



ПРИХОДИТЕ
К НАМ
В КОНТАКТЕ



ТЕЛЕФОН/ФАКС:

2-62-36



2-92-36



8-921-584-87-25

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ



СМОТРИТЕ
НАС
НА YOUTUBE



Тера

Город – это МЫ с ВАМИ!

ПРЕСС



Выходит еженедельно с 11 февраля 1994 г.

www.terastudio.com 12+

№ 13 (1613)
28 марта 2024 г.

МЕДИА
#КОМАНДА

47



red-tera@yandex.ru



reklama-tera@yandex.ru



27 МАРТА ЧЕСТВОВАЛИ ГВАРДЕЙЦЕВ

В преддверии Дня войск национальной гвардии Российской Федерации губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко наградил почетными грамотами военнослужащих и сотрудников Северо-Западного округа Росгвардии, отличившихся в ходе специальной военной операции, обеспечения общественной безопасности при несении службы в регионе, задержании преступников и оказании помощи гражданам.

Среди награжденных — военнослужащие 33-й бригады оперативного назначения, центра подготовки личного состава, военного госпиталя Северо-Западного округа Росгвардии, сотрудники ОМОН, СОБР и вневедомственной охраны Главного управления Росгвардии по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

«Сотрудники Северо-Западного округа войск национальной гвардии достойно несут службу по поддержанию правопорядка в Ленинградской области, защите объектов инфраструктуры нашего региона, обеспечивают правопорядок на новых территориях России. Не могу не сказать вам огромное спасибо за безопасность во время проведения выборов президента Российской Федерации, гвардейцы обеспечили законность, правопорядок, вежливость и добродушие.

Сотрудники войск национальной гвардии исполняют свой долг с честью, это от-

мечают, прежде всего, наши жители. По их оценке — Ленинградская область один из самых комфортных и безопасных регионов для проживания. Безопасность для нас сегодня является одним из ключевых и определяющих факторов.

В том, что регион живёт в спокойном и деловом ритме — огромная заслуга национальной гвардии. Ваша работа не всегда видна и это — хорошо. Я желаю, чтобы так было и впредь. Спасибо вам за службу, — поблагодарил бойцов Росгвардии Александр Дрозденко.

Командующий Северо-Западным округом Росгвардии Герой России генерал-лейтенант Сергей Бураков поблагодарил губернатора Ленинградской области Александра Дрозденко за помощь региона росгвардейцам в ходе специальной военной операции и вручил главе региона медаль «За боевое содружество».

НОВОСТИ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО СОБРАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

30 ЛЕТ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОМУ СОБРАНИЮ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



СЕРГЕЙ БЕБЕНИН,
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО СОБРАНИЯ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
V, VI, VII СОЗЫВОВ

30 лет — это период, который позволяет подвести итоги и наметить новые планы. За эти годы принято несколько тысяч законов, которые касаются развития экономики, промышленности, сельского хозяйства, частной инициативы и предпринимательства, развития образования, здравоохранения, культуры.

Работа депутатов областного парламента позволила создать правовые основы развития нашего региона, во многом обеспечила политическую и социальную стабильность Ленинградской области.

Парламентарии Ленинградской области являются новаторами и первопроходцами во многих сферах законотворческого процесса. Среди которых инвестиционное законодательство, закон о старостах, дополнительные меры поддержки социально незащищенных граждан.

Так, только за последние 10 лет Законодательным собранием региона было принято почти 1,5 тысячи законов. Приоритетными направлениями стали социальная защита граждан, бюджетное и налоговое регулирование, развитие местного самоуправления, а в последние годы — меры поддержки бизнеса, сначала в условиях пандемии, а затем в условиях санкций.

30-летие законодательной власти отмечается в важный для нашей страны период. Именно сейчас нужны единство в принятии решений на федеральном уровне и на уровне регионов, эффективная, качественная работа на благо Ленинградской области и жителей региона.

Я благодарю всех, кто стоял у истоков становления представительной власти Ленинградской области с 1994 года, кто сегодня трудится на благо региона. Желаю всем депутатам настоящей командной работы, здоровья и новых успехов!



ЮРИЙ СТРАХОВ,
ДЕПУТАТ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО
СОБРАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ВТОРОГО
И ТРЕТЬЕГО СОЗЫВОВ,
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ
(ВО ВТОРОМ СОЗЫВЕ)

Работа в областном ЗакСе позволила мне еще раз понять то, что политическая жизнь — это искусство компромиссов между позициями разных ветвей власти. Компромисс — это и есть основа правильного развития территории. Основа конструктивного диалога — изначальное равенство сторон, где никто не является «более правым».

Если говорить о независимости законодательной ветви власти, то здесь проявляется один из моих любимых принципов в жизни и в работе: опираться можно только на то, что сопротивляется. Этот принцип должен быть ярко выражен в работе законодательного органа власти для того, чтобы те решения, которые принимаются, были выверенными, взвешенными, учитывали позиции и интересы всех участников законотворческого процесса.



ДМИТРИЙ ПУЛЯЕВСКИЙ,
ДЕПУТАТ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО СОБРАНИЯ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ШЕСТОГО СОЗЫВА,
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ

«Депутат — по сути своей универсал, он должен разбираться во всех направлениях. Здесь важен любой опыт, поэтому среди нас и предприниматели, и ученые, и общественные деятели, и муниципалы. Мне, как муниципалу в полном смысле этого слова, очень помогает знание проблем территории, опыт решения вопросов местного значения, общения с людьми.

Авторитет любой власти нарабатывается постепенно и неотрывно успешной работой на благо жителей. Сегодня мы видим результаты совместной работы депутатского корпуса

и Правительства, которая во многом определяется именно законодательным «фоном».

Многие решения давались непросто. К примеру, Социальный кодекс, который сводит в единый комплекс многие законы и положения, долго обсуждался с муниципалами, экспертами. Введение «критерия нуждаемости» стало новацией в масштабах страны, но жизнь доказала правильность этого решения. Главное — внимательно слушать, что говорят избиратели. Ведь закон — не догма, а основа для последующей большой работы».



Выступает М.Т. Вивсяный, депутат Законодательного собрания
Ленинградской области пятого и шестого созывов

ИСТОРИЯ

Законодательное собрание Ленинградской области является постоянно действующим законодательным (представительным) органом государственной власти Ленинградской области и осуществляет свои полномочия на заседаниях, принимая нормативные правовые акты Ленинградской области.

Началом становления представительных органов власти в Ленинградской области (тогда — Санкт-Петербургской губернии) можно считать 12 февраля 1906 года, когда Николай II издал Указ о созыве Государственной Думы.

Новая стадия в развитии системы представительной власти связана с февральской революцией 1917 года. Высшим органом власти в губернии стал губернский съезд Советов, исполнительные функции отводились губисполкому.

В 1924 году Петроград был переименован в Ленинград, а Петроградская губерния в Ленинградскую.

С 1927 по 1936 год представительная власть в Ленинград-

ской области осуществлялась Ленинградским областным Советом рабочих, крестьянских и красноармейских депутатов.

Ленинградский областной Совет депутатов трудящихся проработал 16 созывов с 1948 года до 24 июня 1977 года, затем был переименован в Ленинградский областной Совет народных депутатов.

Политический кризис в сентябре 1993 года привел к ликвидации Советов как представительных органов государственной власти в России.

В соответствии с Конституцией Российской Федерации, принятой в декабре 1993 года, образовались новые законодательные органы в каждом субъекте Российской Федерации.



ВАДИМ РЯБОВ,
ДЕПУТАТ
ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО
СОБРАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ ТРЕТЬЕГО,
ЧЕТВЕРТОГО И ПЯТОГО
СОЗЫВОВ

«Одним из центральных вопросов в зоне нашего внимания была необходимость реформы жилищно-коммунального хозяйства. Результатом долгих

и многочисленных дискуссий стала наша законодательная инициатива «О внесении изменений в Жилищный кодекс РФ» (в части вопросов финансирования текущих и капитальных ремонтов общего имущества в многоквартирных домах).

Одной из самых насущных в то время была, пожалуй, проблема строительства доступного жилья в Ленинградской области. Основным препятствием в её решении являлось отсутствие дешевых кредитных ресурсов. В связи с этим в июне 2005 года депутатами было подготовлено обращение в Правительство России по вопросу развития механизма ипотечного жилищного кредитования.

Новое время поставило перед нами новые задачи, и мы с ними справлялись».

ОТЧЁТ ДЕПУТАТА



Александр Павлов

ДЕПУТАТ СОВЕТА ДЕПУТАТОВ ПО ИЗБИРАТЕЛЬНОМУ ОКРУГУ №11 Отчет за работу в 2023г.



Работал заместителем председателя Совета депутатов, с февраля 2024 года исполняю обязанности председателя совета депутатов.

Помощник депутата Государственной Думы Сергея Яхнюка, помощник депутата ЗакС ЛО Дмитрия Рытова. Руководитель фракции «ЕДИНАЯ РОССИЯ» в Совете депутатов, руководитель местной общественной партийной приемной. Председатель комиссии Совета депутатов по жилищно-коммунальному комплексу, транспорту и безопасности, член комиссий по экологии, архитектуре и градостроительству, по социальным вопросам. Отработал в 9 постоянно действующих комиссиях при городской администрации.

С 2019 года являюсь директором Детско-юношеской спортивной школы, много сделал и продолжаю делать для развития детского спорта и возглавляемой мной школы. Награжден золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ:

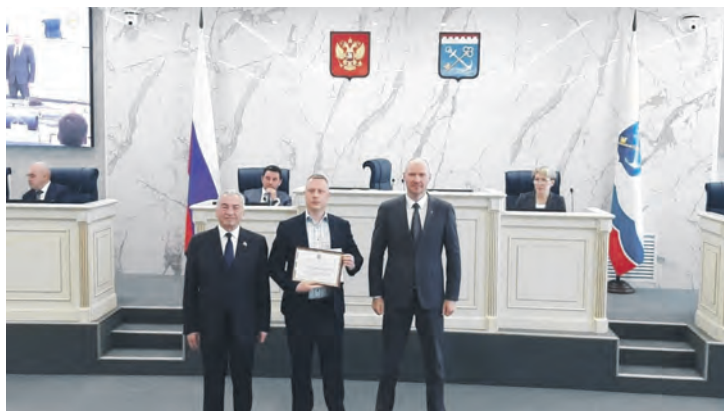
1. По моей личной инициативе дети участников СВО освобождены от оплаты образовательных услуг в учреждениях доп. образования, оказываемых на платной основе.

2. Расширен перечень скамеек, находящихся на общественных территориях и подлежащих ремонту.

3. Осуществляется программа по реконструкции и ремонту освещения дворов и придомовых территорий в городе.

4. Завершили благоустройства сквера у ДК «Строитель» и ДЮСШ, а также бульвара имени В. К. Булыгина. Результат моей работы — появились парковочные карманы по ул. Космонавтов и у ДЮСШ.

5. Ежегодно на моем контроле проведение работ в межотопительный период и сроки получения паспортов готовности домов к зимнему периоду управляющими компаниями.



6. Даны рекомендации отделу по физической культуре и спорту навести порядок на хоккейной площадке и прилегающей к ней территории, покрасить объекты-бытовки, находящиеся по адресу пр. Героев д. 33 б.

Решены эти и многие другие важные для города и жителей вопросы.

За 2023 год провел 30 встреч с жителями и 10 личных приемов, получил более 50 обращений по телефону, заданы вопросы по социальной сфере и ЖКХ.



В большинстве своем получен положительный результат.

На территории округа №11 собственными силами:

Расширил проезжую часть дороги между домами 10, 12, 20 по ул. Молодежная, создав 20 новых парковочных мест. Из них два места выделил для парковки автомобилей водителей с ограниченными возможностями здоровья. Сформировали 3 участка под благоустройство, разработали проект, получили разрешения на земельные работы,

выбрали грунт, уложили геотекстиль, подсыпали и утрамбовали экскаватором щебень, установили бордюрный камень.

Совместно со своей командой я провел субботник, приуроченный к 50-летию города:

- покрасили сушилки, заменили бельевые веревки;
- покрасили скамейки, уложили под ними плитку;
- проложили более 200 метров пешеходных дорожек в местах «народных троп» (к Д/С № 19, с торцов домов ул. Молодежная, 8, 18, 22, пр. Героев 65, две дорожки вдоль домов пр. Героев, 61 и 63, и другие;

- отремонтировали пешеходные дорожки — устранили перекосы плитки, ямы, доложили плитку там, где она отсутствовала;
- привезли и подсыпали на газоны плодородную землю;
- по просьбам пенсионеров установили скамейки со спинками и урны у домов пр. Героев, 59 и ул. Молодежная, 20.

Также в течение года:

- совместно с управляющей компанией «АЭН» произвели ремонт стен в парадных многоквартирных домах и фасадного освещения на округе;
- сами ремонтировали оборудование на детских игровых площадках;
- проводили санитарную обрезку деревьев.

В работе следующие указы избирателей:

Благоустроить территорию на ул. Молодежной, д. 12/16/18
Благоустроить территорию между домами 59 и 61 по пр. Героев.
Продолжить благоустройства территории на ул. Молодежной, д. 10/12/20.

Благодаря вашей поддержке мне удалось добиться включения в городской бюджет на 2024 год финансирования на асфальтирование и модернизацию освещения. Буду контролировать ход выполнения — вместе с вами!

Лично собирал и вручал 1 сентября школьные принадлежности для первоклассников, проживающих на 11 округе.

В течение всего года принимал активное участие в сборе и отправке гуманитарной помощи в зону проведения СВО. За что отмечен Благодарностями Пограничной службы ФСБ, военно-гражданской администрацией Запорожской области и Законодательного Собрания Ленинградской области.

Большое спасибо моим избирателям за неравнодушные и любовь к нашему городу.

По любым вопросам пишите в социальных сетях или обращайтесь по телефону 8-921-331-77-80. Я всегда на связи, так как мой девиз: голос каждого будет услышан!

С уважением, ваш депутат
Александр ПАВЛОВ



ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ



Центр развития контактных видов спорта «ВЕКТОР» совместно с общественной патриотической организацией «Наследие», Военно-патриотическим молодёжным объединением «ВАРЯГ» и общественной организацией «Вежливые Люди» провели «Урок мужества». Тема урока «Нет террору!». Он начался с минуты молчания.

Присутствующие говорили о трагических событиях в «Крокус сити Холл», старшие рассказали о необходимости не поддаваться разжиганию межнациональной розни и напомнили, что Россия — многонациональная семья, в этом ее сила. Также обсудили опасности, которые существуют вокруг нас в новых условиях. Дети посетили Музей ветеранов боевых действий, задали все интересующие вопросы ветеранам СВО, сделали памятные фотографии.

Такие встречи и другие подобные мероприятия с целью духовно-нравственного и патриотического воспитания молодежи названные организации проводят регулярно.

МЕСЯЧНИК БЛАГОУСТРОЙСТВА

Весна — лучшее время для генеральной уборки города. Как и в прошлые годы, в Сосновом Бору пройдет месячник благоустройства.

Об этом рассказал глава Сосновоборского городского округа Михаил Воронков. Он дал поручение коммунальным службам и профильным отделам администрации составить график субботников для предприятий и организаций.

Работу жителей организуют управляющие компании, они же должны будут обеспечить инвентарем. При этом субботник не должен дублировать работу управляющей компании. Жильцы домов могут что-то сделать для улучшения своего двора.

ОХ УЖ ЭТИ БОЛЬШЕГРУЗЫ

Несмотря на рейды, которые регулярно проводят сотрудники ГИБДД, большегрузы снова появились в городе.

Активно пользуются водители тяжелых грузовиков и дорогами через садоводства, о чем постоянно сообщают местные жители. Даже штрафы их не пугают. К примеру, в минувшие выходные они неоднократно ездил через Ракопежи, где дорога совсем не рассчитана на такую нагрузку.

Как сказал глава Сосновоборского городского округа Михаил Воронков, контролировать движение товаров надо постоянно — отклоняться от маршрута водители не должны. Для большегрузов разработан и согласован определенный маршрут, по которому они должны следовать. Для водителей оборудованы места отдыха.

ПО ИНФОРМАЦИИ ГОРОДСКОГО ОТДЕЛА МВД

БУДНИ СОСНОВОБОРСКОЙ ПОЛИЦИИ

За неделю сотрудники горотдела МВД зарегистрировали 261 заявление о происшествиях и преступлениях, заведено 9 уголовных дел, раскрыто 3 преступления.

К административной ответственности привлечены 65 нарушителей. 16 из них появились в общественных местах, будучи в нетрезвом виде, два протокола составлены на продавцов, которые продавали алкогольные напитки с нарушениями законодательства. Также зафиксированы мелкое хулиганство, мелкое воровство, несоблюдение административных ограничений, хранение запрещенных препаратов, неисполнение родителями своих обязанностей.

За это время в дежурную часть попали 25 иностранцев: 6 из них не имели права находиться на территории России, у остальных не было пропусков в погранзону.

Сотрудники отделения ГИБДД зарегистрировали 98 нарушений Правил дорожного движения. Пешеходы стали чаще нарушать ПДД — произошло 23 таких случая. В городе случилось 9 дорожно-транспортных происшествий, в двух пострадали люди.

19 марта около половины шестого вечера возле дома 60 по Ленинградской улице водитель автомобиля «Хендэ» неправильно выбрал дистанцию и столкнулся с автомобилем «Тойота». Пострадала водитель «Тойоты».

23 марта днем, около половины второго, в районе дома 1 по Липовскому проезду столкнулись «Мицубиси» и «Пежо». Пострадала пассажирка «Пежо».

Обе пострадавшие были доставлены в медсанчасть, и после оказания им помощи отпущены домой.

НЕДЕЛЯ ДЕТСКОЙ КНИГИ



Традиционно на весенних каникулах в детскую библиотеку приходит и радует юных читателей Неделя детской и юношеской книги.

В Год семьи, объявленный в России Президентом Владимиром Путиным, Неделя детской книги проходит под девизом «Читает семья — читает страна».

На протяжении недели вплоть до 31 марта в отделе детской и юношеской литературы сосновоборской городской публичной библиотеки будут проходить различные книжные события: читатели смогут познакомиться с интересными литературными новинками, поучаствовать в мастер-классах, играх и других творческих мероприятиях.

— Сегодня мы открываем неделю детской книги. Это особенное время, все мероприятия, проходящие в библиотеке, будут отмечены этим знаком.

Сегодня с нами команда учащихся из школы № 4 имени Героя Советского Союза В. К. Булыгина. Их ожидает книжное путешествие, литературная игра, а также круг творчества — они будут рисовать свою читающую семью. На следующей неделе наших читателей ожидают мастер-классы, книжные путешествия и онлайн игра. Мы будем рады видеть гостей в нашей детской библиотеке, — рассказала заведующая отделом детской и юношеской литературы сосновоборской городской публичной библиотеки Светлана Артамонова.

С анонсом мероприятий можно ознакомиться на официальном сайте сосновоборской городской публичной библиотеки <https://sbor.47lib.ru/>

НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ



Это особенно важно, поскольку с 1 апреля региональные трассы закрываются на просушку — движение тяжелых автомобилей по ним будет запрещено, за исключением автобусов, транспорта МЧС и некоторых других категорий транспортных средств. Рейды станут чаще, а штрафы — постоянными.

СИТУАЦИЯ ПОД КОНТРОЛЕМ

За неделю в Сосновом Бору не было зарегистрировано ни одного случая новой коронавирусной инфекции. Об этом рассказал государственный санитарный врач города Дмитрий Ткаченко.

По поводу острых респираторных заболеваний в медсанчасть обратился 601 человек, в том числе 306 детей. Пороги эпидемического благополучия не превышены ни по совокупному населению, ни по возрастным группам. Пневмонией заболели 12 человек, в том числе четверо детей.

Несколько увеличилось количество кишечных инфекций — их зарегистрировано 32, в том числе 29 — у детей. Очагов в детских учреждениях не вы-

явлено. Во время медицинских осмотров у троих пациентов обнаружен энтеробиоз, у одного — педикулез. Один ребенок заболел ветряной оспой, один пациент обратился по поводу гепатита.

Три человека обратились за медицинской помощью по поводу укусов животными. Одного человека укусила домашняя собака, еще одного — бродячая собака, а на третьего напала крыса.

НЕМНОГО МЕДИЦИНСКОЙ СТАТИСТИКИ

По данным на утро понедельника, в стационаре медсанчасти находились 286 пациентов. За неделю госпитализировано 258 человек.

Хирурги провели 90 операций — как экстренных, так и плановых. Об этом рассказал начальник ЦМСЧ-38 Павел Рязанов.

Сократилось количество травм — по этому поводу в приемный покой, детскую и взрослую поликлиники обратились 119 пациентов. Это примерно соответствует обычным еженедельным показателям.

«Скорая помощь» выезжала на вызовы 290 раз, в том числе один — на дорожно-транспортное происшествие.

Во взрослую поликлинику горожане обращались 10211 раз, в детскую — 3465 раз. Примерно половина обращений — с профилактической целью.

МАРШРУТ № 23 БУДЕТ РАБОТАТЬ

Работу маршрута № 23 решено продлить до конца года. Об этом рассказал первый заместитель главы администрации Станислав Лютиков.

Два месяца маршрут до Воронки работал в тестовом режиме. Мониторинг показал, что он нужен — по нему проехали около девяти сот человек. Летом он станет еще более востребованным. График движения составлен так, чтобы не было больших перерывов между рейсами всех работающих на этом направлении маршрутов — в сторону Воронки ходят также автобусы № 9, 677 и 677-а.

СООТВЕТСТВОВАТЬ ДИЗАЙН-КОДУ

Все нестационарные торговые объекты, которые появляются на сосновоборских улицах, должны соответствовать дизайн-коду.

Об этом напомнил первый заместитель главы городской администрации Станислав Лютиков. Это касается киосков и павильонов, которые размещаются не только на муниципальных территориях, но и на частных.

В последние несколько месяцев внимание горожан привлекли два таких объекта — на Солнечной у «Вкусно — и точка» и на автобусной остановке возле малой «Карусели». В первом случае владелец самостоятельно принял решение перенести объект. Во втором — вопрос будет решаться через суд.

ДОЛГОЖДАННЫЙ ДОМ ГОТОВИТСЯ К СДАЧЕ

Близится к завершению многолетняя эпопея со строительством жилищного комплекса «Солнце».

Как рассказал первый заместитель главы администрации Станислав Лютиков, до конца второго квартала застройщик должен подать весь пакет документов на сдачу объекта в эксплуатацию. Если все пойдет так, как запланировано, в третьем квартале жильцы начнут получать ключи.

ОТДЫХ ПО ИНТЕРЕСАМ

В сосновоборских школах — весенние каникулы, и чаще всего перед последним четвертью школьники отдыхают дома.

Но не все родители могут организовать домашнее пребывание детей и предпочитают отправлять детей в оздоровительные лагеря.

Как рассказала заместитель главы администрации по социальным вопросам Татьяна Горшкова, в школе № 2 им. Героя России Андрея Воскресенского в эти каникулы работают два школьных лагеря — «Содружество орлят» и «Интеллект». Каждый посещают по пятьдесят детей.

СДАЕМ ВМЕСТЕ

Учащиеся девятых и одиннадцатых классов готовятся к выпускным экзаменам, а вместе с ними — учителя и родители.

Как рассказала заместитель главы администрации по социальным вопросам Татьяна Горшкова, на этой неделе апробировали системы приема экзаменов у девятиклассников — в пунктах, где они будут проходить государственную итоговую аттестацию.

А 29 марта в 17 часов единый государственный экзамен смогут сдать родители. Как рассказала Татьяна Горшкова, задания для родителей — облегченные, однако все остальное — так же, как и у детей. Нужно будет сдать на входе телефон, пройти предэкзаменационный контроль, заполнить бланки. Экзамен можно сдать в школе № 3 и лицее № 8, но перед этим — написать заявление в школе, где учится ребенок.

ДЕЛА МУНИЦИПАЛЬНЫЕ

ЧЕЙ ПРОЕКТ ЛУЧШЕ?



Илья Сикорский

21 марта в Сосновом Бору состоялась защита социальных проектов — победители получают финансирование от Фонда содействия развитию муниципальных образований АТР АЭС.

Жизнь города состоит из множества разных событий. И не всегда на то, чтобы превратить в реальность даже самые интересные идеи горожан, находятся средства в муниципальном бюджете. Вот тогда и приходит на помощь Ассоциация территорий расположения атомных электростанций. Некоммерческие организации, а также муниципальные учреждения, могут получить деньги на реализацию своих инициатив.

В этом году проектов было семнадцать. Желающих поддержать оказалось много, так что публичные слушания пришлось перенести из малого зала здания администрации в большой.

Первый этап — оформление и подача заявок. Они очень разные, но все имеют значение для развития социальной сферы. Многие участники предложили массовые мероприятия. Это эко-фестиваль «Ручьи», молодежный

субботник, соревнования по автомобильному туризму и велопробег, фестиваль стрит-арта, День отца и другие. Предлагали их ассоциация «Граждане города Сосновый Бор», Союз ветеранов боевых действий, федерация пилонного спорта, Центр патриотического воспитания, арт-студия «Горгона» — и это не полный перечень автономных некоммерческих организаций и муниципальных учреждений, которые стремятся сделать нашу жизнь ярче и красивее.

Федерация скейтбординга предложила идею, как научить молодых людей, увлекающихся экстремальными видами спорта, не только кататься на скейтбордах, но и самим делать оборудование. А организация «Формула воды» представила проект обустройства воинских захоронений, находящихся на островах и побережье Финского залива — с возможностью привлечь к этой деятельности молодежь. Вообще па-

триотических проектов в этот раз было много — Центр патриотического воспитания, например, предлагает несколько соревнований военно-патриотической направленности. В подавляющем большинстве организации уже имеют

большой опыт проведения социально значимых мероприятий.

Один из проектов — книгоиздательский. Заявились авторы книги «Колыбельные Соснового Бора». Сейчас они хотели бы издать еще одну книжку для детей — «Сосновоборские потешки». «Колыбельные» выдают всем сосновоборским семьям, которые регистрируют своих малышей.

Все участники имели возможность проголосовать за понравившийся проект. Результаты мы опубликуем в следующем номере — три победителя будут участвовать в следующем туре. А что же остальные четырнадцать? Об этом рассказала заместитель главы администрации по социальным вопросам Татьяна Горшкова. Для администрации такой конкурс — возможность обратить внимание на то, что интересует горожан в области социального проектирования. И вполне возможно, что для остальных проектов, даже если они не войдут в число победителей, найдутся другие источники финансирования, в том числе — муниципальный бюджет.

Марина ПЕТРОВА



НОВОСТИ ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЖКХ: УБОРКА, РЕМОНТ, ОСВЕЩЕНИЕ

По информации зам. председателя КУ ЖКХ, начальника отдела ВБидХ П. В. Пржевальского.

Сотрудниками «Спецавтотранса» велась текущая работа в соответствии с муниципальным заданием.

УБОРКА

- очистка тротуаров, ручная и механизированная уборка;
- очистка внутриквартальных территорий и детских площадок;
- очистка пешеходных дорожек от песка в скверах, парк «Приморский»;
- очистка метровой полосы с вывозом смёта: сквер у магазина «Ленинград», сквер Булыгина, сквер на пр. Героев, д.5, ул. Комсомольская, ул. Космонавтов, пр. А. Невского, ул. 50 лет Октября, ул. Петра Великого, ул. Молодежная, ул. Ленинградская, Соборный проезд, ул. Соколова, 8 мкр.;
- уборка мусора на городских территориях: скверы, парк Приморский, д. Липово, оз. Калищенское, пойма р. Коваши, велодорожка;
- уборка контейнерных площадок: город, СНТ;
- демонтаж и вывоз старой контейнерной площадки у д. 8 по ул. Малая Земля;
- вывоз несанкционированных свалок в объеме 25 м3.

РЕМОНТ ДОРОГ:

- ремонт дорог — в объеме 293 м2:
- пр. А. Невского,
- ул. Набережная,
- ул. Красных Фортвов, 13,
- пересечение пр. Героев и ул. Красных Фортвов, 49.

ОСВЕЩЕНИЕ:

- ремонт фонарей по ул. Комсомольская, ул. Петра Великого, ул. Молодежная (общее количество — 5 шт.);
- ремонт линии освещения по Копорскому шоссе;
- ремонт освещения на мачте у СКК «Энергетик» по ул. Ленинградская (общее количество — 4 шт.).

ОЗЕЛЕНЕНИЕ:

- формовочная обрезка деревьев по ул. Красных Фортвов (общее количество — 7 шт.);
- удаление поросли, сухих, ломаных веток на пр. Героев;
- удаление сломанного ствола по ул. Молодежная, д. 9;
- очистка кустарника от сухих, ломаных веток на пр. Героев, ул. Солнечная, ул. Космонавтов.

Сотрудниками Отдела внешнего благоустройства и дорожного хозяйства в рамках мероприятий по контролю над численностью животных без владельцев были отловлены 3 собаки: у ТСП, в СНТ «Ручьи», на ул. А. Александрова.



ТРИ ГОДА В СТРОЮ ДЕЙСТВУЮЩИХ

Энергоблок № 6 Ленинградской АЭС за три года эксплуатации выдал в энергосистему России 28 млрд. кВтч электроэнергии



Эта выработка составляет более 50% от годового энергопотребления всех предприятий и жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области

22 марта исполнилось три года с даты ввода в промышленную эксплуатацию энергоблока № 6 Ленинградской АЭС. За это время самый современный российский энергоблок с реактором ВВЭР-1200 поколения 3+ передал в энергосистему России 28 миллиардов киловатт часов электроэнергии, что составляет более 50% от годового энергопотребления всех предприятий и жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Высокие производственные показатели достигнуты при неуклонном соблюдении безопасной, надежной и экологичной работы энергоблока.

«Шестой энергоблок — самый молодой блок Ленинградской атомной станции. Впереди у него — более полувека работы и выработка почти в полтриллиона киловатт*часов. Значит, в домах жителей Северо-Запада будет светло и тепло, а предприятия будут надежно обеспечены доступными энергетическими ресурсами. Кроме того, по предварительным оценкам за весь период эксплуатации энергоблока № 6 в бюджет Ленинградской области поступят налоги на

сумму 180 миллиардов рублей. Это даст возможность выделять дополнительные средства на социальную поддержку населения, реализацию проектов в сфере образования, здравоохранения, культуры, спорта и так далее», — подчеркнул директор Ленинградской АЭС Владимир Перегуда.

На Ленинградской АЭС эксплуатируются два энергоблока с реакторами ВВЭР-1200. Они были введены в эксплуатацию в 2018 и 2021 годах. На сегодняшний день их суммарная выработка составляет более 70 миллиардов киловатт часов.

Напомним, 14 марта 2024 года на площадке Ленинградской АЭС выполнена укладка первого бетона в фундамент здания реактора энергоблока № 7 с реактором ВВЭР-1200. Старт ключевой операции по сооружению нового блока дал по видеосвязи Президент РФ Владимир Путин. Это историческое событие знаменует собой начало основного этапа строительства новых энергоблоков, которые будут обеспечивать страну чистой энергией не менее 60 лет.



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ПОРТРЕТ

Ежегодно в марте Россия отмечает День моряка-подводника. Этот праздник многое значит для 84-летнего жителя Гатчинского района Анатолия Зеленина. Капитан второго ранга в отставке рассказал нам о своей службе на флоте, братстве моряков и правилах жизни настоящих подводников.

ШКОЛА ЖИЗНИ

— Анатолий Григорьевич, ваше детство пришлось на войну. Каким оно было?

— Я родился в 1939 году на Украине, в поселке Кириковка Сумской области. Когда началась война, я был совсем маленьким, поэтому воспоминания о том времени остались смутные. Моя семья оказалась в селе Верхняя Пожня — в оккупации, которая длилась почти два года. Дом, где мы жили, занял немецкий комендант, но нас не выгнал. Мне, брату и маме пришлось переехать в погреб, но в холодное время года нам разрешали возвращаться в дом. Было тяжело, но мы не жаловались, всем приходилось жить сжав зубы.

После войны мы пережили голод. Помню, мальчишкой ездил за хлебом на поезде за 20 километров. У меня не было денег на билет, поэтому добирался зайцем: прыжок, зацепишься за подножку, летишь за буханкой, и ветер в лицо. Приходилось рисковать, потому что голод мучил. Однажды меня придавили прилавком в очереди, еле-еле удержался, но хлеб взял. Сложные времена закаляли характер.



Служба в армии определила судьбу нашего героя

— Кем вы мечтали стать?

— Мне было трудно определиться, потому что в детстве я не посещал кружки и секции. Рос в селе, занимался домом и хозяйством, учился хорошо. По совету учителя физкультуры, который преподавал также начальную военную подготовку и был фронтовиком, решил поступать в военно-морское училище в Севастополе, но не сдал экзамен по немецкому языку и вернулся домой. Нужно было получить профессию, чтобы зарабатывать деньги, поэтому я приехал в Харьков учиться на токаря, работал на турбинном заводе. Позже меня призвали в армию, на службу в военно-морской флот. Тогда и определилась моя судьба.



КОМПАС МОРЯКА — ЗНАНИЯ И ХАРАКТЕР

РАССКАЗ ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА О НЕПРОСТОЙ И ОПАСНОЙ СЛУЖБЕ МОРЯКА-ПОДВОДНИКА

ПОВЕСТКА В МОРЕ

— С чего началась ваша морская служба?

— Во время службы я оказался в Ленинграде в учебном отряде подводного плавания, где изучал гидроакустику — распространение звука в воде. Мы прослушивали шумы моря и обнаруживали корабли, учились определять скорость движения подлодки, возможные направления движения корабля. После выпуска меня направили на флот. Я стал матросом на подводной лодке М-94.

— Какие чувства вы испытывали, когда впервые оказались на подлодке?

— Я был озадачен. Нужно было выучить много уставов, изучить инструкции, разобраться в устройстве подлодки. Тем более что в моём случае не обошлось без приключений: спустя две недели службы меня направили на заготовку картофеля для бригады подводных лодок. Вместе с товарищами мы работали несколько недель и, вернувшись, узнали, что бригада нашей подлодки ушла в море. К тому моменту корабль прибыл в Латвию. Мы догнали его на автобусе — успели. А ещё через несколько месяцев меня перевели на службу в гарнизон в районе Усть-Двинска.

После нескольких лет такой службы появилось желание ещё подучиться, чтобы глубже постичь «морскую науку». В 1961 году я подал рапорт на поступление в училище. И хотя на подготовку дали только два месяца, я успешно сдал пять экзаменов. Так и стал курсантом Военно-морского училища радиоэлектроники в Петродворце, где учился на факультете радиолокации и гидроакустики.

— На каких подлодках вы служили?

Я начал свою морскую карьеру на подлодке М-94 615-го проекта. Служил на средней

подводной лодке и на корабле К-90. Опыт серьёзный.

— Погружение на глубину — серьёзная нагрузка для организма. Как вы себя чувствовали на службе?

— Нас готовили к погружениям на подлодке ещё в учебном отряде, ведь каждый подводник — лёгкий водолаз. То есть при затоплении корабля каждый из нас должен уметь выйти на поверхность моря. Поэтому мы каждый год сдавали задачи по легководолазной подготовке: выход через торпедный аппарат — без воды и с водой, а также выход через боевую рубку. Ежегодно мы проходили тренировку — имитацию погружения на глубину до 50 метров. При повышении давления я впервые заметил, как сильно меняется голос — он становится тоньше, у некоторых — совсем писклявым.

— Как проходит обычный день на подлодке?

На подлодках типа «Малютка» моряки несут службу по 15 суток, на дизельной — по 45 суток, а на многоцелевых подводных лодках автономный поход длится по два месяца. Находясь



Моряки-подводники на торжественном построении

в море, я четыре часа стоял на вахте, четыре часа после вахты отдыхал и четыре часа занимался отработками и обучением. Кормили нас четыре раза в день. В свободное время читали книги, играли в нарды и даже устраивали конкурсы. Однажды мы выбрали моряка, который отпустил самую длинную бороду. Я тогда не победил, но забава запомнилась. Спортом не всегда удавалось заниматься: всё-таки на подлодке обычно мало места. Иногда всё свободное время уходило на партийные и комсомольские собрания.

— Вы сказали, что даже на службе продолжались обучения. Как оно проходило?

У нас были занятия по специальности. Каждый более углубленно изучал свою профессию, ведь служба на подводной лодке требует серьёзных знаний. Каждый экипаж состоит из нескольких боевых частей и служб. Во главе — командир, БЧ-1 — это штурманская служба, БЧ-2 — это ракетная боевая часть, БЧ-3 — торпедная боевая часть, БЧ-4 — это связисты, БЧ-5 — электромеханики. На подводной лодке есть также радиотехническая, химическая и интендантская службы.

Занятия по специальности предполагали изучение радиотехники, организации службы, изучение уставов. Образовательным процессом занимался старшина команды. У него был учебник с планом урока, вопросы и заданиями. Даже в книге всё было расписано по минутам. Хотя времени на все задачи всё равно не хватало. Лучше бы в сутках было 30 часов, чем 24, — тогда, может, и хватило бы!

ПОБЕДИТЬ ШТОРМ

— Вы долгое время находились в ограниченном пространстве с одними и теми же людьми. Как избегали конфликтов?

— На корабле важно сохранять спокойствие. Из-за усталости иногда сдают нервы: например, я мог в душе эмоционально реагировать на какие-то слова и шутки, но агрессию никогда не демонстрировал. Это на корабле запрещено. Дисциплина в море очень важна.

— Случались ли ЧП во время службы?



Анатолий Григорьевич на выборах Президента России

— Однажды на многоцелевой подводной лодке в соседнем отсеке загорелся электрогенератор. Было очень тяжело дышать, все почувствовали першение в горле, начался страшный кашель. Но важно было не паниковать. Мы оперативно задраили отсек — при пожаре переход из одного отсека в другой запрещается. Возгорание потушили, никто не пострадал, потому что все знали свои обязанности, не паниковали, действовали по инструкции. Но от кашля пришлось долго.

Бывали ситуации, когда проваливались на предельно допустимую глубину. А один раз в Средиземном море на нас чуть не наскочил американский авианосец. После шторма ветер перемешал волну, поэтому распространение звуковых волн в воде было нарушено. Когда авианосец шёл над нами, создавалось ощущение, будто по моей голове кто-то проскользнул, мы даже слышали шум винтов и двигателя этого корабля. Стало жутко, но мы продолжали выполнять свои задачи — и всё обошлось.

ТОЛЬКО СМЕЛЫМ ПОКОРЯЮТСЯ МОРЯ

— Каким людям подходит служба на подводной лодке?

— Физически здоровым и уравновешенным мужчинам. Не каждый человек может погружаться на глубину. Нужно легко переносить перепады давления как эмоционально, так и физически.

— Что вы посоветуете молодым людям, которые планируют связать свою жизнь с морем?

— Хорошо учиться и быть физически подготовленными. На флоте не любят беспомощных и слабохарактерных людей. Нужно быть настойчивым, упрямым, деятельным мужчиной, но уметь подчиняться старшим по званию.

— Какое у вас кредо?

— Одно правило — выполнять свой долг хорошо или даже на «отлично».

МАРИЯ КОМАРОВА
ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ
АНАТОЛИЯ ЗЕЛЕНИНА

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



НАШИ ЗАЩИТНИКИ



Назар Громов — один из тех, кто добровольно встал в ряды защитников страны. После начала специальной военной операции он покинул МВД, чтобы продолжить службу Родине на передовой. В рядах Вооружённых сил Российской Федерации он стал одним из штурмовиков — бойцов, которые идут на противника в авангарде российских войск.

Бойцы штурмовых отрядов работают группами по 5–8 человек — берут позиции противника, проводят разведку, охраняют освобождённые территории. За время службы Назару довелось пережить немало экстремальных ситуаций и увидеть множество страшных сцен. Однако рядом всегда были те, кто готов помочь и поддержать — его товарищи, сослуживцы.

НАС ПРОВОЖАЛИ СО СЛЕЗАМИ НА ГЛАЗАХ

ЛЕНИНГРАДЕЦ СМЕНИЛ ПРИВЫЧНУЮ РАБОТУ В МВД НА СЛУЖБУ В ЗОНЕ СПЕЦОПЕРАЦИИ

— Среди нас были представители различных народов из разных городов, сёл и деревень, но сплочение, которое было между нами, удивляло. Именно там мы все равны. Здесь, в мирное время, может иметь значение, кто ты, какого звания, на какой машине приехал, какая у тебя национальность. А там, в окопе, мы все равны. Конечно, все — люди, которым знаком страх за свою жизнь, но выше этого — задачи, которые нужно выполнять, — говорит Назар.



Рядом со зданием, пострадавшим от обстрела

Сил на поле боя придавали не только товарищи, но и уверенность в своей правоте, в том, что сражаешься за свою страну.

— Когда ты думаешь, что вот минута-две и тебя не станет, в голове начинает пролетать кинолента твоей жизни. А ещё — вопросы: всё ли я успел, всё ли я сделал, правильно ли я поступал в жизни? И ты можешь двинуться дальше со спокойной душой в том случае, когда понимаешь, что находишься на правильном пути. Осознание собственной правоты успокаивает и придаёт сил, я бы даже сказал — грациозности ума и поступков, — уверен боец.

Во время охраны мирных кварталов одного из освобождённых городов с Назаром и его сослуживцами случилась трогательная история. Военные защищали дома группами, познакомились с жителями своих участков, но с соседями практически не виделись.

— Мы защищали каждый дом, но с жильцами соседних домов близко не были знакомы. Когда мы меняли точку дислокации, вообще все мирные жители собирались, чтобы проводить нас со слезами на глазах в надежде,



Назар Громов с сослуживцами-штурмовиками

что мы вернёмся к ним, — вспоминает Назар.

Полчаса на сон, атака, штурм позиций, взрывы снарядов — такой день для нашего героя стал привычным в зоне боевых действий. И даже минута спокойствия теперь кажется подозрительной.

— Именно там я узнал, что означает «день за три». Это здесь мы проснулись, вышли из дома — уже обед, решили какие-то дела, сходили на свидание, в кино, и день как бы прошёл, и всё замечательно. А там день настолько долго

длится из-за напряжения! Проходит неделя-месяц, и тыходишь в этот ритм. Когда очень тихо становится, тебе ещё страшнее, потому что всё кажется подозрительным, — признаётся мужчина.

В завершение нашей беседы Назар оставил пожелания семьям бойцов: сил и терпения. Ведь именно на плечи матерей, отцов, жён и сестёр ложится ноша ожидания своих близких с фронта.

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВЛЕН ФОНДОМ «ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ» ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ БОЙЦА

ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ



Так сейчас выглядят стены подземного ФАПа

Стены фельдшерского пункта обложены брёвнами и утеплителем. Полы и потолки обшиты досками — совсем скоро их покроют линолеумом. Работы под землёй ведутся ударными темпами: завершение обустройства и ввод в эксплуатацию планируются уже через одну-две недели. В начале апреля необычный медицинский объект в прифронтовой зоне должен принять первых пациентов.

Всё это — про знаменитый подземный фельдшерско-акушерский пункт, который строит в зоне специальной военной операции фонд «Ленинградский рубеж» по инициативе губернатора Александра Дрозденко и при поддержке областного

комздрава. Бойцы уже окрестили постройку «подземным госпиталем». Военнослужащие 6-й армии высоко оценили задумку ленинградцев, которая обеспечит наших защитников медицинской помощью высокого уровня без эвакуации в отдалённый тыл.

— Необходимое оборудование уже на месте. Имеются лекарственные средства, расходные материалы и стоматологическая установка. Сейчас происходит монтаж и пусконаладочные работы. В ближайшее время мы уже планируем принимать наших первых бойцов. Мы делаем всё возможное, чтобы помочь нашим героям в зоне СВО, — отметил председатель комздрава Александр Жарков.

«ПОДЗЕМНЫЙ ГОСПИТАЛЬ» ГОТОВИТСЯ К ОТКРЫТИЮ

ФЕЛЬДШЕРСКИЙ ПУНКТ 6-Й АРМИИ В ЗОНЕ СВО НАЧНЁТ РАБОТУ УЖЕ В АПРЕЛЕ

Планируется, что в фельдшерском пункте будут работать врачи из Ленинградской области. Помимо врачебных кабинетов предусмотрена и обустроенная зона ожидания для солдат перед приёмом.

— Сейчас продолжают отделочные работы в помещении, которое будет нашим аналогом дневного стационара. Это место, где военнослужащие смогут находиться, пока их не вызовут к врачу. Мы стремились сделать ФАП комфортным, насколько это возможно в столь специфических условиях. Объект будет оборудован телевизором, холодильником, чайниками, всем необходимым для длительного пребывания, — рассказал директор «Ленинградского рубежа» Виталий Будников.

Таким образом, «подземный госпиталь» сочетает в себе новые технологии, комфорт для врачей и пациентов, но главное — высокий уровень маскировки. Ведь оказывать помощь медики будут в непосредственной близости от зоны боевых действий.

— Могу сказать, что объект получился интересный и надёжный. Все закопано под землёй, получились целые катакомбы общей площадью порядка 500 квадратных метров, — уточнил Виталий Будников.

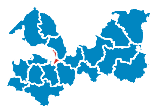
Решён и вопрос с отоплением. Мощности электрогенератора хватит на целую сеть инфракрасных и электрообогревателей. Также предусмотрена «резервная схема» с применением печного отопления — простых и надёжных буржуек на дровах. В этом случае не обошлось без военных хитростей, которые были использованы при прокладке системы дымоотвода. Так, дымоход выходит не прямо на крышу, а идет вдоль земли, чтобы враг не смог обнаружить местоположение медицинского пункта.

На данный момент подземный ФАП готов на 95%. Остаются последние штрихи, связанные с отделочными работами и установкой оборудования. Хотя в «Ленинградском рубеже» не исключают, что в дальнейшем бу-

дут дорабатывать объект — если у медиков или бойцов появятся какие-то пожелания в режиме обратной связи. Боевая смекалка, энтузиазм ленинградских врачей и искреннее желание помочь нашим защитникам — вот главный инструмент создателей уникального медицинского объекта в прифронтовой зоне.

ИЛЬЯ БУНИН
ФОТО: ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ





ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

СОБЫТИЯ

ОБЛАСТНОМУ ПАРЛАМЕНТУ — ТРИДЦАТЬ ЛЕТ!

ЗАКОНОДАТЕЛЬНОЕ СОБРАНИЕ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ОТПРАЗДНОВАЛО ЮБИЛЕЙ

Исторические выборы Заксобрания Ленобласти первого созыва состоялись 20 марта 1994 года. Тогда, 30 лет назад, парламент состоял всего из 25 депутатов: 24 мужчин и одной женщины. Это были представители разных профессий, которым предстояло заложить традиции нового парламентаризма в 47-м регионе.

О том, что изменилось в работе ленинградских депутатов за это время, мы узнали на торжественной церемонии по случаю юбилея областного ЗакСа.

ВСЁ С НУЛЯ

Перед торжественным заседанием в стенах Заксобрания прошла пресс-конференция со спикерами предыдущих созывов — Василием Ивановым, Иваном Хабаровым, Александром Худилайненем, действующим председателем Сергеем Бебениным и депутатом, а также экс-губернатором Ленинградской области Вадимом Густовым.

— Первый созыв начал работу в то время, когда просто не было никакого правового поля. За эти 30 лет у нас появилась новая законодательная база, были сформированы необходимые регламенты для работы парламента Ленобласти. Понятно, что у каждого времени — свои проблемы, но все созывы с ними успешно справлялись, — отметил в своей речи Сергей Бебенин.

В свою очередь, Василий Иванов, спикер первого созыва, вспомнил про сложности, с которыми сталкивались тогда депутаты. По его словам, после событий 1993-го года «народ на выборы не шибко рвался» — доверие нужно было заслужить. Сперва у ЗакСа даже не было единого руководства — на каждом заседании выбирали нового председателя.

— Поначалу парламент финансировался из фонда непредвиденных расходов. Сейчас невозможно даже представить такое отношение к законодательной власти! Всё это мы пережили, переболели. Сегодня

живём и трудимся ради великой России, находя общий язык в самых сложных вопросах, — отметил Василий Иванов.

СОВМЕСТНАЯ РАБОТА

Среди ключевых законов, принятых за три десятилетия, парламентарии назвали областной закон об инвестиционной деятельности. Именно благодаря ему сейчас успешно работают промышленные предприятия региона, включая порт Усть-Луга. Не менее важно решение о бесплатном предоставлении земельных участков отдельным категориям граждан, включая ветеранов спецоперации. Всего же за 30 лет было принято более 3,5 тысяч региональных законов и составлено около 700 инициатив для федерального законодательства.

Сегодня областные депутаты решают многие вопросы сообща с коллегами из парламента Санкт-Петербурга. Существует даже специальная рабочая группа двух Законодательных собраний, первая встреча которой пройдёт в ближайшее время.

— Благодаря этому взаимодействию мы решили ряд вопросов в нашей агломерации. Например, во Всеволожском районе, в Мурино, где есть сложности с транспортным сообщением, мы сейчас создаём общую дорожную развязку. Никто в таких решениях не «тянет одеяло» на себя, ведь цели у нас общие — отметил Сергей Бебенин.

С 2012 года народные избранники регулярно участвуют в Совете законодателей Российской Федерации, в том числе — на встречах с Президентом Владимиром Путиным.



Торжество прошло в тёплой, неформальной атмосфере

— Очень многие инициативы и вопросы берутся «на карандаш» главой государства. Если президент записал, то тут уже не соскочишь, обратной дороги нет. Как результат, многое впоследствии реализуется, — поделился спикер областного парламента.

ДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ

В торжественной церемонии по случаю 30-летия ЗакСа приняли участие губернатор Ленобласти Александр Дрозденко, сенатор Сергей Перминов, председатель Леноблизбиркома Михаил Лебединский

— Быть депутатом — очень сложная работа. Она требует не только высокого уровня компетенций, но и умения работать в команде. И, конечно же, важно понимать проблемы, болевые точки региона, насущные вопросы наших жителей, — обратился к Заксобранию Александр Дрозденко. — Я благодарю всех вас за неравнодушное отношение к своему служению.

Несмотря на разные политические взгляды, вы можете объединиться, чтобы принять самые важные и необходимые законы. Тем более, что процесс этот многотруден: мы можем с вами дискутировать, горячиться, ломать копыя, спорить, но нас должно объединять стремление сделать жизнь каждого конкретного ленинградца лучше.

Глава региона напомнил собравшимся, что наш парламент считается одним из самых эффективных в стране. Не зря многие инициативы Ленобласти президент России Владимир Путин и вовсе рекомендовал перенять другим регионам. В частности, комплекс мер поддержки участников СВО и их семей.

В завершение церемонии отличившимся депутатам региона вручили награды. После чего народные избранники вернулись к исполнению своих обязанностей — на благо региона и всей страны.

КСЕНИЯ БОНДАРЕНКО
ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА
ПРАВИТЕЛЬСТВА ЛО



Александр Дрозденко вручил награды парламентариям

ОБРАЗОВАНИЕ

ЗНАНИЯ СПАСУТ ЖИЗНЬ

В преддверии весенних каникул в Ленинградской области прошла акция для школьников «Знания спасут жизнь». Её организовал комитет по транспорту Ленинградской области совместно с Национальной транспортной ассоциацией России. Акция прошла в рамках федерального проекта «Детский спорт» от партии «Единая Россия».

Ученикам 4-го класса МБОУ Гатчинская СОШ № 7 рассказали, как правильно выходить из автобуса, а также, почему после высадки нельзя обходить его ни спереди, ни сзади. Для детей провели увлекательную лекцию о том, как вести себя на остановке и на дороге.

О важных вопросах безопасности детям рассказали Председатель Комитета Ленинградской области по транспорту Михаил

ЛЕНИНГРАДСКИМ ШКОЛЬНИКАМ РАССКАЗАЛИ О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГЕ И В АВТОБУСЕ

Присяжнюк, директор по организации перевозок НТА Роман Юренин, а также региональный Координатор федерального партийного проекта «Детский спорт», помощник Губернатора Ленинградской области Вячеслав Комаров.

— Дети часто не осознают опасности, которая может возникнуть на дороге, поэтому важно учить их правильному поведению на улице и в транспорте. Они должны знать, как вести себя в автобусе, как в него заходить и выходить на улицу, как использовать ремень безопасности. Надо помнить, что безопасность детей должна быть приоритетом для каждого взрослого, — подчеркнул глава

Комтранса 47-го региона Михаил Присяжнюк.

На мероприятии были рассмотрены не только общеизвестные правила, такие как переход дороги на красный свет, но и более сложные аспекты, например, слепые зоны вокруг транспортных средств, правильное обхождение автобусов и то, как быстро водители могут заметить пешеходов. Эти моменты не всегда понятны даже взрослым.

Необходимость таких мер подчеркивается цифрами: в 2023 году на территории Ленинградской области произошло 15 тысяч аварий с участием детей. Из них 40% случаев — это аварии, где пострадали пешеходы.



После теоретической части в классе ребят ждал сюрприз во дворе школы — новый автобус российского производства. Это одна из тех машин, которая вышла на областные маршруты в рамках транспортной реформы. Каждый ученик смог примерить на себя роль водителя и по-

сидеть за рулём современного автобуса. Также всем ученикам подарили настольные игры с вопросами по безопасности дорожного движения.

ИЛЬЯ БУНИН
ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА
КОМИТЕТА ЛЕНИНГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ ПО ТРАНСПОРТУ

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



РЕПОРТАЖ

В России стартовал фестиваль классической музыки «Гений места». В рамках проекта ведущие музыкальные театры страны выступают в родных городах великих русских композиторов. Открытие фестиваля состоялось в Тихвине — на родине Николая Андреевича Римского-Корсакова. Старинный город посетили артисты Большого и Мариинского театров под руководством маэстро Валерия Гергиева.

МУЗЫКА РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА

Всего 12 лет прожил в Тихвине Николай Андреевич Римский-Корсаков, однако это были первые годы его жизни — то время, когда закладываются вкусы и взгляды человека, его будущий характер и увлечения. Здесь, в родовой усадьбе на берегу реки Тихвинки, гения с детства окружала красота северо-западной природы, православные святыни, народные сказки и затейливый русский фольклор. В дальнейшем всё это найдёт отражение в творчестве нашего великого земляка.

Исследователи отмечают: тихвинские мотивы можно встретить в таких произведениях, как оперы «Снегурочка», «Псковитянка», «Царская невеста», увертюры «Светлый праздник». Отдельное место в творчестве гения занимают колокольные звоны. Дом семьи композитора располагался напротив Тихвинского монастыря, известного своей звонницей, возведённой ещё в 17 веке. Перезвон 22-х колоколов лился с её стен днём и вечером, увлекая и чаруя юного музыканта. Прошло время — и уже весь мир услышал этот перезвон в увертюре «Светлый праздник», объединившей в себе торжественные картины пасхальной службы и языческое веселье народных гуляний.

Связана с жизнью композитора и ещё одна ленинградская святыня — Тихвинский Введенский монастырь. Здесь крестили маленького Нику, и здесь же он наверняка услышал историю тихвинской монахини Дарьи. Той самой, что до пострига звалась Анной Колтовской и была четвёртой женой царя Ивана Грозного. Считается, что именно судьба этой женщины, проведшей в монастыре 50 лет, а также тайны местного Царицына озера вдохновили композитора на создание оперы «Царская невеста».



ДВА ТЕАТРА НА ОДНОЙ СЦЕНЕ

АРТИСТЫ БОЛЬШОГО И МАРИИНСКОГО ТЕАТРОВ ВЫСТУПИЛИ В ТИХВИНЕ — НА РОДИНЕ Н. А. РИМСКОГО-КОРСАКОВА

НА СЦЕНЕ — МАЭСТРО!

Именно с исполнения «Царской невесты» на сцене тихвинского Дворца культуры стартовал фестиваль «Гений места». Это девятая опера композитора и третьё обращение к исторической драматургии Льва Мея. На сцене выступили солисты оперы Мариинского и Большого театров, хор и Объединённый симфонический оркестр Мариинского и Большого театров под управлением маэстро Валерия Гергиева.

— Мне кажется, что это лишь малая часть нашей святой обязанности — сделать что-то для Тихвина, родины композитора. Хотя бы потому, что ваш великий земляк так обогатил музыкально-театральную историю! — заявил со сцены народный артист России, генеральный директор Большого театра, художественный руководитель Мариинского театра Валерий Гергиев.

Высокое значение фестиваля для культурной жизни 47-го региона и всей страны отметил губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко.

— Мы гордимся, что именно в Тихвине даём старт Всероссийскому фестивалю «Гений места», который будет проходить на родине пяти известных российских композиторов: Римского-Корса-

кова, Чайковского, Глинки, Мусоргского и Стравинского. И это всё при участии двух театров, Большого и Мариинского, и президентского фонда поддержки социальных инициатив. Уникальная возможность прикоснуться к их творчеству, к их гению, к тому, что они сотворили именно благодаря силе, которой их подпитывала малая родина, — сказал Александр Юрьевич.

В преддверии представления губернатор также вручил Валерию Гергиеву знак отличия «За вклад в развитие Ленинградской области».

— Огромное спасибо, что сегодня с огромным упорством продвигаете нашу великую российскую культуру, — улыбнулся глава региона, вручая маэстро награду.

СОХРАНИТЬ НАСЛЕДИЕ ГЕНИЯ

Для самого Тихвина и местных жителей фестиваль «Гений места» стал, без преувеличения, историческим событием. Никогда раньше на сцене местного ДК не выступали ведущие артисты двух главных театров страны. Неудивительно, что билеты на «Царскую невесту» разлетелись за несколько часов после начала продаж.

— Такие мероприятия формируют вкус народа. Посмотрите: сегодня на сцене звучит опера, а у нас заполнен целый зал. Весь город пришёл на встречу с высокой культурой, — поделилась с нами Татьяна, преподавательница музыкальной литературы детской школы искусств им. Н. А. Римского-Корсакова. — Это огромный подарок для тихвинцев. Наши горожане активно следят за афишами, интересуются предстоящими событиями, учатся понимать сложную симфоническую музыку. В музыкальной школе я тоже активно советую детям посещать подобные фестивали. И новое поколение ребят — пианисты, народники — с удовольствием ходят на эти концерты.

ча Римского-Корсакова, — рассказала нам местная жительница Любовь Чикалова. — Ну а приезд Мариинского и Большого театров — это настоящее чудо! Лично я восхищена увиденным.

Стоит отметить, что это зрелище оказалось доступным по цене для жителей провинции. Никаких «золотых» столичных цен, несмотря на громкие имена в афише. Часть зрителей попала в зал по льготным билетам, полученным по линии социальной защиты или же местного Совета ветеранов.

— Мне очень повезло, нас поощрили от Тихвинского вагоностроительного завода и наградили билетами как лучших сотрудников. Мы прямо с работы поехали на концерт, — улыбается Светлана Воронина.

ВЕЧНЫЕ ЦЕННОСТИ

Выступление артистов из Москвы и Санкт-Петербурга продолжалось более двух часов. Публика слушала их максимально внимательно — никто не покинул зрительный зал до финальных аккордов оркестра. Взрослые и дети, рабочие и работники культуры — на несколько часов их всех объединила вечная музыка Николая Римского-Корсакова. А уже после концерта тихвинцы активно делились впечатлениями от услышанного — в личных разговорах и в социальных сетях.

— Кто-то пытается нашу культуру отменить, но великую музыку не отменишь и не запретишь, великие строчки поэзии и прозы не перечеркнёшь и даже не сожжёшь, и те, кто пытается это сделать — бегут в обратную сторону. Поверьте, что большинство нормальных людей на планете Земля любил и будет любить российских классиков и даже российских современников. Это великое искусство, а искусство бессмертно, — подвёл итог губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко.

Встреча россиян с вечным искусством продолжится уже в других городах. Фестиваль «Гений места» продолжит концерты на родине Модеста Мусоргского во Пскове, Петра Чайковского в Воткинске, Михаила Глинки в Смоленске и Игоря Стравинского в Ораниенбауме. Ну а афиша Тихвина и дальше будет наполнена тематическими событиями в год 180-летия со дня рождения Николая Римского-Корсакова.

АЛЕКСАНДРА РОДИОНОВА
ФОТО: ПРАВИТЕЛЬСТВО
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



Валерий Гергиев и Александр Дрозденко

В Тихвине вообще трепетно относятся к наследию великого композитора. В разговоре с нами тихвинцы отмечали высокий уровень работы местного Дома-музея Римского-Корсакова, местного Дворца культуры и музыкальной школы. Ведь не только столичные артисты, но и местные работники культуры вносят неоценимый вклад в популяризацию классической музыки и русского искусства.

— Ещё до фестиваля «Гений места» у нас проходил прекрасный конкурс «Тихвинский Лель», посвящённый детскому художественному творчеству. Его зрители также открывали для себя оперу и духовную музыку, связанную с наследием Николая Андрееви-



Музыкантам организовали экскурсию по старинному городу



ДЮСШ

19 марта воспитанницы ДЮСШ принимали участие в конкурсе хореографических коллективов «Ритмы весны» в рамках 28-го городского открытого фестиваля детского и юношеского творчества «Сосновоборская мозаика-2024».

20 марта прошел последний день Мемориала А. И. Кобозева по шахматам среди обучающихся ДЮСШ 2009 года рождения и моложе.

Среди учебно-тренировочных групп первого, второго, третьего годов обучения (обучающиеся 2009 года рождения и моложе):

Мальчики

1 место — Мельничук Мирослав; 2 место — Ксензов Матвей; 3 место — Смехов Александр.

Девочки

1 место — Серова Кира; 2 место — Рубанова Анастасия; 3 место — Лисичкина Анастасия.

Результаты по возрастам:

Мальчики 2009–2011 года рождения:

1 место — Смехов Александр; 2 место — Семёнов Иван; 3 место — Дозоров Ярослав.

Мальчики 2012–2013 года рождения

1 место — Ксензов Матвей; 2 место — Гайдуков Дмитрий; 3 место — Козлов Дмитрий.

Мальчики 2014–2015 года рождения

1 место — Мельничук Мирослав; 2 место — Гурьев Павел; 3 место — Пелин Константин.

Мальчики 2016 года рождения

1 место — Гаврилуца Владимир; 2 место — Вовк Даниил.

Девочки 2010–2011 года рождения

1 место — Серова Кира; 2 место — Рубанова Анастасия; 3 место — Ахмедова Амина.

Девочки 2013–2015 года рождения

1 место — Лисичкина Анастасия; 2 место — Павлова Анна; 3 место — Третьяк Екатерина.

Среди групп начальной подготовки второго года обучения (обучающиеся 2011 года рождения и моложе):

Мальчики

1 место — Толкач Олег; 2 место — Буравлев Михаил; 3 место — Кипрушов Георгий, Матвеев Валерий.

Девочки

1 место — Гинзбург Ева; 2 место — Сафина Милада; 3 место — Синдецкая Евгения, Малькова Вероника.

Результаты по возрастам:

Мальчики 2011–2013 года рождения

1 место — Толкач Олег; 2 место — Матвеев Валерий; 3 место — Анисимов Илья.

Мальчики 2014–2015 года рождения

1 место — Буравлев Михаил; 2 место — Смирнов Николай; 3 место — Варламов Макар.

Мальчики 2016–2017 года рождения

1 место — Кипрушов Георгий; 2 место — Гонтаренко Егор; 3 место — Леднев Иван, Круглов Марк.

Среди групп начальной подготовки первого года обучения (обучающиеся 2012 года рождения и моложе)



Мальчики 2012–2013 года рождения

1 место — Борисов Алексей, Алиев Дени; 2 место — Змеев Алексей; 3 место — Коваленко Илья.

Мальчики 2014–2016 года рождения

1 место — Гонтаренко Егор; 2 место — Агафонов Григорий; 3 место — Мазманян Артур.

Мальчики 2017–2018 года рождения

1 место — Хатин Даниил; 2 место — Акопов Андрей; 3 место — Киришин Фёдор.

Девочки 2015–2018 года рождения

1 место — Локтева Софья; 2 место — Храпова Екатерина; 3 место — Антипова Алёна.

(Тренеры: Жданович Г.Г., Соколова Н.В., Четверова Е.Л., Коваленко А.Д.)

21 марта провели соревнования муниципального этапа по программе «Веселые старты» среди команд третьих классов в рамках 30-й городской спартакиады школьников.

1 место — команда СОШ № 9 имени В. И. Некрасова, 2 место — команда СОШ № 6, 3 место поделили команды СОШ № 3 и гимназии № 5.

С 21 по 23 марта воспитанники ДЮСШ принимали участие в финале областного турнира по шахматам (мальчики, девочки до 11 лет) в г. Тосно.

Мельничук Мирослав занял 1 место.

(Тренеры: Жданович Г.Г., Соколова Н.В., Четверова Е.Л.)

БАСКЕТБОЛ

Сосновоборские баскетболисты — чемпионы СЗФО!

Впереди Супер финал в Саратове, который пройдет с 13 по 20 апреля, где парни будут играть с более сильным соперником.

Сосновый Бор на первенстве Школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ» представляла команда юношей МБОУ СОШ № 9 имени В. И. Некрасова

Тренер: Шведов А. В.



СЕМИНАР ПО КАРАТЭ

В Санкт-Петербурге впервые прошел двухдневный семинар Хитоши Касуя, обладателя 9-го дана всемирной федерации шотокан каратэ World Shotokan Karate Federation, 7-кратного чемпиона мира, шеф-инструктора WSKF.

В этом мероприятии приняли участие инструкторы и спортсмены из Москвы, Ярославля, Санкт-Петербурга, а также представители Соснового Бора.

На семинаре основное внимание было уделено качеству выполнения упражнений, а также ударным и бросковым техникам, которые могут быть эффективны не только на спортивной арене, но в жизни. Также большое внимание было уделено технике перемещений в сторону и вращений, позволяющей лучше ощутить баланс.



Общение с легендарным мастером традиционного каратэ, ведущим свои корни из древнего рода японских воинов-самураев, — это возможность прикоснуться к истокам и проникнуть с помощью мастера в тайны старейшего из стилей каратэ.

Сергей ТИП

ВОЛЕЙБОЛ

Состоялись соревнования по волейболу среди женских команд в рамках проекта «Территория здоровья».

Один из популярнейших видов спорта в Сосновом Бору — волейбол. Занятия им для себя выбирают дети и взрослые, мужчины и женщины. И достигают в этом виде спорта больших успехов.

7 марта состоялись соревнования по волейболу среди женских команд г. Сосновый Бор, посвященные Международному Женскому Дню.

Четыре женские команды участвовали в турнире, который прошел в «Малахите». Места распределились следующим образом:

- 1 место — команда «Сосновый Бор-2»
- 2 место — команда «Сосновый Бор-1»
- 3 место — команда «Импульс»
- 4 место — команда «ЦМСЧ»





БИАТЛОН

22 марта в Токсово состоялись региональные соревнования по биатлону. Сообщаем их итоги.

1-й день СПРИНТ:

2 место — Соловьев Влад, Матиешина Виктория, Альхова Анна,

3 место — Ефремова Оксана, Баскова Александра,

2-й день МАСС-СТАРТ:

2 место — Чурдалева Варвара,

3 место — Ефремова Оксана.

(Масс-старт в биатлоне — это один из видов индивидуальной гонки, в которой стартуют все участники одновременно.)

Неделей раньше там же, участвуя в масс-старте, Нога Василий занял 1 место на дистанции 10км.

Лыжников тренируют Парфенов Ю. В., Попов В. С., Бахшиев Д. В..

МАЛАХИТ



ДЗЮДО

22–23 марта прошло первенство СЗФО по дзюдо, в котором соревновались участники до 15 лет.

Среди победителей — Севьян Диана.

В шаге от пьедестала остались Михайлов Дима и Мартемьянов Вова, показав достойную борьбу.

Тренер Фролов А. А.

БОКС

24 марта в Петергофе проводился турнир по боксу, в котором приняли участие спортсмены из Санкт-Петербурга, Ленинградской и Новгородской областей.

Боксёры из нашего города СШ «Малахит» также приняли в нём участие и показали хорошие результаты.

Первое место и золотые медали завоевали: Гришуков Иван, Яковлев Владимир, Рабчук Иван, Абрамов Даниил, Федосеев Арсений, Рамазанов Юсуф, Молчанов Евгений, Любаев Богдан.

Особенно впечатлили участников и зрителей три боя подряд с нашими спортсменами с победами в виду явного преимущества!



МЕТАНИЯ

В прошлые выходные дни в Санкт-Петербурге на стадионе «Приморец», прошёл Чемпионат и первенство Санкт-Петербурга по длинным метаниям среди мужчин, женщин, юниоров возрастов до 23 лет, до 20 лет, юношей возрастов до 18 лет, до 16 лет.

От нашего города выступала команда из пяти спортсменов метателей.

В возрастной категории юниоров до 23 лет, в метании молота, вес снаряда 7.267 гр. уверенную победу одержал Григорий Медведев, показав лучший результат на 39 м 25 см.

Среди юношей возраста до 18 лет в метании молота, вес снаряда 5 кг, успешно дебютировал, оставив позади пятерых спортсменщиков, Мощенских Владимир, в финале показал лучший результат 34 м.61 см. и занял первое место.

Среди юношей до 16 лет, в метании молота, вес снаряда 4 кг., Тропарев Олег занял 5 место с личным рекордом 30 м 55 см., 6 место занял Романов Александр 17 м 60 см., 7 место занял Баранкевич Павел 17 м 15 см.

Так же наши юные спортсмены соревновались в метании и диска. Тропарев Олег стал финалистом и занял 8 место, до 16 лет. Мощенских Владимир 9 место, Романов Александр 12 место в финал не попали.

Все спортсмены тренируются у тренера по месту жительства Медведева В. А.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

До 29 марта идет подача заявок на участие во всероссийской профессиональной премии в области спортивного бизнеса и управления, отмечающая лучшие проекты, объекты и менеджеров по итогам 2023 года.

27 номинаций для участия, в числе которых лучший спортивный объект, событие года, спортивно-массовое мероприятие года.

При желании подать заявку от нашего города просим вас сообщить в отдел по физической культуре и спорту glavsportSGO@yandex.ru.



ГОНКИ, СПРИНТ, МАСС-СТАРТ

В Сыктывкаре прошли Всероссийские соревнования по зимним видам спорта «Игры спортсменов-любителей». Они же шли в зачёт Кубка России.

86 спортсменов из 16 регионов России разыграли медали в биатлоне. Участники состязались в индивидуальных гонках, спринте и масс-старте. Поздравляем Сосновоборских спортсменов, показавших высокий результат:

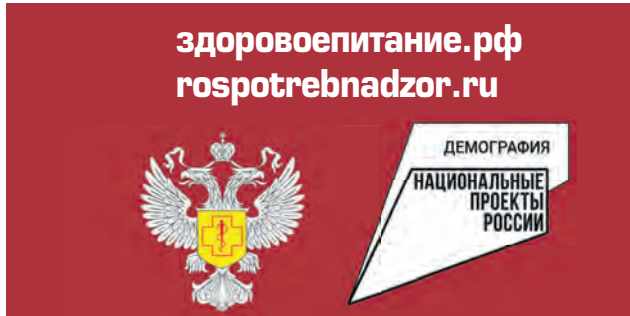
Драздов Алексей — 1 место в индивидуальной гонке, спринте и масс-старте.

Иванова Анна — 3 место в индивидуальной гонке, 2 место в спринте и масс-старте.

Сосновоборцы Драздов Алексей, Иванова Анна, Петухов Вадим, Пехов Николай, Апакин Алексей, в составе команды Санкт-Петербург, завоевали Кубок России в командном зачёте — 1 место, и в зачёте Игр спортсменов-любителей завоевали общекомандное 2 место.

В личном зачёте 1 место в Кубке России у Драздова Алексея, 3 место у Ивановой Анны.

ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЗДОРОВЫЙ!



здоровоепитание.рф
rosпотреbnadzor.ru

Сегодня всё сложнее становится отличить достоверную информацию в области ЗОЖ и здорового питания от недостоверной. Интернет-пространство перенасыщено непроверенной информацией. В этом плане надёжным источником по здоровому питанию является сайт национального проекта *здоровоепитание.рф*.

Проект «Здоровое питание» реализует Роспотребнадзор в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». Обеспечение населения безопасными и качественными продуктами — важнейшее направление государственной политики Российской Федерации и деятельности Роспотребнадзора.

На сайте *здоровоепитание.рф* представлена информация о последних научных достижениях о питании, даны рекомендации, подготовленные на основе научно-обоснованных данных и масштабных всероссийских исследований.

Благодаря им пища лучше усваивается, а обмен веществ становится сбалансированным.

Совет 5. Весной пейте как можно больше морсов, компотов, приготовленных из замороженных ягод и фруктов, зеленый чай. Ограничьте потребление кофе и алкогольных напитков.

Совет 6. Помните, что витаминами нельзя запастись впрок. Они должны поступать в организм ежедневно.

Начинать подготовку к весне лучше с конца зимы. Две-три недели следует принимать рыбий жир. Он выпускается как в натуральном виде, так и с различными минеральными добавками. Вы можете выбрать тот, в который входят элементы, реже попадающие в ваш рацион питания.

В течение следующего месяца — а им станет конец марта-апрель — пора перейти на поливитамины. Аллергикам лучше принимать витамины и микроэлементы порознь. И, конечно, всегда нужно сначала посоветоваться с врачом.

ВАЖНО ЗНАТЬ!

Категорически не следует принимать витамины в больших дозировках, чем рекомендовано в аннотации. Дозы можно увеличить только по рекомендации врача в послеоперационном периоде или после тяжелых заболеваний. Гипервитаминоз бывает страшнее, чем авитаминоз, и приводит к нарушению минерального обмена. Он начинается с тошноты, головокружения, рвоты и приводит к тяжелым последствиям.

Самые важные микроэлементы:

- Кальций — присутствует в молочных продуктах, инжире и других сухофруктах.
- Железо — содержится в мясе, фасоли, гречке, печени, яичном желтке, сухофруктах и шоколаде.
- Йод — поступает из йодированной соли и морепродуктов.
- Магнием богаты бананы, продукты из муки грубого помола, картофель, какао и мясо птицы.
- Цинк — содержится в рыбе, хурме, сыре, говядине и свинине.

Ранней весной важно скорректировать свое питание. Пробуждение природы застает нас в период гиповитаминоза. Это сказывается на общем самочувствии и на состоянии кожи, волос, ногтей. Сбалансированным питанием можно помочь себе — ведь здоровье и красота начинаются с желудка.

Для этого необходимо внимательно следить за поступлением в организм основных витаминов и минеральных веществ. Весенняя диета довольно гибкая и вполне соответствует любым вкусам. Основное правило — продукты следует подбирать таким образом, чтобы в организм попадали все группы витаминов.

Совет 1. Важно помнить, что весной организм испытывает серьезный гиповитаминозный стресс, поэтому не следует увлекаться диетами — весеннее питание должно быть разнообразным и сбалансированным.

Совет 2. Бытует мнение, что в весенних фруктах и овощах мало витаминов. Это справедливо лишь отчасти. В них, конечно, витамины сохраняются, хотя уже в меньшем количестве. К тому же все фрукты и овощи весной по-прежнему богаты клетчаткой, которая помогает выводить из организма токсины. Фрукты и овощи должны входить в ежедневный рацион.

Совет 3. Необходимо учитывать совместимость продуктов по времени

ГЛАВНЫЕ ПРАВИЛА ПИТАНИЯ ВЕСНОЙ ЧТО УЧИТЫВАТЬ, ПЛАНИРУЯ СВОЙ РАЦИОН.



усвоения. Так, овощной салат лучше сочетать с мясом.

Совет 4. Весной не стоит придерживаться вегетарианства. Не реже трех-четырех раз в неделю организму необходимы мясо и про-

дукты животного происхождения. Наряду с полноценными белками они содержат жиры и так называемые экстрактивные вещества, которые служат сильными возбудителями отделения пищеварительных соков.

РАСТИТЕЛЬНОЕ МОЛОКО: ПОЛЕЗНО ИЛИ НЕТ?



Отвечает Маргарита Провоторова, ведущий эксперт Центра молекулярной диагностики CMD ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора.

С каждым годом поклонников растительного молока становится все больше. Причины тут самые разные. Это может быть временный отказ от употребления животных продуктов, например, в период религиозных постов. Кто-то вынужден отказаться от употребления молочных продуктов из-за лактазной недостаточности или аллергии на белки молока. Или человек выбирает тип питания, в котором нет места никаким животным продуктам по этическим соображениям. Во всех этих случаях растительное молоко помогает разнообразить рацион различными микроэлементами и вкусами.

Впрочем, справедливости ради, называть растительные напитки молоком не совсем корректно. Все же разница по химическому составу между животным молоком и растительным напитком очень большая. В таком молоке содержится больше углеводов и жиров, а вот количество белка — ниже.

Растительный напиток — это выжимка из орехов, злаков или семян с водой, которую при промышленном производстве могут дополнять солью, сахаром, растительными маслами и ароматными добавками, например ванилью или корицей.

Самые распространенные растительные напитки или, как принято сейчас говорить, «молоко» — овсяное,

рисовое, миндальное, кокосовое, соевое, из фундука, кешью, кунжута и кедровых орехов.

В растительных напитках процент жирности, как правило, значительно ниже, чем в натуральном молоке. За исключением, пожалуй, кокосового. У некоторых производителей его жирность может достигать 18–19 г на 100 г напитка. Такой напиток отлично заменит сливки в кофе. Но лучше следить за количеством выпитого и обращать внимание на общее количество жиров, которые вы потребляете в течение дня.

Растительные напитки — оптимальный выбор для пациентов с непереносимостью лактозы и аллергией на животное молоко. Но, прежде чем выбрать растительный напиток в магазине, внимательно изучите этикетку с описанием состава.

Будет прекрасно, если напиток дополнительно обогащен кальцием, витамином В12 и витамином D. При строгом веганском рационе может наблюдаться дефицит этих витаминов. И если полностью исключить из рациона животное молоко, нужно обязательно добавить в него зеленые листовые овощи, бобовые, миндаль и семена кунжута. Они отличный источник кальция.

Полезно знать, что молоко из орехов, таких как миндаль, кешью,

грецкий орех и фундук, более богато белком, чем напиток из овса или риса.

Выбирайте напитки, в которых отсутствует добавленный сахар. Кстати, фруктоза, мед, финиковый и кленовый сироп, кокосовый сахар, мальтодекстрин тоже относятся к этой категории. Поэтому злоупотреблять такими напитками не стоит. В рекомендации ВОЗ сказано, что нужно ограничить долю сахаров до 5% от всего рациона. Есть также рекомендация насчет полного исключения добавленного сахара в рационе детей до 2 лет.

Если в растительные напитки добавлена соль, выбирайте те, где она йодированная. Россия — территория с природным дефицитом йода. И использование соли с повышенным содержанием этого микроэлемента — оптимальная и доступная профилактика йододефицита.

Кстати, приготовить растительное молоко можно и в домашних условиях. Нужно замочить желаемые ингредиенты, измельчить их в блендере, а потом профильтровать. Сразу добавлять мед, соль или ваниль не стоит. Попробуйте сначала «натуральный» вкус, без добавок. Возможно, вам понравится. И, конечно, тем, у кого аллергия на орехи, растительное молоко из этих продуктов не подходит.

ЛЕНТВ 24

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

1 АПРЕЛЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:15, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Парфюмерша» Сериал. Мелодрама. Россия. 2013 г. (16+)

11:15 «В поисках Хазанова» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

12:05, 13.15 «Бумеранг из прошлого» Сериал. Семейная сага. Россия. 2009 г. (16+)

14:10 «Наш, только наш» Док. фильм. Россия. 2022 г. (6+)

15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

16:00 Прямая линия с Губернатором Ленинградской области (6+)

17:30 «Ар-хи-ме-ды!» Мюзикл. СССР. 1975 г. (16+)

19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)

19:30, 05:05 «Заступники» Сериал. Драма. Россия. 2019 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Информ. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Ну, здравствуй, Оксана Соколова!» Комедия. Россия. 2018 г. (16+)

23:40 «Разлом времени» Детектив. США. 2017 г. (16+)

01:10 «Волшебная сила кино» Док. фильм. Россия. 2018 г. (12+)

02:40 «Индюки: Назад в будущее» Мультфильм. США, Канада. 2013 г. (0+)

04:10 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

04:35 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

2 АПРЕЛЯ, ВТОРНИК

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Парфюмерша» Сериал. Мелодрама. Россия. 2013 г. (16+)

11:15 «Предвидение космоса» (Цикл «Патриот») Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)

12:05, 13.15 «Бумеранг из прошлого» Сериал. Семейная сага. Россия. 2009 г. (16+)

14:10 «Волшебная сила кино» Док. фильм. Россия. 2018 г. (12+)

15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Национальный парк Югд ва» Док.

цикл. Россия. 2016–22 гг. (12+)

15:55 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

16:25 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

17:15 «Жестокий Стамбул» Сериал. Драма. Турция. 2019–2020 гг. (16+)

19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)

19:30, 05:05 «Заступники» Сериал. Драма. Россия. 2019 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Информ. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Два билета в Венецию» Мелодрама. Россия. 2011 г. (16+)

23:40 «Девятка» Боевик. США. 2020 г. (16+)

01:10 «Пётр Великий. История с французским акцентом» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

02:40 «Ну, здравствуй, Оксана Соколова!» Комедия. Россия. 2018 г. (16+)

04:20 «Национальный парк Югд ва» Док. цикл. Россия. 2016–22 гг. (12+)

04:35 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

3 АПРЕЛЯ, СРЕДА

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Парфюмерша» Сериал. Мелодрама. Россия. 2013 г. (16+)

11:15 «Предвидение космоса» (Цикл «Патриот») Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)

12:05, 13.15 «Бумеранг из прошлого» Сериал. Семейная сага. Россия. 2009 г. (16+)

14:10 «Пётр Великий. История с французским акцентом» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Национальный парк Югд ва» Док. цикл. Россия. 2016–22 гг. (12+)

16:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

16:30 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

17:15 «Жестокий Стамбул» Сериал. Драма. Турция. 2019–2020 гг. (16+)

19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)

19:30, 05:05 «Заступники» Сериал. Драма. Россия. 2019 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты»

Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Ищу попутчика» Лирическая комедия. Россия. 2014 г. (16+)

23:40 «Ну, здравствуй, Оксана Соколова!» Комедия. Россия. 2018 г. (16+)

01:15 «В поисках Хазанова» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

02:40 «Разлом времени» Детектив. США. 2017 г. (16+)

04:05 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

04:35 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

4 АПРЕЛЯ, ЧЕТВЕРГ

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Парфюмерша» Сериал. Мелодрама. Россия. 2013 г. (16+)

11:15 «Предвидение космоса» (Цикл «Патриот») Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)

12:00, 13.15 «Как выйти замуж за миллионера 2» Сериал. Комедия. Россия. 2013 г. (16+)

14:10 «Наш «Мир» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Национальный парк Югд ва» Док. цикл. Россия. 2016–22 гг. (12+)

16:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

16:30 «Война и политика» Аналитическая программа (16+)

17:15 «Жестокий Стамбул» Сериал. Драма. Турция. 2019–2020 гг. (16+)

19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)

19:30, 05:05 «Заступники» Сериал. Драма. Россия. 2019 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Информ. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Девятка» Боевик. США. 2020 г. (16+)

23:40 «Побег из брака» Драма. Нидерланды. 2020 г. (16+)

01:20 «Спутник жизни» Док. фильм. Россия. 2017 г. (12+)

02:40 Концерт памяти Анна Герман — «Эхо любви» 1 часть Россия. 2005 г. (16+)

04:20 «Щен из созвездия Гончих Псов» Детский фильм. СССР. 1991 г. (12+)

05:30 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Ищу попутчика» Лирическая комедия. Россия. 2014 г. (16+)

11:15 «Предвидение космоса» (Цикл «Патриот») Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)

12:00, 13.15 «Как выйти замуж за миллионера 2» Сериал. Комедия. Россия. 2013 г. (16+)

14:10 «Спутник жизни» Док. фильм. Россия. 2017 г. (12+)

15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Национальный парк Югд ва» Док. цикл. Россия. 2016–22 гг. (12+)

16:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

16:30 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

17:15 «Жестокий Стамбул» Сериал. Драма. Турция. 2019–2020 гг. (16+)

19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)

19:30 «Война и мир Александра I. Ура! Мы в Париже!» Док. фильм. Россия. 2014 г. (12+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Информ. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Девятка» Боевик. США. 2020 г. (16+)

23:40 «Побег из брака» Драма. Нидерланды. 2020 г. (16+)

01:20 «Спутник жизни» Док. фильм. Россия. 2017 г. (12+)

02:40 Концерт памяти Анна Герман — «Эхо любви» 1 часть Россия. 2005 г. (16+)

04:20 «Щен из созвездия Гончих Псов» Детский фильм. СССР. 1991 г. (12+)

05:30 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

6 АПРЕЛЯ, СУББОТА

06:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

06:30 «Настоящая история» Док. цикл. Россия. 2015–16 гг. (12+)

07:00, 08:00 «ЛентВ24 Акценты» Информ. программа. (12+)

07:40, 08:40 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Информ. программа. (6+)

09:00 «Что у Сеньки было» Приключения. СССР. 1984 г. (0+)

10:30, 15:15 «Король Гриля» Кулинарная программа. Россия. 2022 г. (12+)

11:00, 15:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

11:15 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

11:45, 22:45 «Анна и Командор» Мелодрама. СССР. 1974 г. (16+)

13:10 «Половинка меня» Драма. Финляндия. 2020 г. (16+)

15:40, 01:10 «Капкан для звезды» Мини-сериал. Криминальный фильм. Россия. 2015 г. (16+)

19:15, 04:20 «25-й час» Сериал. Драма. Россия. 2017 г. (16+)

21:00 «Побег из брака» Драма. Нидерланды. 2020 г. (16+)

00:10 «Война и мир Александра I. Ура! Мы в Париже!» Док. фильм. Россия. 2014 г. (12+)

7 АПРЕЛЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

06:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

06:30 «Что у Сеньки было» Приключения. СССР. 1984 г. (0+)

07:45 «Хрустальное небо вчерашнего дня» Мультфильм. Китай. 2018 г. (12+)

09:10 «Щен из созвездия Гончих Псов» Детский фильм. СССР. 1991 г. (12+)

10:20 «Валерий Гаркалин. Жизнь после смерти» Док. фильм. Россия. 2014 г. (12+)

11:00, 15:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Информ. программа. Прямой эфир (6+)

11:15 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

11:45 «Марафон для трёх граций» Мини-сериал. Иронический детектив. Россия. 2015 г. (16+)

15:15 «Ступени Победы» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)

15:55 Прямая трансляция футбольного матча: МЕЛБЕТ-Первенство России по футболу среди команд Первой Лиги сезона 2023–2024 годов: «Ленинградец» (ЛО) — «Алания» (6+)

18:00 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

18:30 «Настоящая история» Док. цикл. Россия. 2015–16 гг. (12+)

19:15 «25-й час» Сериал. Драма. Россия. 2017 г. (16+)

21:00 «Война и политика» Аналитическая программа (16+)

21:30 «Половинка меня» Драма. Финляндия. 2020 г. (16+)

23:20 Концерт памяти Анна Герман — «Эхо любви» 1 часть Россия. 2005 г. (16+)

01:20 «Марафон для трёх граций» Мини-сериал. Иронический детектив. Россия. 2015 г. (16+)

04:20 «25-й час» Сериал. Драма. Россия. 2017 г. (16+)

06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Информ. канал (12+)

СОТРУДНИКИ ЛЕНИНГРАДСКОЙ АЭС ПОМОГЛИ СПАСТИ ДЕТЕНЬША КРАСНОКНИЖНОЙ НЕРПЫ

Редкий подвид кольчатой нерпы после восстановления будет выпущен в естественную среду

Детеныш балтийской кольчатой нерпы, найденный 24 марта на берегу Финского залива в Сосновом Бору, был передан в реабилитационный центр Фонда друзей балтийской нерпы. Накануне его рядом с плавающей нерпой-мамой заметил Николай Петрович, ветеран Ленинградской АЭС, известный фотограф. Он сообщил о животных специалистам Фонда друзей балтийской нерпы. Елена Андриевская, главный специалист организации, позвонила в пресс-службу Ленинградской АЭС с просьбой проверить, все ли в порядке с животными.

— Мы не один год сотрудничаем с Фондом, поэтому звонок для меня был руководством к действию. Я связалась с Николаем Петровичем, и мы отправились на поиски животных. Николай оказался прекрасным проводником, хорошо знающим эти места и его обитателей. Вскоре мы обнаружили на льду детеныша нерпы. Маму нерпенка, к сожалению, не увидели, — рассказала Лариса Корнева, начальник управления коммуникаций Ленинградской АЭС.

После звонка в Фонд друзей балтийской нерпы было принято решение забрать малыша и передать в центр реабилитации. Возникла сложность в доставке детеныша до машины. Расстояние от места обнаружения животного — более 4 км — помог преодолеть сотрудник НИИ ОЭП Владимир Корягин.

Специалисты Фонда дали четкие инструкции по транспортировке нерпенка: обеспечить прохладную температуру, исключить посторонние звуки, запахи, убрать предметы, которые могут травмировать малыша.

Вячеслав Алексеев, директор Фонда друзей Балтийской нерпы, во время осмотра животного определил, что это девочка, и ей около 10 дней.

— До начала самостоятельной жизни детенышу необходимо кормление в течение еще 30 дней. С учетом быстрого таяния льда существует большая вероятность гибели животного из-за его беспомощности. В настоящее время изслен-



ность локальной популяции нерпы в Финском заливе составляет всего около 100 особей, и для нас важно сохранить жизнь каждому животному, — заверил Вячеслав.

По информации специалистов, новая подопечная Фонда показывает хороший аппетит — ее кормят смесью каждые три часа, и она уже начала набирать вес. После завершения курса реабилитации она будет выпущена в привычную среду обитания — Финский залив.

Ленинградская атомная станция четвертый год дружит с Фондом друзей балтийской нерпы. За это время порядка 1,5 миллионов рублей направлены на закупку корма и медикаментов для животных. Разработана настольная игра «Путешествие тюлененка Урана» для знакомства с деятельностью Фонда.

Помимо мероприятий по сохранению популяции редких видов морских млекопитающих, Ленинградская АЭС активно участвует в программе по восстановлению водных биологических ресурсов Северо-Запада. Предприятие инициирует экологические проекты — субботники на побережье и на воде, экоуроки и тематические встречи со школьниками. Так, Ленинградская атомная станция, как ответственный социальный партнер города и региона, вносит вклад в реализацию национального проекта «Экология», стартовавшего по инициативе Президента России в 2019 году.



Управление коммуникаций Ленинградской АЭС

ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА

Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ «ЧЕРНОБЫЛЬ» РОССИИ

С ЮБИЛЕЕМ!

Правление Сосновоборского отделения
Общероссийской общественной организации
Союз «Чернобыль» России поздравляет

Иванова Виталия Валерьевича
с **65-летием**

Желаем здоровья, радости и долгих лет жизни!

ЦЕНТР МЕДИЦИНСКИХ АНАЛИЗОВ
Лицензия № ЛО-47-01-000596-от 11.05.2012

График работы:
пон.-пятн.- 7.30-19.30,
субб.- 9.00-18.00,
воск.- 9.00-16.00

СЛЕДИТЕ ЗА НОВОСТЯМИ
И АКЦИЯМИ ЦЕНТРА В НАШЕЙ ГРУППЕ
vk.com/med_analizy

- * Анализы любой сложности без записи и очередей.
- * Консультация врача гинеколога, кандидата мед. наук по вопросам женской и детской гинекологии.
- * Врач УЗИ
- * RF-лифтинг, кавитация
- * Прессотерапия

ул. Солнечная, д. 16 А 2-70-71, 8-931-225-36-10
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТРЕБУЕТСЯ ВИДЕООПЕРАТОР

Рабочая неделя 5/2.
Оплата сдельная
с возможностью подработки при желании.
Опыт не обязателен,
главное - желание учиться и работать.

Все интересующие вопросы можно задать в рабочие дни с 9.30 до 18.00

(813 69) 2-92-36 или 2-62-36

Потомственная предсказательница,
ведунья – бабушка ясновидящая,
расскажет прошлое, настоящее и будущее.
Называет имена семьи и недругов.

Правдивое предсказание 100%

Тел.: 8-961-553-99-19

Сувенирная продукция

магниты жетоны кружки
брелоки футболки тарелки

Здание городской администрации,
вход со стороны художественного музея

www.terastudio.com
2-92-36 2-62-36

ТОВАРЫ И УСЛУГИ

ПРОДАМ

Продам дрова. Тел.: 8-950-015-00-45 (17)

КУПЛЮ

Куплю радиодетали, измерительные приборы, генераторные лампы. Тел.: 8-916-739-44-34 (118)

Куплю оптом (50 р. за кг) отработанные аккумуляторы от 500 руб. Куплю макулатуру. Вывезу ненужный хлам из дома. Тел.: 8-950-015-00-45 (16)

Куплю елочные игрушки СССР, значки СССР, статуэтки, старинные деньги, фотоаппараты, часы СССР, бижутерию, модели машинок и другие предметы старины. Тел.: 8-902-567-09-06, 8-911-949-98-66 (001)

ВСЕРОССИЙСКИЙ ВИРТУАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ «СТРОИТЕЛЬ»

28 МАРТА

18:00

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР КЛАССИЧЕСКОГО БАЛЕТА
ПОД РУКОВОДСТВОМ Н.КАСАТКИНОЙ И В.ВАСИЛЕВА

СПЯЩАЯ КРАСАВИЦА Балет в 2-х действиях
П.И.ЧАЙКОВСКИЙ

продолжительность - 1 час

ВХОД СВОБОДНЫЙ 12+

РАСПИСАНИЕ БОГОСЛУЖЕНИЙ В КРАМЕ СВЯТОЙ ТРОИЦЫ
дер. ГОРА-ВАЛДАЙ НА АПРЕЛЬ 2024 ГОДА

2 апреля вторник	18.30 – Акафист
5 апреля пятница	18.00 – Вечерня с Литургией Преждеосвященных Даров, исповедь.
6 апреля суббота	114.00 – Крещение. 16.00 – Вечернее богослужение, исповедь.
7 апреля воскресенье	НЕДЕЛЯ 3-Я ВЕЛИКОГО ПОСТА. БЛАГОВЕЩЕНИЕ ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЫ. ПРЕСТАВЛЕНИЕ СВТ. ТИХОНА, ПАТРИАРХА МОСКОВСКОГО И ВСЕЯ РОССИИ. 9.00 – Божественная Литургия свт. Василия Великого. Вынос Креста и поклонение ему. 12.30 – Панихида. 17.00 – Огласительная беседа.
9 апреля вторник	18.30 – Акафист.
12 апреля пятница	18.00 – Вечерня с Литургией Преждеосвященных Даров, исповедь. В конце изобразительных совершается поклонение Кресту.
13 апреля суббота	14.00 – Крещение. 15.30 – Поминование усопших, в храме совершается панихида. 16.00 – Вечернее богослужение, исповедь.
14 апреля воскресенье	НЕДЕЛЯ 4-Я ВЕЛИКОГО ПОСТА. 9.00 – Божественная Литургия свт. Василия Великого. 12.30 – Панихида. 17.00 – Огласительная беседа.
16 апреля вторник	18.30 – Акафист.
17 апреля среда	18.00 – Чтение Великого канона прп. Андрея Критского. Стояние Марии Египетской. Читается житие прп. Марии Египетской.
19 апреля пятница	118.00 – Вечернее богослужение. Акафист Пресвятой Богородицы. Исповедь.
20 апреля суббота	ПОХВАЛА ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЫ. (СУББОТА АКАФИСТА). 8.00 – Часы. Литургия свт. Иоанна Златоуста. 14.00 – Крещение. 16.00 – Вечернее богослужение, исповедь.
21 апреля воскресенье	НЕДЕЛЯ 5-Я ВЕЛИКОГО ПОСТА. ПРП. МАРИИ ЕГИПЕТСКОЙ. 9.00 – Божественная Литургия свт. Василия Великого. 12.30 – Панихида. 17.00 – Огласительная беседа.
23 апреля вторник	18.30 – Акафист.
26 апреля пятница	18.00 – Вечерня с Литургией Преждеосвященных Даров, исповедь.
27 апреля суббота	ЛАЗАРЕВА СУББОТА. 8.00 – Исповедь. Утренняя. Часы. Литургия свт. Иоанна Златоуста. 14.00 – Крещение. 16.00 – Вечернее богослужение. Освящение вай. Исповедь.
28 апреля воскресенье	НЕДЕЛЯ 6-Я. ВЕРБНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ. ВХОД ГОСПОДЕНЬ В ИЕРУСАЛИМ. 9.00 – Божественная Литургия свт. Иоанна Златоуста. 12.30 – Панихида. 17.00 – Огласительная беседа.
29 апреля понедельник	СТРАСТНАЯ СЕДМИЦА. ВЕЛИКИЙ ПОНЕДЕЛЬНИК. 18.00 – Великопостные часы с чтением Четвероевангелия.
30 апреля вторник	ВЕЛИКИЙ ВТОРНИК. 18.00 – Великопостные часы с чтением Четвероевангелия.

В ПОИСКАХ РАЗУМА



21 марта во Дворце культуры «Строитель» с научно-популярной лекцией «Поиски разума и жизни во Вселенной» выступил известный российский астроном Владимир Сурдин. А слушателями стали школьники, студенты и сотрудники Ленинградской атомной станции.

Одни ли мы в этом мире?

Вопрос, есть ли жизнь на других планетах, волнует землян, наверное, с того момента, как они обратили внимание на небо. Полвека назад казалось, что разгадка уже совсем близка, что вот-вот либо мы отправимся исследовать другие миры, либо их обитатели попытаются установить с нами контакт. Но насколько это реально?

Владимир Сурдин — кандидат физико-математических наук, старший научный сотрудник Государственного

астрономического института имени Штернберга, доцент физического факультета МГУ. И — страстный популяризатор науки, который постоянно выступает с публичными лекциями и ведет астрономический канал на YouTube. В Сосновом Бору он приехал по приглашению Госкорпорации «Росатом».

Слушатели узнали о небесных телах, на которых могут быть условия для появления жизни — это и температурный интервал, и наличие химических элементов, способных образовать воду, и существование атмосферы, и многое другое.

Поговорили о программах изучения Луны и планет Солнечной системы — этим занимаются астрономы многих стран. И о том, как ученые и энтузиасты пытались установить связи с неземными цивилизациями.

И оказалось, что сосновоборским слушателям это по-прежнему интересно! А вопросы, которые задавали школьники и студенты, показывают, что астрономией увлекаются многие, несмотря на то, что школьная программа в последние десятилетия очень сильно изменилась, и этот предмет то убирали, то снова вводили.

Миссия – Таланты

Нынешняя лекция — одно из мероприятий проекта «Миссия: Таланты», которую уже четыре года реализует Госкорпорация «Росатом» во всех атомных городах. И делается это для развития кадрового потенциала.

Кадровый голод ощущают сейчас многие отрасли отечественной экономики, и особенно страдают те, где требуются специалисты технического профиля. А хорошие инженеры появляются там, где дети с младших классов живо интересуются наукой и техникой.

На предприятиях атомной отрасли нужны именно те, кто хорошо знает физику. В программах акселератора «Миссия: Таланты» уже участвовали почти четыре сотни жителей атомных городов. Это

несколько проектов, в том числе «Люди и города», «Лига безопасности», «Центр городских практик» и множество других, направленных на улучшение образовательной среды в городах присутствия «Росатома».

В частности, в Сосновом Бору по этим программам оборудовали несколько школьных кабинетов, в которых дети изучают точные и естественные науки. Центр развития творчества благодаря участию в проектах получает новые лаборатории инженерно-технического творчества. Это позволяет развивать такие направления, как робототехника, освоение инженерно-технических компетенций школьниками и дошкольниками, развитие цифровых технологий.

Все большему количеству сосновоборцев становятся доступны лаборатории беспилотных летательных аппаратов, инженерный дизайн и прототипирование, моделирование компьютерных игр и многие другие современные направления.

Вызвать интерес

Но создание условий — это еще не все. Важно, чтобы люди, и в первую очередь молодежь, всем этим интересовались, чтобы они хотели заниматься в этих современных классах и лабораториях, учились ставить научные задачи и определять пути их решения. Нужен интерес к науке — и прикладной, и фундаментальной.

В «Росатоме» это хорошо понимают. При поддержке Госкорпорации школьники имеют возможность общаться с преподавателями технических и естественнонаучных дисциплин как с помощью современных коммуникационных технологий, так и очно. И лекция по астрономии — яркий тому пример.

Решать задачи — это интересно

Собравшиеся думали, что пришли просто послушать прото, есть ли жизнь на Марсе? Как бы не так. По ходу им пришлось и на вопросы отвечать, и решать задачи — посложнее тех, что в школьных учебниках по химии и физике, потому что в астрономии без этого — никуда. И думать, почему на той планете теоретически возможно появление жизни, а вот на этой — увы... Надо сказать, что школьники с этими заданиями справлялись. И не только старшеклассники, но и четвероклассник Макар Доронин. Так что науке все возрасты покорны. Если есть интерес и возможность его удовлетворить.

Вопросы из зала тоже свидетельствуют, что люди, всерьез интересующиеся астрономией, в городе есть. И воспользовались случаем узнать то, что их интересует, что называется, из первых рук. А авторы самых интересных вопросов получили подарки — книги Владимира Сурдина.

Анастасия СЕМЕНОВА

ФОТО ВЫСТАВКА
КЛАССИКА ЖАНРА
АНИМАЛИСТИКА

БЕЗ КОТА И ЖИЗНЬ НЕ ТА

В Центре развития личности «Гармония» открылась новая выставка клуба Фото.sbor. Называется она «Без кота жизнь не та».

Котиков не снимает только ленивый. Да и самый отъявленный лодырь регулярно находит подходящие кошачьи портреты и размещает их в соцсетях. При том что сами коты фотографироваться чаще всего очень не любят, и сделать удачный снимок не так просто.

А вот участникам Сосновоборского фотоклуба это удастся!

По словам заместителя директора «Гармонии» по культурно-массовой работе Надежды Выборновой, собрать такую экспозицию было довольно смелым решением. Тем не менее, фотоклуб это сделал. Как рассказал один из организаторов выставки Павел Меденников, анималистика — сложная, но интересная тема, и фотографии животных в экспозициях клуба уже бывали. Однако выставка, целиком посвященная котам, в истории клуба открылась впервые.

«Модели» здесь разные.

Свои кошачьи работы представили 16 участников. Ольга Крицак, Павел Меденников, Игорь Праченко, Артем Буглов, Борис Раба, Валентин Дарзникс, Виктор Карпов, София Пряникова, Лилия Зинченко... Перечислить всех трудно, и у каждого — свой котик, со своим характером, со своими привычками. А порой на фото — просто первый встречный кот, чем-то привлёкший внимание фотографа. Историю про одного такого героя рассказала Алиса Фефилова — кота этого запечатлел в путешествии Борис Раба, и это была очень важная встреча и для фотографа, и для его героя.

Вообще — что такое кот? У него есть несколько ипостасей. Например, доказательством тому, что котик — это газ, служит тот факт, что кот обычно занимает все



пространство. Но он же и жидкость, потому что принимает самые невероятные формы и «перетекает» в недоступно маленькие отверстия. Но когда надо специально позировать фотографу — кот становится абсолютно твердым телом, не желающим ничего менять.

На выставке есть и работы двух фотографов, которых уже нет в этом мире — Евгений Аккуратов и Андрей Баранчиков тоже периодически снимали котиков, и очень удачно к тому же.

На открытии было очень интересно, весело и душевно! А как иначе? Тема домашних питомцев никого не оставляет равнодушными. Вот и рассказывали зрители и авторы о своих котах, собаках, хомячках и черепахах. И было чем поделиться, и было чему улыбнуться. Так что если хотите получить массу приятных впечатлений — можете это сделать в ближайшие две недели в Центре развития личности «Гармония»

Марина ПЕТРОВА

Бюро Гостиничных Услуг

ПРЕДЛАГАЕТ ПРОЖИВАНИЕ
в 1-но, 2-х и 3-х комнатных **БЛАГОУСТРОЕННЫХ КВАРТИРАХ**
от 500 р/сутки

В квартирах имеется все необходимое для проживания, включая кухонную посуду, постельное белье и полотенца

Еженедельная уборка и смена белья.
Оформление документов, наличный и безналичный расчет.

+7(911)135-54-51
www.bgu-sbor.ru

ЗАЩИТА РОДИНЫ — НАША ПРОФЕССИЯ
ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!
СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РФ

1 000 000 Р ЕДИНОВРЕМЕННО:
505 000 Р + Земельный сертификат
195 000 Р*

+ ЗЕМЕЛЬНЫЙ СЕРТИФИКАТ или 300 000 Р*
+ СОХРАНЕНИЕ ВЫПЛАТЫ 100% ПЕНСИИ СИЛОВИКАМ
+ КОМПЕНСАЦИЯ ПРОЕЗДА ИЗ ЛЮБОГО РЕГИОНА РФ

от 204 000 Р ЕЖЕМЕСЯЧНО в зоне СВО

Обращаться в Пункт отбора на военную службу по контракту по Ленинградской области
8 (812) 572-20-30