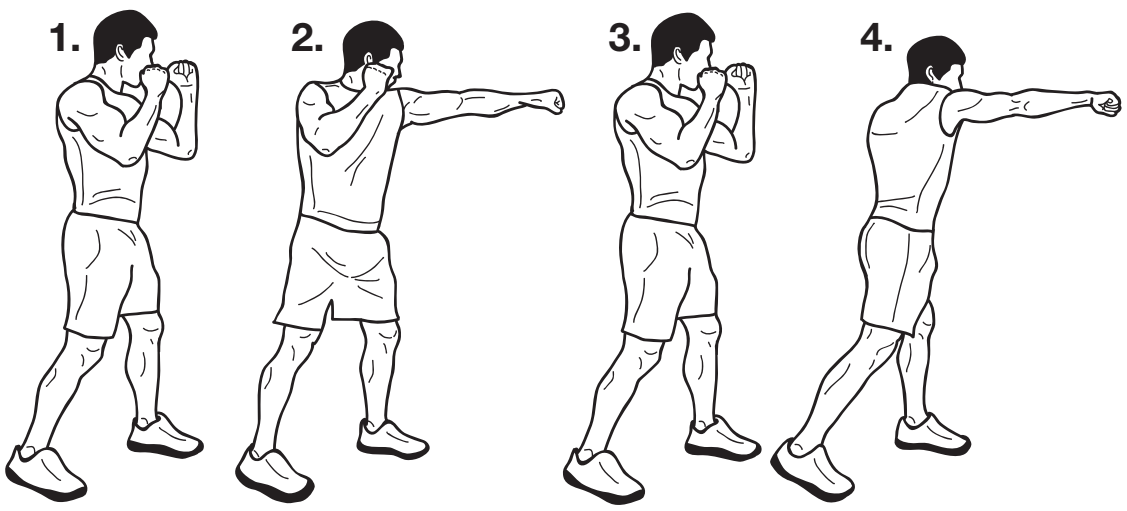
Отработка самого простого прямого удара рукой при правильном исполнении задействует невероятно большое количество мышц. Именно по этой причине атлеты по всему миру продолжают использовать удары руками для поддержания формы. Самым эффективным упражнением считается боксерский «бой с тенью», когда атлет в движении наносит серии ударов по воображаемому сопернику. Такая тренировка развивает не только мускулатуру, но и дыхание, выносливость.

Начинающие зачастую жалуются, что во время исполнения ударов не чувствуют никакой нагрузки на мышцы. Это, как правило, обусловлено несколькими причинами. Первая состоит в том, что поначалу те мышцы, которые задействованы при ударе — относительно слабы, а различные группы мышц еще недостаточно синхронизированы друг с другом. В результате мы имеем достаточно скромную мышечную активность. Еще одна причина — пассивность нижней части тела, которая подключается вместе с тем, как вы совершенствуете вашу ударную технику.

Все это приходит постепенно. Чем больше ударов вы выбрасываете, тем сильнее становятся ваши руки и плечи. И тем больше мышц вашего тела вовлекается в процесс. Когда мы начинаем подключать работу ног (например, легкие прыжки на месте или перенос веса тела с одной ноги на другую), то двадцать минут отработки ударов могут заменить собой полноценную тренировку. И в ходе такой тренировки мы одновременно наращиваем мышечную массу, повышаем свою выносливость и укрепляем дыхание.

Если поблизости обнаружится боксерский мешок, то можно аккуратно пробовать пускать его в дело. Если «Бой с тенью» поможет вам нарастить скорость и постепенно улучшать общее состояние, то отработка на мешке позволит увеличить силу удара. Мешок поглощает ударную волну и возвращает отдачу в мышцы рук, плеч, спины и пресса. Эта отдача удваивает нагрузку и вносит в вашу тренировку элемент сопротивления.

Стойка и удар



Равномерно распределите вес тела между ногами. Стойте на носках и балансируйте, перенося вес с ноги на ногу. Округлите плечи, сведите локти ближе друг к другу, кулаки поднесите к подбородку, расслабьте мышцы (1). При ударе отталкивайтесь задней и подворачивайте носок передней ноги, вкладывая силу. Во время удара делайте выдох, это приводит в готовность мышцы пресса и помогает перенести силу удара из корпуса в руки. Разворачивайте корпус в сторону удара. Это позволит вложить вес тела и усилить удар (2). Рука вытягивается по прямой от плеча к кулаку. Запястье развернуто ладонью к низу так, чтобы точкой приложения оказались косточки под указательным и средним пальцами (2). Начните движение с задней ноги, отталкиваясь и закручивая бедро и косые мышцы пресса (4). Чем быстрее вы исполните это вращение, тем более сильным и резким получится удар.

Как усилить удар

Задействуйте как можно больше мышц. В прежние времена боксеры держали стойку иначе. Кулаки были соединены, ладони и предплечья — развернуты внутренней стороной к лицу. Удар наносился за счет разгибания локтя, бицепса, мышц плеча и получался относительно слабым. Современные боксеры держат руки так, что внутренние стороны предплечий развернуты друг к другу. Во время удара рука заворачивается вовнутрь, что задействует дельтовидные, трапециевидные мышцы, мышцы предплечья, локтевой сустав и сухожилия запястья. Это делает удар сильнее.

Используйте вес тела. Здесь работает физика. Чем больше веса вы вложите в удар, тем более тяжелым он получится. Этим же объясняется естественная сила удара людей с большой массой тела.

Отталкивайтесь от земли. Если вы оторваны от земли или находитесь в воде, сильный удар нанести будет сложнее. Здесь работает третий закон Ньютона, который гласит, что каждое действие имеет равное противодействие.

Как сложить кулак

Основной принцип в этом нехитром деле — вы должны убедиться, что внутри и снаружи все выровнено по прямой. Это позволит вложить в удар максимальную силу и избежать травмы.

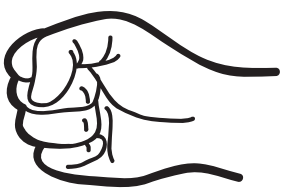
1. Вытяните ладонь как для рукопожатия. Большой палец смотрит вверх.



2. Сложите вытянутые пальцы к центру ладони, но оставьте большой палец направленным вверх. Убедитесь, что подушечки пальцев утоплены в ладонь.



3. Сложите большой палец поверх остальных и убедитесь, что его подушечка касается средней фаланги указательного пальца. Кулак сложен, остался заключительный шаг.



4. Поверните руку на 90 градусов так, чтобы большой палец смотрел в пол. Убедитесь, что предплечье и кулак образуют прямую линию.



Мы всегда рады письмам читателей. Чем больше мы общаемся с вами, тем интереснее и полезнее становится наше издание. В письме вы можете задать вопрос, высказать мнение, рассказать о любой проблеме, предложить материал или сотрудничество. Мы обязательно ответим на письмо или свяжемся с вами по телефону. Ждем ваших писем по адресу: 452681, г. Нефтекамск, а/я 108. И по электронному адресу: gosudarstvennik@rifat.win

гражданская ПЛАТФОРМА +Я

Изготовлено Нефтекамским Домом печати - филиалом государственного унитарного предприятия Республики Башкортостан Издательский дом “Республика Башкортостан”, ИНН: 0278066967, юр. адрес филиала: Россия, 452680, Республика Башкортостан, г. Нефтекамск, Березовское шоссе, д. 4А, по заказу кандидата в депутаты Государственной Думы Федерального Собрания РФ по Нефтекамскому одномандатному избирательному округу № 6 Шайхутдинова Рифата Габдулхаковича, заказ №734, тираж: 85000 экз.
Дата выпуска: 25.08.2016 г. Изготовление оплачено из средств избирательного фонда кандидата Р.Г. Шайхутдинова
(спец. избирательный счет № 40810810406009000202)