



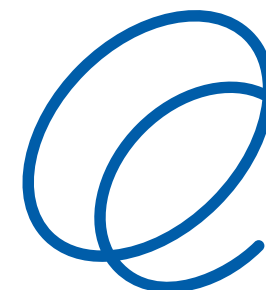
Фото: Анна Валли

Чувствуйте себя
хорошо в Эспоо



Фото: Олли Урпела

Муниципальные услуги в
поддержку благополучия
и инклюзивности



ESPOO
ESBO



Фото: Олли Урпела

Ваше благополучие важно!

В городе Эспоо широкий выбор государственных и частных услуг, которые дарят радость от занятий спортом, впечатления от приобщения к культуре, возможности для совместного времяпрепровождения, удовольствие от любимого хобби и упоение от учебы. Многочисленные организации и общества также предлагают интересные занятия, поддержку и мероприятия.

Фото: Сами Перттия



В отзывах, полученных от жителей Эспоо, особо четко прослеживаются пожелания горожан относительно комфортного протекания повседневной жизни, удобства услуг и бесперебойного передвижения по городу. Кроме того, людям хочется жить в городе, который представляет собой жизнеспособную социальную общность. Также для жителей муниципалитета важны близость к природе, чистота окружающей среды

и экология. На этих аспектах городские власти хотят сделать особый упор.

Во всей своей деятельности Эспоо стремится обеспечивать равенство и равноправие людей. Являясь мультикультурным и многоязычным городом, Эспоо всячески содействует интеграции. Мы хотим, чтобы Эспоо был прекрасным местом для жизни всех горожан.

Enemmän läheltä

Seuraa somessa:
@entresse

ENTRESSE
KAUPPAKESKUS

Siltakatu 11, Espoo
entresse.fi

Что делает муниципалитет для повышения благополучия жителей

Содействие развитию компетенций и культуры

- Дошкольное воспитание
- Начальное образование
- Обучение в лицее
- Профессиональное образование
- Свободная культурно-просветительская деятельность
- Услуги в области искусства и культуры
- Библиотечные услуги
- Услуги для молодежи
- Спортивные услуги
- Охрана здоровья и благополучия учащихся (совместно с зоной благосостояния)

Формирование благоприятной среды обитания

- Земельная политика
- Зонирование и планирование землепользования
- Движение, общественный транспорт
- Строительство и обслуживание дорожных сетей
- Водоснабжение
- Утилизация отходов
- Производство и распределение электроэнергии
- Строительный надзор
- Жилищная деятельность
- Охрана окружающей среды и здравоохранение
- Безопасность и готовность к чрезвычайным ситуациям

Повышение жизнеспособности муниципалитета

- Привлекательность местности
- Услуги в сфере содействия занятости и экономического развития
- Поддержка тех, кому сложно трудоустроиться, работа с молодежью, не имеющей работы или места учебы, воркшопы, противодействие длительной безработице; районная работа, интеграция
- Экономическая политика: консультирование предприятий, региональный маркетинг, открытые данные
- Рациональное использование ресурсов
- Предоставление земельных участков: под бизнес, жилье, сектор услуг

Продвижение локальной идентичности и демократии

- Разнообразные возможности участия в жизни общества
- Локальное сообщество
- Коммуникация, взаимодействие и языковые услуги
- Выборы и представительная демократия
- Возможности для деятельности общественных организаций
- Самостоятельная деятельность жителей
- Новые формы демократии
- Мультикультурализм



За предоставление социальных и медицинских услуг в Эспоо отвечает зона благосостояния Западной Уусимаа.



Дополнительная информация на финском: luvn.fi

Адаптировано по материалам Ассоциации муниципальных образований.



- ✓ 48 sisälyöntipaikkaa ja 28 katettua ulkolyöntipaikkaa
- ✓ Laadukkaat sisä lähipelialueet
- ✓ TrackMan-simulaattorit ja -lyöntipaikat
- ✓ Laadukas Golfopetus
- ✓ Golfkuntosali
- ✓ Lounge aktiivisiin yritystapahtumiin

Finnoonpuisto 4, 02280 Espoo | 050 329 1320 | seasongolf.fi

На тропе воспитания и учебы

В Эспоо воспитание и обучение детей начинается с посещения дошкольных учреждений, и данный процесс продолжается непрерывно вплоть до поступления молодых людей в учреждения второй ступени. Для каждого ребенка и подростка создаются наилучшие условия для роста, развития, получения образования, посещения кружков и секций, а также разнообразных досуговых занятий.

Гладкий, протекающий на принципах равенства и способствующий благополучию процесс получения образования выстраивается совместными усилиями детей, подростков и семей, а также организаций-партнеров.



Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/kasvatus-ja-opetus



Фото: Марика Туоминен



**Mutkaton ostospaikka
Niittykummun sydämessä**

Seuraa meitä  

NITTY
KAUPPAKESKUS



Фото: Елена Савина

Nuori Espoo делает и действует

Деятельность, которая носит название Nuori Espoo («Молодой Эспоо»), подразумевает занятия, мероприятия, яркие впечатления и поддержку молодежи в повседневной жизни. У нас 20 молодежных площадок, которые работают как в реальном пространстве, так и в Сети, а также две мобильные группы по работе с молодежью — Kerttu и Keijo, а заправляет всем этим замечательная команда.

Дополнительная информация на финском:
 [espoo.fi/nuoriespoo](http:// espoo.fi/nuoriespoo)

Лицеи в Эспоо

Обучение в лицеях Эспоо является разносторонним и мотивирующим. При желании вы можете выбрать специализацию по душе, например, различные виды наук, искусство, спорт и международные вопросы.

Дополнительная информация на финском:
 [espoo.fi/lukiot](http:// espoo.fi/lukiot)



Фото: Тару Турпейнен

Ohjaamotalo помогает в решении повседневных задач

Служба Ohjaamotalo предназначена для жителей Эспоо в возрасте до 30 лет. Всего лишь открыв одну дверь, вы можете получить помощь в вопросах, связанных с учебой, выбором профессии и поиском работы, а также управлением повседневной жизнью, заработком, финансами и жильем.

Учимся искусству

В Эспоо имеется около двадцати учебных заведений базового художественного образования. В них можно изучать архитектуру, изобразительное искусство и ремесла, медиаискусство, музыку, словесное искусство, танец, а также театральное и цирковое искусство. Обучение платное, но учащимся могут быть предложены скидки, предусмотрены и бюджетные места.



Фото: Кира Хермонен

Задумываетесь о получении профессии или повышении квалификации?

Образовательный концерн региона Эспоо Omnia предлагает многопрофильное образование второй ступени. В Omnia можно получить образование, приобрести новые компетенции или дополнить уже имеющиеся знания, навыки и умения.

Дополнительная информация на финском:
 [omnia.fi](http:// omnia.fi)

Учиться в любом возрасте

В программе рабочего училища Эспоо и шведоязычного рабочего училища Arbis тысячи курсов в разных областях, от спорта до языков и культуры, информационных технологий, искусства и природоведения. Двери этих учебных заведений открыты для людей всех возрастов.

Etelä-Espoon Pallo ry on Matinkylän, Olarin ja Suurpellon alueella toimiva jalkapalloseura, jonka toiminnassa on mukana jo yli 900 pelaajaa.

EsPa tarjoaa laadukasta valmennusta ja joukkueemme harjoittelevat erinomaisissa olosuhteissa ympäri vuoden. Espalaisuus alkaa jalkapallokoulusta 4-5 vuotiaana ja voi jatkua aina EsPan edustus-joukkueeseen. Seura tarjoaa myös harrastefutista.

Tervetuloa mukaan!



**PARASTA
PAIKALLISTA
JALKAPALLOA**

[www.etelaespoonpallo.fi](http:// www.etelaespoonpallo.fi)

EsPa_ry EsPa_ry

Город полон культуры

Эспоо — город с разнообразной культурой. Библиотеки, музеи, театры и оркестры предлагают возможность прикоснуться к культуре и дарят яркие впечатления круглый год. Кроме того, в городе организуется множество культурных мероприятий, доступны всевозможные увлечения и хобби для всех возрастов.



Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika



Фото: Тану Каллио



**LASTENTEATTERIA ESPOOSSA
JO VUODESTA 1975
TERVETULOJA SATUJEN KOTIIN!**

Juhannusmäki 2, Espoo / p. 09 4391 220



**TEATTERI
HEVOSENKENKÄ**

hevosenkenka.fi



Фото: Елена Савина

Приобщаемся к культуре с детства

В детских садах Эспоо проводятся выездные культурные мероприятия. Специалисты в области искусства и культуры приезжают на места, чтобы представить контент, предназначенный для детей, или провести интересные занятия с ними и вдохновить персонал к использованию возможностей, которые дает искусство, в дошкольном воспитании.

KULPS «несет» культуру в школы

KULPS, что расшифровывается как «тропа культуры и спорта», представляет собой действующую в Эспоо уникальную систему содействия равенству детей дошкольного и школьного возраста. KULPS предлагает возможность посещения культурных и спортивных мероприятий и занятий в середине учебного дня, а также в качестве части обучения. Для школ участие в данной деятельности бесплатное.

«Тропа хобби» — новые увлечение для детей и молодежи

В Эспоо для детей и молодежи создана так называемая «тропа хобби» (Espoon harrastuspolku) — инициатива, которая поможет каждому найти бесплатное увлечение по душе. Для того чтобы заняться тем



Карта Kaikukortti, предоставляемая по усмотрению соответствующих учреждений, расширяет возможности людей, находящихся в затруднительном финансовом положении, позволяя им бесплатно наслаждаться искусством и культурой. Дополнительная информация на финском: espoo.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kaikukortti



Фото: Сами Перттиля

или иным хобби, не требуется предварительного опыта или навыков.

Отправляемся в библиотеки и музеи!

Библиотеки — это культурные центры, открытые для всех и каждого. В них доступны журналы, книги, музыка и другие материалы, также у посетителей есть возможность учиться, заниматься хобби и осматривать различные выставки.

В музеях Эспоо можно познакомиться, например, с историей культуры города, современным искусством, играми и игрушками.

Театр и музыка

Городской театр Эспоо ежегодно выпускает несколько спектаклей, а также проводит творческие встречи с артистами, презентации произведений и мастер-классы.

Tapiola Sinfonietta и Espoo Big Band предлагают музыкальные впечатления мирового уровня как любителям классики, так и тем, кто предпочитает популярную музыку или джаз.

Espoon Kaupunginteatteri The International Theatre of Finland



Ajankohtaisuutta & laatua.
Kokellisuutta & taide-elämyksiä.
Tarinoita & yllätyksiä!

Espoolaisten oma teatteri

Surtitles in mobile app
(usually in Finnish & in English)

espoonteatteri.fi

lippu.fi

**ESPOON
KAUPUN
GINTEAT
TERI**
The International
Theatre of Finland

Природа — источник благополучия

В Эспоо природа рядом. Центральный парк, заповедник Нууксио, архипелаг и другие природные территории города привлекают людей всех возрастов и с любым уровнем физической подготовки своими возможностями для отдыха на свежем воздухе, занятий спортом и познания природы. Природное богатство Эспоо включает в себя множество ценных и охраняемых памятников природы, геологических объектов и традиционных ландшафтов.



Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/liikunta-ja-luonto

Фото: Сами Перттиля

По безбарьерной природной тропе Коренто (Korennon kierros) в Лакисто на севере Эспоо легко передвигаться даже на инвалидной коляске. Тропа снабжена указателями.

Дополнительная информация на финском:
hdl.fi/estee-ton-luontopolku





Фото: Олли Урпела

Походы на природу и пешие прогулки

Для пешеходного туризма и прогулок предусмотрены размеченные природные тропы, вдоль которых размещены указатели с информацией о природе местности и ее особенностях. В числе троп есть и безбарьерная тропа. На природной тропе здоровья Олари по пути следования вам предлагается выполнить различные задания, которые помогут оторваться от повседневной жизни, прислушаться к своей душе и всем органам чувств.

В качестве альтернативы самостоятельным походам можно выбрать групповые экскурсии на природу с гидом.

Возможность действовать на благо природы есть у каждого. Забота о благополучии природы — обязанность каждого, кто занимается на природе, каждый из нас может содействовать биологическому разнообразию, хотя бы у себя во дворе.

Прочтите инструкции и советы здесь на финском:

espoo.fi/liikunta-ja-luonto/tietoa-luonnosta/luonnonsuojelu/ohjeita-luontotekoihin



Фото: Патрик Фагерстрём

Отправляемся в прогулку по архипелагу!

Архипелаг Эспоо включает в себя несколько открытых для жителей города островов, где можно заняться пешеходным туризмом, до которых в летнее время организованы регулярные перевозки. Рейсовые теплоходы предназначены в том числе и для пассажиров с велосипедами.

Всем городом — на велосипеды

В рамках проекта «Всем городом — на велосипеды» в Эспоо пропагандируется езда на велосипеде, в частности, организуется обучение для взрослых, не освоивших навыки езды на велосипеде в детстве. Целью проекта также является продление срока службы велосипедов в духе экономики замкнутого цикла.

HALTIA



Koe Suomen luonto Haltiassa

Vuokraa varusteet ja nappaa reittivinkit retkellesi, nauti Haltian luontonäyttelyistä ja lähiruoasta. Osallistu luontokouluun, monipuolisiin tapahtumiimme tai järjestä oma tilaisuutesi meillä.

Suomen luontokeskus Haltia on portti Nuuksion kansallispuistoon sekä koko Suomen luontoon.

Nuuksiontie 84, Espoo
haltia.com | shop.haltia.com





Активный образ жизни круглый год

Эспоо обладает широкими возможностями для занятий спортом круглый год, вы можете тренироваться как в помещении, так и на открытом воздухе, как самостоятельно, так и под руководством инструктора. Часть спортивных услуг предоставляется совместно со спортивными клубами. Крытые и открытые спортивные площадки, находящиеся в ведении департамента спорта города Эспоо, резервируются через электронный календарь бронирования. При распределении очереди на использование спортивных площадок и сооружений приоритет отдается спортивным клубам Эспоо. За использование взимается плата.



Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/espoo-liikkuu

Фото: Туйре Рюокосу



Suomen Fysiovalmentajat Oy
info@fysiovalmentajat.com
 puh. 045 664 4014

EBK-Honka Areena, 2. krs
 Kylävainiontie 20,
 02760 Espoo

Valmennuksellista fysioterapiaa

- ✓ Haluaisitko olla terveempi ja samalla päästä eroon ärsyttävistä vaivoista?
- ✓ Haluaisitko aloittaa liikunnan vaivoista ja krempoista huolimatta?

Tule
 tutustumaan!

Tervetuloa, olemme pieni
 espoolainen perheyritys.

www.fysiovalmentajat.com





Фото: Весса Хямляйнен

Доступный спорт рядом с домом

Районные спортивные площадки — это универсальные и удобные места для занятий спортом, которые доступны всем жителям Эспоо абсолютно бесплатно. Попробуйте, например, турники и снаряды на площадке в школе Auroran koulu, панна-футбол в школе Jalavanpuiston koulu или пинг-понг на открытом воздухе в районном парке Тапиола (Tapiolan asukaspuisto).

Спортивный консультант поможет начать заниматься спортом

Как бы начать двигаться? Какими видами спорта заняться? Найти ответы на эти и другие вопросы, имеющие отношение к занятиям спортом, помогут

С мая по сентябрь по городу курсирует автофургон Espoon Senioripaku, который на своих остановках, среди прочего, предоставляет пожилым людям возможность для занятий физкультурой с инструктором, предлагает разнообразный художественный и культурный контент, а также оказывает консультационные услуги. Программа бесплатна и предназначена для всех пожилых жителей Эспоо и их близких.

Дополнительная информация на финском: espoo.fi/tukea-arkeen/seniorit/espoo-senioripaku



Фото: Сами Пертиля

спортивные консультанты. Их услуги бесплатны и предназначены для людей любых возрастов, в первую очередь — для тех, кто впервые решил заняться физической культурой. Для записи на индивидуальную консультацию позвоните на номер: 09 8166 0800.

Физкультура и благополучие для пожилых людей

В год, когда жителю Эспоо исполняется 68 лет, он получает право на бесплатный «Спортивный браслет» (+68 Sporttiranneke). Браслет выдается на два года с возможностью последующего продления.



**Luotettava ja
ammattitaitoinen
kumppani
kuntoutuksessa**

Tarjoamme lapsille, nuorille ja aikuisille

**fysioterapiaa,
puheterapiaa ja
toimintaterapiaa**

**Tutustu Tonusen
25 ammattilaiseen – tonus.fi**

Puh. +358 9 8811 940

Piispantilankuja 4,
02240 Espoo

Tilkankatu 14 A 40,
00300 Helsinki

Устойчивый город создается вместе

Социально-устойчивые города не могут существовать без участия жителей и демократии. Социально-устойчивое общество одинаково относится ко всем своим членам, поддерживает благополучие, здоровье и способность функционировать каждого из них, а также обеспечивает необходимую безопасность и наличие нужных услуг.

Эспоо стремится к укреплению чувства общности и сопричастности среди своих жителей. Мы делимся информацией открыто и понятно, привлекаем горожан к решению общих задач. Это повышает доверие и улучшает процесс принятия решений. Кроме того, мы поддерживаем жителей в их самостоятельной деятельности, предоставляя в пользование оборудование и помещения в аренду, а также распределяя субсидии.

Ознакомьтесь с различными возможностями участия и влияния на жизнь города, а также с дополнительной информацией о работе по вовлечению жителей в общегородские дела, проводимой администрацией Эспоо, на финском:



espoo.fi/osallistu-ja-vaikuta

Фото: Тару Турпейнен





О возможностях участия и влияния можно узнать по символу «Дай пядь!».

Присоединяйтесь!

Многие организации и добровольные объединения, а также районные ассоциации предлагают возможность влиять на жизнь общества и участвовать в ней. Кроме того, действуют группы поддержки, доступна помощь, например, с выполнением домашних заданий.

Дополнительная информация: lahella.fi

А не организовать ли мероприятие?

В Эспоо есть место как для крупных фестивалей, так и для небольших локальных мероприятий. Информацию о разрешениях, необходимых для организации мероприятия, площадках и других сопутствующих вопросах можно найти на сайте города.

Молодежь Эспоо может высказать свое мнение и повлиять на актуальные вопросы, например, через молодежный совет, студенческие комитеты или посредством участия в совместной подготовке бюджета (ManiMiitti).



Отзывы и инициативы принимаются онлайн
по адресу на финском:
nuortenpalaute.espoo.fi



HIINTOKESKUS

Serena Ski on etelän siistein hiihtokeskus! Meillä on yhteensä 8 rinnettä, joista varmasti löydät mieleisesi, olitpa sitten kovan tason kilpalaskija tai aloittelija. Serena Ski on myös monen parkkilaskijan lempikeskus kahden hauskan & haastavan street-rinteen ansiosta!

VESIPUISTO

Ulkovesipuistosta löydät mm. kauden 2023 uutuuden Tornimäet, huippuhauskan kaksinlaskettavan Half-Pipen, Suomen pisimmän liukumäen, yli 160-metrinen Rengasjoen sekä myös pienempien lasten suosikin Huvikeitaan. Sisävesipuisto tarjoaa tropiikin lämpöä ympäri vuoden! Aaltoallas, porealtaat, Tornado, ikiklassikko Villivirta... Tule Serenaan!



Serena
Tornimäentie 10
02970 ESPOO

020 5010 300
 info.serena@puuhagroup.com

serena.fi

Жизнеспособный Эспоо

Эспоо хочет стать городом труда будущего, который привлекает и удерживает высококвалифицированные кадры для передовых отраслей и вокруг которого создаются новые рабочие места в самых разных сферах. Благоприятный для ведения бизнеса Эспоо — это интересный и привлекательный инновационный центр компетенций, науки, искусства и экономики международного уровня.



Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/tyoelama

Мы поможем вам найти свои сильные стороны и построить карьеру и жизнь в Эспоо. Вместе мы проложим путь к освоению новых навыков или профессии, повышению квалификации, обучению на рабочем месте или поиску работы. Наши услуги и мероприятия помогут вам сформировать профессиональную идентичность, выработать уверенность в себе, обзавестись полезными связями и, разумеется, найти подходящих работодателей.



Служба занятости консультирует по вопросам, связанным с поиском работы, и содействует трудоустройству. Дополнительная информация на финском:
espoo.fi/tyoelama/tyollisyys-espoo

Фото: Олли Урпела





Фото: Олли Урпела



Фото: Йоханна Таскинен

Hello Espoo

Для нас важно, чтобы вы, как новый житель Эспоо, чувствовали, что ваша повседневная жизнь в городе протекает гладко. На сайте Hello Espoo вы найдете полезные советы по каждому этапу переезда и обустройства.



Дополнительная информация на финском:
helloespoo.fi

Espoo Talent Hub

Станьте частью сообщества, приходите в хаб талантов Espoo Talent Hub, чтобы отведать утренней каши и обменяться новостями. Предварительная запись не требуется, кофе и каши хватит на всех. Espoo Talent Hub вы найдете по адресу: Tekniikantie 4 C, Отаниеми, Эспоо каждый второй вторник месяца с 8 до 9 утра.



Наши услуги для международных специалистов (на финском): espoo.fi/tyoelama/espoo-talent-hub/palvelumme-kansainvalisille-ammattilaisille

Советы по жилищным вопросам

Осенью 2023 года начинает свою работу консультация по вопросам жилья, предназначенная для всех горожан. Эта служба поможет жителям муниципалитета в поиске жилья, при заключении договоров аренды, в решении проблем с оплатой арендной платы или коммунальных платежей, разрешении споров между арендодателями и арендаторами или соседских разногласий, а также решении других проблем и вопросов, связанных с жильем.

AINOA

Sydämeltään suuri.

Kauppakeskus, joka ei halunnut kasvaa vain isoksi, vaan sydämeltään suureksi

Yli sadan liikkeen AINOA on uniikki yhdistelmä tapiolalaista tyyliä, rakkaudella rakennettuja erikoisliikkeitä ja kriittisempääkin kulinariaa hykerryttäviä ravintoloita ja kahviloita, joita et muualta löydä.

Täältä puutut oikeastaan enää sinä. Hyppää siis metroon, bussiin, autoon tai fillarin satulaan, niin nähdään kohta.

100+
liikettä

30
ravintolaa
ja kahvilaa





Устойчивое градостроительство

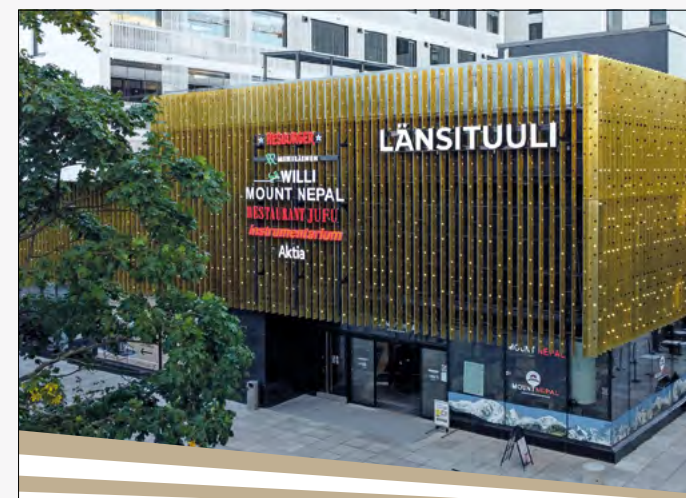
Эспоо строится с учетом потребностей жителей и клиентов как комфортный и безопасный город, который каждый житель захочет назвать «родным». Эспоо развивается устойчиво как в экономическом, так и в экологическом, социальном и культурном аспектах.

Эспоо привержен Целям в области устойчивого развития ООН (Sustainable Development Goals, SDG) и делится своим опытом в этом плане с

другими городами на национальном и международном уровне.

Устойчивые и умные решения способствуют плавному протеканию повседневной жизни и мобильности, предоставляя каждому жителю Эспоо хорошие возможности для принятия устойчивых решений и благоприятного влияния на свое непосредственное окружение.

Вы также можете найти Эспоо
в социальных сетях!



**Tervetuloa asioimaan
Kauppakeskus Länsituuleen
Tapiolan keskustassa!**

Länsituuleessa sinua palvelevat
useat liikkeet ja ravintolat sekä
lääkärikeskus ja kuntosali.

Tapiolan metroaseman yhteydessä,
hyvien yhteyksien varrella.

www.lansituuli.fi

LÄNSITUULI 10, 02100 ESPOO

LÄNSITUULI
KAUPPAKESKUS