



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+

№ 15 (1615)
11 апреля 2024 г.

МЕДИА
#КОМАНДА

47



red-tera@yandex.ru



reklama-tera@yandex.ru

«Я ПЛАНИРУЮ БЮДЖЕТ» СТАРТУЕТ НОВЫЙ ПРОЕКТ



Сбор заявок на участие в ЯПБ - 2024-25 начнется 15 апреля.

А пока давайте вспомним инициативы, которые победили в 2022 году и были реализованы в 2023.

1. Проект «При край моря...» Фестиваль деревянного зодчества. Автор: Исаева Л. А.
2. Проект «Детский передвижной театральный дворик». Автор: Хонтулева О. Е.
3. Проект «Гребная станция «Формула воды». Автор: Маркова Н. Б., Неведров Ф. Б.
4. Проект «Таллиннский сквер». Автор: Честный Л. Е.
5. Проект «Солнечная галактика» — озеленение таллиннского сквера. Автор: Цупко С. С.
6. Проект «Благоустроенный Рай». Автор: Рай Н. М.
7. Проект «Островок спорта» д/с № 11. Автор: Горсткина О. М.
8. Проект «Настольный теннис в школы». Автор: Соболева И. А.
9. Проект «80 км для пешеходов». Автор: Прокошин М. В.

ЦЕЛИ:

- формирование гражданской культуры, активной гражданской позиции граждан, содействие развитию их социальной зрелости, способности к самоорганизации и саморазвитию;

- обеспечение целенаправленного, систематического и конструктивного участия населения в решении различных вопросов, связанных с городской жизнью; стимулирование их к компетентному

и ответственному участию в жизни общества;

- обеспечение реализации прав жителей на участие в местном самоуправлении, оценке качества работы органов МСУ;

ЗАДАЧИ:

- информирование населения города о состоянии дел в сфере местного самоуправления в Ленинградской области и городе Sosnovy Bor;

- содействие реализации общественно значимых инициатив, предлагаемых общественными организациями или отдельными гражданами,

и обменяться опытом.

- создание в СМИ постоянно действующей информационной площадки для обсуждения тем, связанных с актуальной проблематикой местного самоуправления, с привлечением экспертов;

- на страницах газеты и в телеэфире предоставить возможность субъектам местного самоуправления рассказывать о своей деятельности и обмениваться опытом.

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

Сосновоборцы могут принять участие в акции «Живая память Победы в семейных архивах жителей Ленинградской области».

Практически в каждой российской семье сохранился свой собственный архив, который передается из поколения в поколение, но редко выходит за рамки семьи.

Документальные свидетельства тяжелого военного времени — письма, дневники, фотографии — делают события «живыми», эмоциональными, более достоверными.

Акция «Живая память Победы в семейных архивах» призвана сделать так, «чтобы все и во все времена могли узнать и прочитать о подвигах ваших дедов и прадедов, посмотреть фотографии, увидеть, через что прошли и что пережили они, узнать об их вкладе в Победу».

Принесенные семейные архивы жителей Ленинградской области будут представлены на портале «Архивы Ленинградской области», чтобы они стали доступны для знакомства и изучения широкой аудитории и, прежде всего, нашим детям.

Каждый, кто желает принять участие в акции, может принести письма, дневники, фотографии, наградные документы, вырезки из газет, биографические сведения о своих родственниках в архивы.

Все документы будут сразу же отсканированы и возвращены владельцам.

Все электронные образы этих документов будут включены в базу данных на портале «Архивы Ленин-

градской области» <https://archiveslo.ru/>, записаны на сервер архива и будут храниться вечно.

Сосновоборцы могут принести материалы семейного архива в архивный отдел администрации города по адресу: ул. Молодежная, 36А (понедельник — четверг с 09.00 до 18.00, пятница — с 09.00 до 17.00).

Телефон для справок: 8(81369) 2-16-13, 8(81369) 4-23-53.

Акция «Живая память Победы в семейных архивах» проводится с 2019 года архивным управлением Ленинградской области и Ленинградским областным государственным архивом в г. Выборге совместно с архивными отделами администраций муниципальных районов области и МФЦ.



СОХРАНИТЬ ЖИВУЮ ПАМЯТЬ



АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

МНЕНИЕ ВЕТЕРАНОВ ПО-ПРЕЖНЕМУ ВАЖНО

Приятно осознавать, что опыт ветеранов-атомщиков остается востребованным даже тогда, когда они выходят на заслуженный отдых. Им есть чем помочь и поделиться с поколением атомщиков, которые пришли на смену. Именно с этой целью в организации ветеранов ЛАЭС создан общественный Экспертный совет. В его в составе работают люди, много лет посвятившие атомной энергетике и, в частности, работе на Ленинградской атомной станции.

Экспертный совет возглавляет В.А. Брагин. Одновременно он является членом Экспертного совета Межрегиональной общественной организации ветеранов концерна «Росэнергоатом», в который входят представители практически всех атомных станций России.

По образованию Владимир Анатольевич Брагин — технар с хорошим и весомым образованием. Закончил физико-технический факультет Томского политехнического института по специальности физико-энергетические установки и 45 лет трудился на Ленинградской атомной станции. Здесь его трудовая биография началась сначала с ученика оператора в реакторном цехе, дальше он был начальником смены блока, а затем начальником смены всей станции. Пройдя такой путь, В.А. Брагин знает все тонкости технологического процесса. В 2008 году его как опытного профессионала руководство станции назначило начальником отдела качества и технических инспекций, а когда отдел поделили, он стал руководить отделом управления качеством. С 2020-го В.А. Брагин находится на заслуженном отдыхе, но продолжает вместе с другими, не менее опытными ветеранами делиться знаниями и опытом с молодыми специалистами.

— Владимир Анатольевич, расскажите, кто еще вместе с Вами работает в составе Экспертного совета.

— Все, кто работает в нашем Экспертном совете — специалисты с большим опытом и с огромным багажом знаний. Думаю, их имена знакомы

многим не только на станции, но и в городе, и в атомной отрасли в целом: Шавлов М.В., Павлов В.И., Сырейщиков В.А., Гаук С.И., Лемберг Г.М., Будейко С.М., Горборуко В.Н., Мичурин Ю.Н., Козлов Е.П., Леонов М.Н.

— С какой целью, кем и когда был создан Экспертный совет?

— Наш Совет, в нынешнем его составе, создан в соответствии с Положением об общественном Экспертном совете ветеранов весной 2021 года. Мы работаем на основе утвержденной правительством РФ Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения, суть которой заключается в том, чтобы продлить период творческой деятельности ветеранов, в том числе в непосредственном их участии как технических экспертов. Поэтому и наша деятельность заключается в том, чтобы многолетний опыт ветеранов не пропал, а приносил пользу Ленинградской АЭС и помогал ее специалистам находить правильные решения в той или иной ситуации.

В разработанном Положении предусмотрено взаимодействие с подразделениями Ленинградской АЭС, учебными организациями и населением города. Своей деятельностью мы хотим также поддерживать и повышать доверие к атомной энергетике, привлекать молодежь к работе в этой отрасли, обеспечивать преемственность поколений через наставничество, и таким образом, с одной стороны — повысить качество подготовки, переподготовки и повышение квалификации персонала ЛАЭС,



а с другой — одновременно продлить творческую жизнь ветеранов-атомщиков, используя их научный, технический и практический потенциал. Чтобы полноценно заниматься этим, у нас заключено Соглашение о сотрудничестве с Ленинградской атомной станцией. Этим же документом предусмотрено привлечение ветеранов к работе с населением города, со студентами и школьниками. Общие проблемы мы обсуждаем на конференциях, семинарах, совещаниях, привлекая специалистов в той сфере, которая стоит на повестке дня. Кроме того, мы привлекаем неработающих пенсионеров для выполнения тематических поручений руководства станции. Занимались проработкой и анализом документации по модернизации бойлерной районного теплоснабжения (БРТ), организацией узла подключения теплофикационной установки (ТФУ) от новых блоков ВВЭР-1200 к действующим трубопроводам и оборудованию БРТ. Сейчас идет подготовка к замене оборудования деаэрационно-подпиточной установки БРТ — санкции, предъявляемые к РФ, внесли коррективы в проект, поэтому требуется замена импортного оборудования на отечественное. Здесь у нас главным исполнителем во взаимодействии с турбинным цехом является Будейко Сергей Михайлович.

Еще хочется отметить, что в отдельных случаях — в выработке тактических решений, в обсуждении проблем

текущей производственной деятельности — наиболее опытные ветераны привлекаются в качестве консультантов, экспертов, советников, членов комиссий. Как эксперты, мы участвовали в рассмотрении поступившего в адрес исполкома МООВК от Международного союза ветеранов атомной энергетики и промышленности предложения о защите оборудования реакторной установки от протонного излучения. Кроме того, в рамках круглого стола совершили технический тур по энергоблокам ВВЭР-1200; делегация ветеранов ЛАЭС была участником XVII Международного ядерного форума «Безопасность ядерных технологий: аварийная готовность и реагирование», где мы выступали с докладом. Также мы участвовали в музейных встречах с обсуждением темы атомной энергетики и промышленности и совместно с ветеранами Средмаша и Росатома работали на семинаре, посвященном 100-летию Радиевого института им. В.Г. Хлопина.

— Какие задачи поставлены перед общественным Экспертным советом на этот год?

— Если в общих чертах, то продолжим все то, чем занимались ранее по таким направлениям, как эколого-просветительская работа, экспертиза предложений о намечаемой хозяйственной деятельности или изменениях в работе действующих объектов на соответствие природоохранным требованиям, обеспечение требований и охраны труда в производственных подразделениях ЛАЭС. Будем также заниматься проработкой и анализом документации по модернизации бойлерной районного теплоснабжения. Планируем принять участие в проведении конкурса «Лучший специалист по анализу причин событий на Ленинградской АЭС» и во встречах с молодыми работниками в рамках семинара «Передача опыта старших поколений». Не останемся в стороне и при проведении общегосударственных и общегородских мероприятий, таких как День участников ликвидации последствий радиационных аварий, профессиональных праздников — День энергетика. День работника атомной промышленности и других.

Надежда МИХЕЕВА
На фото: В.А. Брагин

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

НОВОСТИ ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ВЫПОЛНЕННЫЕ РАБОТЫ «СПЕЦАВТОТРАНСА»

УБОРКА:

Механизированная уборка в соответствии с муниципальным заданием:

- механизированная уборка: скверы города, парк «Приморский», ул. Соколова, велодорожка;
- вывоз куч смёта с тротуаров: ул. Красных Фортвов, пр-т Героев, ул. Парковая, 10А мкр.;
- обработка ПСС лестниц и пешеходных дорожек вдоль школ и детских садов, скверы города, парк «Приморский», ул. Соколова;
- очистка пешеходных переходов и остановок от снега;

- вывоз ящиков ПСС с территорий города;
- уборка и вывоз листвы: 7 мкр., ул. Соколова, сквер у школы № 6, малая Копорская Крепость;
- очистка метровой полосы с вывозом смёта: Копорское шоссе (кольцо);
- очистка газонов от мелкого мусора: 4 мкр., 7 мкр., 8 мкр., 9 мкр., 10А мкр., 10Б мкр.;
- погрузка для вывоза автомобильных покрышек с общего контейнера (общее количество — 120 м3);
- уборка мусора на городских территориях: скверы,



парк Приморский, д. Липово, оз. Калищенское, пойма р. Коваша, велодорожка;

- уборка контейнерных площадок, город, СНТ;
- вывоз ящиков с ППС с улиц города;
- ремонт площадки для сбора ТКО по ул. Машиностроителей д. 4;
- установка камней на газоне по ул. Красных Фортвов д. 27;

- очистка МАФ «Медведь» в сквере на пр-те Героев д. 5;
- откачивание лужи на Вокзальном проезде (кольцо) (общее количество — 37,5 м3);
- вывоз мусора после проведения субботника (общее количество — 12 м3).

РЕМОНТ ДОРОГ:

- ремонт дорог — в объеме 200 м2;
- Копорское шоссе (в районе ул. Мира),
- пр-т А. Невского (от ул. Солнечная до разворотного кольца на Копорском шоссе),
- ул. Афанасьева,
- пр-т А. Невского (в районе д. 16 по ул. Молодежная),
- участок дороги от СНТ «Ромашка» до СНТ «Бастион».

ОСВЕЩЕНИЕ:

- ремонт фонарей по ул. Ленинградская, ул. Мира (общее количество — 10 шт.);
- ремонт линии освещения: сквер «Воинам Интернационалистам».

ОЗЕЛЕНЕНИЕ:

- формовочная обрезка деревьев по аллею Ветеранов;
- удаление сухостойных деревьев по ул. Высотная, ул. Ленинская, ул. Комсомольская, ул. Сибирская (общее количество — 16 шт.);
- удаление ветровального дерева на городском пирсе;
- очистка кустарника от сухих, ломаных веток по ул. Космонавтов.

Зам. председателя КУ ЖКК, начальник отдела ВБДДХ П. В. ПРЖЕВАЛЬСКИЙ

ЕЩЕ ОДИН ГЛАВНЫЙ ПРИЗ

«Балтийцы» снова порадовали сосновоборских любителей музыки. Концертный хор мальчиков и юношей детской школы искусств «Балтика» стал обладателем Гран-при Шестнадцатого Международного фестиваля детского и юношеского творчества «Многоликий Кавказ», который проходил в Пятигорске. Хор, с которым работают руководитель Татьяна Ставинова, хормейстер Светлана Золотухина, концертмейстеры Ольга Артюхина, Сергей Шпьякин, выступил в номинации «Вокал. Академический жанр». Жюри конкурса отметило высокий уровень исполнительского мастерства хора и присудило коллективу «Балтики» диплом лауреата I степени.

Гран-при сосновоборцы получили за исполнение песни «Казачи в Берлине». Это уже четвертая высшая награда «балтийцев» в этом году. Обладателями Гран-при различных фестивалей становились ансамбль гитаристов «Баррэ», ансамбль домристов «Доминус», камерный хор «Балтика».

НАГРАДЫ - ОЛИМПИЙЦАМ

4 апреля в Санкт-Петербургском государственном университете наградили победителей и призеров Всероссийской олимпиады школьников и их педагогов.

Среди лучших есть и несколько старшеклассников из Соснового Бора. В этом учебном году сосновоборцы на региональном этапе выступили лучше, чем в прошлом. Всего они завоевали 45 наград, в том числе 6 — за первые места. Год назад результаты были несколько скромнее: трижды сосновоборские олимпиадцы занимали первые места, а всего призовых было 42.

Как рассказали в городском методическом кабинете, сосновоборцы успешно выступили на 17 областных олимпиадах (всего их было 25). Варвара Николаева стала победительницей областной олимпиады по литературе, Таисия Лещина — по экологии. Обе они учатся в школе № 2 имени Героя России Андрея Воскресенского. Артем Успенский из лицея № 8 стал победителем олимпиады по математике. Ученица школы № 9 имени В. И. Некрасова Эвелина Григорьева выиграла олимпиаду по экономике. А ученик этой же школы Игорь Шабаров стал победителем сразу по двум предметам — математике и информатике.

Результатов всероссийских олимпиад пока нет. Но в любом случае призовые места на областном этапе дают ребятам дополнительные баллы при поступлении в высшее учебное заведение.

ФЕСТИВАЛЬ ТВОРЧЕСКИХ ОТКРЫТИЙ

Школьники из сосновоборского Дома детского творчества участвовали во Всероссийском фестивале творческих открытий и инициатив «Леонардо».

Конкурс проходил в Москве. Организует его Фонд наследия Дмитрия Ивановича Менделеева. Ребята готовили творческие и исследовательские работы, а потом должны были их защищать. На первый тур было подано три с половиной тысячи проектов, в финал вышли более полутысячи.

НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ



Участники соревновались в нескольких возрастных группах. В средней и младшей было представлено более шестисот проектов из разных субъектов федерации.

Воспитанники Дома детского творчества на этом фоне не потерялись — они привезли целую коллекцию дипломов. Первое место в секции «Культура и искусство» заняла Василиса Орлова. Она учится у Ирины Кузнецовой. В туристско-экскурсионной секции дипломы второй степени получил Марк Большаков, ученик Марии Антушевой. Среди юных литературоведов бронзовыми призерами стали еще двое воспитанников Марии Антушевой — Максим Терехов и Нелли Тряпицына. Еще несколько сосновоборцев награждены дипломами финалистов. Это Ульяна Коваленко, Мара Ягич, Иван Кузнецов, Ирина Мачтакова и Алиса Мухина.

МОЛОДЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ

Подведены итоги регионального этапа чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы».

В этом году соревнования проходили по шестидесяти четырем компетенциям. Участвовали в них почти полторы тысячи человек. Среди победителей — студенты Сосновоборского политехнического колледжа. В направлении «прототипирование» второе место занял Даниил Овечкин, а третье — Артем Шведов. В строительном блоке, в направлении «холодильная техника и системы кондиционирования» представители Соснового Бора были абсолютно лучшими. Победителем стал Артём Соичак, второе и третье места заняли соответственно Егор Измайлов и Евгений Калинин. Первое место среди электромонтажников занял Антон Климов, второе место в этой компетенции у Алексея Васина.

Лучшей была и сосновоборская команда электромонтажников-юниоров. За нее выступали воспитанницы Центра развития творчества Алёна Суяшова и Дарья Башкирова. Дмитрий Редкин и Илья Паранин стали вторыми в компетенции «геопространственные технологии», такой же награды удостоен Назар Федоров в блоке компетенций сферы услуг.

Победители областного чемпионата будут участвовать во всероссийском финале, который пройдет в конце ноября в Санкт-Петербурге.

О ЛЮБИ И ВЕРНОСТИ

В Сосновом Бору живут немало супружеских пар, которые могли бы претендовать на медаль «За любовь и верность».

Это общественная награда. Ее учредил оргкомитет по проведению «Дня семьи, любви и верности в Российской Федерации». Такой медалью награждаются граждане Российской Федерации и граждане иностранных государств — супруги, прожившие в зарегистрированном браке не менее четверти века, если они известны другим как крепкая семья, основанная на взаимной любви и верности, воспитали хороших детей и хранят семейные устои.

В прошлом году медали удостоены три сосновоборские семьи. Сам же День семьи, любви и верности отмечается в России 8 июля — в день православных святых Петра и Февронии.

Заявку можно подать в отдел социальных программ сосновоборской администрации.

Справки по телефону 8(81369) 6-27-95, 8(81369) 6-27-99.

Подробности можно узнать также на сайте проекта.

ГДЕ ЖИВЕТ КАРЕТА?

Действительно, где хранятся зимние украшения, которыми город радует жителей зимой и особенно в новогодние праздники? Теперь — на специализированном складе «Спецавтотранса».

Склад был оборудован специально для этой цели. По словам главы городского округа Михаила Воронкова, в прежние годы при покупке новых украшений всегда вставал вопрос, где их хранить. Из положения выходили по-разному. Например, сдавали под ответственное хранение подрядным организациям, имеющим необходимые условия. Но это дорого. Бывало, оставляли под открытым небом, когда не удавалось найти другой вариант. Но это нерационально — дорогостоящее оборудование быстро выходит из строя без должных условий. Теперь карета, коньки, часы, световые консоли и т.п. обитают на новом складе, где им не страшны дождь и слякоть.

Об этом думали давно, но реализовать идею не удавалось. Теперь такое место есть, так что директор «Спецавтотранса» Владимир Брусов заслужил самые горячие слова благодарности. На складе можно не только хранить новогоднее оборудование, но и починить его, если что-то сломалось. Вполне возможно, что в следующем году появятся новые элементы оформления — их приобретают в конце года на сэкономленные от конкурсных процедур средства.

ПРИМОРСКИЙ ПАРК ОБУСТРАИВАЮТ

В Приморском парке начались работы по благоустройству правого берега Коваша, на стройке побывал глава городского округа

Михаил Воронков.

Контракт на строительство зоны отдыха с компанией «Дисал-Конструкция» был заключен в конце марта. Территорию в три гектара должны расчистить от мелкой поросли. Сейчас зону будущих работ огородили. Велодорожку перекрывать не стали. По проекту предполагается обустройство амфитеатров, нескольких причальных пирсов, дорожек, установка арт-объектов, устройство освещения и видеонаблюдения.

Благоустройство ведется на условиях софинансирования. Большая часть средств — 90 миллионов рублей — пойдет из федерального бюджета. Еще 20 миллионов выделит регион и 10 миллионов — город.

По мнению начальника отдела капитального строительства Александра Лазаренко, предстоят серьезные работы по вывозу бетонного лома — его на берегу Коваша скопилось немерено, его туда свозили много лет, но никто никогда не убирал. Горожан встревожили ленточки на деревьях, но обозначают они не вырубку, а трассы дорожек. Предполагается дополнительное озеленение, в том числе появятся и крупные деревья. Эти работы выполнят специалисты-дендрологи, имеющие опыт и дающие гарантию. Работы предполагается выполнить до 31 августа.

МОЛОДЕЖНАЯ ПРЕОБРАЖАЕТСЯ

Двор между домами 12, 16 и 18 по Молодежной готовится к масштабному благоустройству — существующий там пустырь вскоре исчезнет.

Глава округа Михаил Воронков побывал на этой площадке. Благоустройство территории стало возможным благодаря нацпроекту «Формирование комфортной городской среды». Способствовали этому и местные жители, активно участвовавшие в голосовании. Проект по сравнению с первоначальным подкорректировали с учетом пожеланий жителей. К примеру, решили делать детские площадки, учитывая посетителей разного возраста.

Подрядчик — компания «Питер Строй». Работы начались, как только позволили погодные условия. Часть деревьев придется убрать, но это — единичные случаи, в основном деревья останутся на своих местах, объекты благоустройства планировались с учетом ландшафта. Кроме того, расширили зону парковки — там будет шесть обычных мест и одна для людей с ограниченными возможностями здоровья. Кстати, в этом же районе появится еще одна площадка для парковки, в районе домов 48-а и 56 по Молодежной, а рядом будет газон.

Все работы предполагается завершить к началу августа.



КАК РОЖДАЛАСЬ ВЛАСТЬ ДЛЯ ЛЮДЕЙ

35 лет назад в нашем городе, как и по всей стране, происходили значительные изменения в работе местных органов власти. Не каждый вспомнит сегодня, что в советское время число депутатов, избираемых в Сосновоборский совет, варьировалось от 100 до 180. Практически каждый дом имел своего представителя (а то и двух) в горсовете.

В 1990 году депутатов было избрано 120, большинство на альтернативной основе.

На первой сессии, продолжавшейся три месяца (!), председателем представительного органа власти — городского Совета — был избран В. А. Кирпичников, председателем исполкома В. И. Некрасов, заместителями Ю. М. Страхов и Р. А. Карташова.

Наш земляк сделал, пожалуй, самую значительную политическую карьеру из числа сосновоборцев. В Википедии ему посвящена статья как политику и депутату Государственной Думы I созыва. Он был министром и ви-

це-губернатором, возглавлял Союз Российских городов, был экспертом комиссии по разграничению полномочий между уровнями власти при президенте России...

В настоящее время Валерий Александрович живет в Москве, возглавляет «Центр инноваций муниципальных образований Российской Федерации», занят научной и отчасти литературной работой, принимает участие в работе Фонда «Устойчивое Развитие».

В. А. Кирпичников является по сути автором первых документов по формированию сначала понятия «местное самоуправление», а потом с коллегами — и одноименных законов. В 1990 году был принят закон СССР «Об общих началах местного самоуправления и местного хозяйства в СССР», а в 1991 году — закон РСФСР «О местном самоуправлении в РСФСР». Эти нормативные акты оказали существенное влияние на становление местного самоуправления.

Предысторию этого процесса мы узнаем от самого Валерия Александровича, он подготовил публикацию с воспоминаниями о том ярком, но очень непростом во всех смыслах времени.



Валерий КИРПИЧНИКОВ: НАШИ ПРОБЛЕМЫ В СТРАНЕ, КОТОРАЯ НА ПЕРЕЛОМЕ...

стерства не смогут финансировать наши предприятия. На прямой вопрос, который удалось задать Председателю Правительства России, И. С. Силаев ответил, что отвечает только за республиканские предприятия, наши же союзные. М. С. Горбачёв не согласен, обещает формировать бюджет Советского Союза своей властью. По итогам 1990-го года уже сложилась ситуация, при которой доходы республик в составе СССР превысили расходы, а в союзном бюджете образовался существенный дефицит.

Руководство Советского Союза, не имея какой-либо стратегии действий с начала «перестройки» 1985-го года, использует метод проб и ошибок. Ошибок много, за них мы все вместе и расплачиваемся. Предприятиям предоставлены определённые экономические свободы. В совокупности с очередным экспериментом по выборности трудовыми коллективами своих директоров последние пару лет существенно выросли заработные платы. При этом повсеместное сокращение выпуска продукции, товаров народного потребления, в том числе.

И подобных ситуаций много в те годы. Руководители предприятий, конечно, стараются решать подобные проблемы, но от «своих» проще отбиваться руководителям министерств. Надо подключаться. Грянет массовая безработица, люди придут к власти — обеспечьте право на труд, конституционные права граждан. Придут, прежде всего, к нам, к городской власти, она ближе всего, рядом, она местная, наша...

Министр атомной промышленности и энергетики обещал, по крайней мере, финансирование НИТИ. На дотации Ленспецкомбинату 4,0 млн. рублей также обещано в министерстве. Но к худшему всё равно надо готовиться. Наши предприятия никогда не умели зарабатывать. Наоборот, всегда отбивались от денег и работы, которую «сверху» на них наваливали в дополнение к утверждённому плану.

В какую сторону двигаться, понятно. Из основных фондов страны лишь 5% работает на производство товаров народного потребления. У населения в 4 раза больше денег, чем товаров в магазине. У городских предприятий большие резервы по производственным мощностям, оборудованию и трудовым ресурсам. Только у наших горожан на счетах 50 млн. рублей.

Городская власть отслеживает специальную программу по наращиванию производства на предприятиях товаров народного потребления и объёмов платных услуг. Восемь городских предприятий подключились к реализации программы. В 1989 году товаров для населения произведено на 30,0 млн. рублей. Мало. Это почти в три раза меньше фонда заработной платы по городу в целом.

На каждом предприятии найдутся инициаторы по выпуску требуемых товаров. Но сразу препятствия. Если кто-то, например, в филиале ГОИ, чего-нибудь начнёт — огромные накладные расходы. Аппарат управления, снабженцев, советников, организато-

ров, инженерные службы, без которых никак.

Начнутся сокращения, местная власть вынуждена будет потребовать от предприятий необходимые средства за каждого сокращённого, а если их не будет, что очевидно, придётся делиться основными фондами, корпусами, оборудованием. «Нацеливать» основные фонды у ведомств, по сути, у самих себя. Немного дико, но что остаётся делать, если фонды создавались для тех, кому будет отказано в праве пользоваться ими. Вопрос о способных организаторах, но в Сосновом Бору это не самая большая проблема.

При всеобщем дефиците на всё вопрос продуктов питания также наиважнейший. Государство, город не смогут накормить, надо дать возможность людям обеспечивать себя самостоятельно. В 1989-м году выделено 216 га под садоводства. На очереди программы поддержки — суды, снабжение строительными и посадочными материалами, транспорт, техника на прокат, помощь в проектировании. Только



Закон РФ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации" (от 6 октября 2003 г. № 131-ФЗ)

Статья 1. Местное самоуправление

1. Местное самоуправление составляет **одну из основ конституционного строя** Российской Федерации, признается, гарантируется и осуществляется на всей территории Российской Федерации.

2. Местное самоуправление в Российской Федерации - **форма осуществления народом своей власти**, обеспечивающая в пределах, установленных Конституцией Российской Федерации, федеральными законами, ... самостоятельное и под свою ответственность решение населением непосредственно и (или) через органы местного самоуправления вопросов местного значения исходя из интересов населения с учетом исторических и иных местных традиций.

магазин «Природа» продал за год более 30 тысяч всевозможных саженцев. Потребительская кооперация принимает сельхозпродукцию от садоводов.

Минатомэнергопром (как только Средмаш не называли в 90-е годы!) начал производство молочных заводов-модулей на 10 тонн молока в смену. Может нам поставить. Переговоры провели, совхозы «Кронштадтский» и «Копорье» готовы обеспечить молоком. В дальнейшем и мясом и овощами. Не реализовали, не успели до развала страны.

Не реализовали и другую идею. Прорабатывали вопрос строительства в городе личных овощехранилищ. Ещё и рекламы большой не было, а уже 6000 желающих. Не нашли варианта... Если рядом с домами — точно всю красоту города и логику его планировки испортишь. Где-то далеко — смысла нет. Правильнее тогда у себя на садовых участках делать. Это только в первых домах, строившихся в городе, в подвалах кладовки по числу квартир делали.

Городская власть ещё только набирает силу, а жилищные вопросы очередников социальной сферы уже сейчас решать надо. Многие годы наши предприятия получали от министерств централизованно средства на капитальное строительство, а исполком ежегодно собирал руководителей и подписывал «добровольный» протокол о передаче 7% вводимого жилья для сферы обслуживания. Директивные документы «вышестоящих» к этому не обязывали, поэтому документ рождался в муках.

Начиная с 1990-го года, предприятия стали строить уже на свою прибыль. А из прибыли попробуй, возьми! Понимая, что реорганизация экономики, структуры управления происходит не одномоментно, наши предприятия продолжали делать отчисления. Не только руководители предприятий, но и профсоюзы, Советы трудовых коллективов поддерживали эти решения. В других городах нищие местные Советы остались вообще без жилья. Хорошо знал ситуацию.

Уникальный город Сосновый Бор, уникальные люди в нём, уникальные предприятия и их руководители. Поэтому и решения возможны нестандартные, уникальные.

ВЫБОР БУДУЩЕГО ДЛЯ ГОРОДА

В городском Совете народных депутатов из 120 человек, сформированном в 1990-м году, было много активных, инициативных людей. Немалая часть из них задумалась о будущем Соснового Бора. Что мы имели на тот период, известно, а чего хотели бы в перспективе, ещё не сформулировано, не зафиксировано в документах.

Пошли идеи, от глобальных, в мировом масштабе, по которым город становился чуть не всемирным центром чего-то, до простеньких, затрагивающих небольшую локальную часть города. Например, в строящемся здании общественных организаций, где сейчас располагается администрация города, предлагалось сделать бизнес-центр. Если своих городских предпринимателей не хватит на все кабинеты, приедут из Ленинграда. Все вместе они обеспечат город и бюджетом, и приведут к светлому будущему. Город — центр туризма, культуры, спорта. Все идеи хороши, многими из них действительно надо заниматься, реализовывать. Только большинство из них сами по себе благополучного будущего не обеспечат, больше затратные, чем доходные. О будущих рабочих местах большого числа конкрет-



Съезд народных депутатов РСФСР 1990 г.

ных специалистов в городе, прежде всего, думать необходимо.

Любое обсуждение в депутатском коллективе каких-либо идей и предложений осложнялось непримиримостью представителей разных политических убеждений. Даже хорошие предложения представителя другого крыла не воспринимались автоматически — не наш!

Далеко так не уедем...

Приходили приглашения на Пучёбу, на семинары разные. Выбирали по профилю и отправляли группы депутатов. Если четыре человека, то из разных групп. Возвращались, если не друзьями, то товарищами. Разными методами на конструктив пытались вывести. Да и время совместной работы помогало.

Центральные новостные программы много и широко представляли первый в стране опыт решения вопросов трудовым коллективом на заводе ВЭФ в Прибалтике. Нашли, договорились и привезли в город ставших известными на этом опыте игротехников. Под их руководством собрали на Копанском озере в декабре 1990-го года большинство депутатов на три дня для обсуждения перспектив города и направлений его развития. Постоянно я не участвовал, но иногда навещался, было понятно, что нормальный итог будет, рабочий. Многие месяцы до этого тоже ведь работали.

Итогом стало признание абсолютным большинством, что будущее города связано с атомной энергетикой. Подготовили серьёзные обоснования этого коллективного мнения, различные документы. Проекты решений вынесли на сессию городского Совета в феврале 1991 года. Вопрос был очень качественно подготовлен. Итоги рассмотрения и голосования для нашего Совета были уникальны — двое воздержались, остальные «за».

Вскоре договорился о встрече по какой-то надобности с Министром энергетики России. Когда зашёл в его кабинет, он вышел из-за стола, взял меня под руку, вывел в приёмную и говорит секретарю:

— Запомни этого человека. Когда бы он ни пришёл, совещание у меня, посетители, сразу его ко мне.

Опять в кабинет завёл:

— Вы не представляете, что вы сделали своим решением о развитии атомной энергетики в Сосновом Бору! Мне с Дальнего Востока звонят, правда ли ленинградцы такое решение приняли? Это же первое решение вообще какого-либо властного органа о развитии атомной энергетики после Черно-

быля! До вашего решения были только протесты и отрицание.

Ну что ж, хорошо. Если будем с чем-то обращаться к данному Министру, всегда поможет. Теперь надо предметно работать на реализацию нашего решения. Раз мы первые, то и сохранить это первенство надо. Серьёзнейший вопрос. В 21-веке по ресурсному сроку поочерёдно начнут выводиться из эксплуатации блоки ЛАЭС. Дальше что? Если строить какие-то замещающие, то процесс совсем не быстрый, уже сейчас продумывать и принимать решения надо.

Уже в апреле 1991 года в Сосновом Бору встречали группу депутатов во главе с Председателем Комитета по промышленности и энергетике Верховного Совета РСФСР. Тема встречи и совещания: «О решении проблем энергообеспечения Ленинградского региона и развитии Соснового Бора как научного и индустриального центра атомной энергетики». В результате получили ещё одних хороших союзников для решения наших стратегических задач.

Отличные специалисты у нас в Горсовете депутатскую комиссию по энергетике возглавляли Виталий Константинович Засуха, председатель, и Артур Генрихович Петров, член комиссии. В разговорах с ними и родилась идея провести конкурс на лучший энергоблок нового поколения. Международный конкурс, поскольку, по мнению специалистов ничего готового к практической реализации и строительству у нас в стране на тот момент не было.

Тогда же, на Копанском, приглашённые эксперты впервые предупредили о гиперинфляции, которая ожидает страну при движении путем приватизации всего. Специалисты настойчиво убеждали идти небольшими шагами, не приватизировать инфраструктуру и развивать её как базу для роста бизнеса.

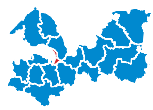
Если бы в будущем подобные решения хоть как-то зависели от местных властей, так бы многие и поступили...

Медиапроект реализуется при поддержке Комитета по печати Ленинградской области



Актуальные вопросы местного значения

	автомобильные дороги и сооружения на них (тротуары)		объекты физической культуры и массового спорта
	водоснабжение/водоотведение (ремонт магистральных сетей, водонапорной башни, колонок и др.)		места массового отдыха населения
	учреждения культуры, образования и библиотечного обслуживания населения		объекты организации благоустройства территории
	объекты уличного освещения		объекты по обеспечению первичных мер пожарной безопасности
	объекты культурного наследия, объекты развития местного традиционного народного художественного творчества		Другое....



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

НАРОДНАЯ ПОДДЕРЖКА

Тысячи ленинградцев ежедневно участвуют в работе некоммерческих организаций (НКО), главная цель которых — поддержка наших бойцов в зоне спецоперации, а также оказание помощи их родным и близким. Показателен пример конкурса грантов губернатора Ленинградской области для НКО, итоги которого объявили недавно. Каждая третья заявка-победитель была связана с темой защиты Родины, специальной военной операции и патриотического воспитания.

Мы пообщались с победителями грантового конкурса и узнали больше об их благородной миссии. Ветераны СВО, жёны и матери наших бойцов, активная молодёжь — всё это разные люди, которых объединяет желание быть вместе с Родиной в непростое время.

СЕМЬЯ ГЕРОЯ

Наш земляк, младший сержант Анатолий Паскаль погиб в зоне специальной военной операции осенью 2022 года. Он служил на блокпосту в Харьковской области, где занимался в том числе сопровождением гуманитарных грузов на передовую. Следил, чтобы оборудование и посылки доставались тем, кому они реально предназначались. Обеспечивал их безопасную и своевременную транспортировку.

В память о герое в Ленинградской области начал работу благотворительный фонд «Паскаль за Мир». Его учредила семья Анатолия — так близкие решили продолжить дело бойца. Они нашли в себе силы не только жить после тяжкой потери, но и помогать другим.

Потеря близкого — самое сложное переживание с точки зрения нагрузки на психику. В этот период важно предоставить психологическую помощь и моральную поддержку родным и близким. В особой заботе нуждаются родители, жёны и дети, потерявшие в ходе СВО детей и мужей, отцов. Наш фонд будет оказывать такую поддержку родным наших героев, — рассказала руководитель фонда, мама Анатолия Елена Паскаль.

На сегодняшний день фонд помогает семьям в поисках без вести пропавших участников специальной военной операции, проводит реабилитационные мероприятия для тех, кто только

ИЗ ДОМА — С ЛЮБОВЬЮ И ВЕРОЙ!

ОБЩЕСТВЕННЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ПОДДЕРЖИВАЮТ УЧАСТНИКОВ СПЕЦОПЕРАЦИИ И ИХ СЕМЬИ



Участники Ассоциации ветеранов специальной военной операции Ленинградской области

что вернулся с фронта, оказывает психологическую помощь близким погибших героев.

— В планах — экскурсии в Кронштадт, выходные за городом, посещение веревочного парка, дни красоты для женщин, совместные чаепития. Разработаны программы мастер-классов по направлениям: деревообработка — подсвечник для дома «Ангел», роспись шопперов, нейроработы, занятия по живописи для взрослых и детей, — делится планами Елена.

Не обходится и без привычных сборов на нужды фронта, посылки и писем на передовую. А ещё в фонде готовы помогать ленинградцам, попавшим в трудную ситуацию, даже если они не связаны с СВО. Такова философия семьи Паскаль — семьи настоящего героя.

СВОИХ НЕ БРОСАЕМ!

Активную жизненную позицию занимают ветераны СВО, которые уже вернулись к мирной жизни в Ленинградской области. Герои спецоперации становятся социальными предпринимателями, преподают уроки патриотического воспитания, организуют гуманитарные сборы на нужды фронта. Для того чтобы объединить усилия неравнодушных бойцов, в регионе была создана «Ассоциация ветеранов СВО».

Организацию возглавляет Алексей Ярославцев — наш

земляк, который не понаслышке знает, что такое служить Родине. С 2014 года он принимал непосредственное участие в боевых действиях на территории ЛНР. В разные годы служил начальником разведки, инструктором по тактике и тактической медицине... На фронте боец получил серьёзное ранение позвоночника, после чего демобилизовался и построил свою жизнь вокруг простого принципа: «Своих не бросаем!».

— У меня большой опыт тактической медицины — нехитрых приёмов первой помощи, которые могут спасти жизни в условиях боя. На фронте я обучал им и офицеров, и рядовых. По возвращении решил, что продолжу передавать эти важные знания. Теперь веду бесплатный курс тактической медицины для мобилизованных, — говорит руководитель Ленинградской региональной общественной организации «Ассоциация ветеранов специальной военной операции» Алексей Ярославцев. — Иногда я и мои товарищи выезжаем на передний край, привозим гуманитарную помощь и проводим занятия для ребят, выполняющих боевые задачи.

Представительства организации охватили уже многие районы нашей области — Кингисеппский, Гатчинский, Волховский, Всеволожский, Лужский, Тосненский, Киришский. На этом ветераны останавливаться не намерены, они активно налаживают сотрудничество с товарищами из разных уголков 47-го региона. Работа НКО поделена на два направления: гражданское включает в себя помощь инвалидам СВО, пропаганду здорового образа жизни и наставничество. В рамках военного направления ветераны посылают гуманитарную помощь на передовую, выступают в качестве инструкторов для мобилизованных и добровольцев.

Что касается гранта губернатора, то его направят на проект «Отец Героя», посвящённый увековечиванию памяти наших бойцов. Ассоциация организует съёмку видеосюжетов, посвящённых отцам участников СВО, а также вы-

ставку их фотопортретов. По задумке на каждом снимке отец будет держать фото своего сына и его любимую вещь: удочку, гитару, футбольный мяч...

— Сегодня реализуется много проектов с жёнами и матерями бойцов, однако про отцов мало кто говорит. А ведь именно они рассказывают сыновьям, что такое мужество, честь и защита Родины. Как правило, мужчины держат всё в себе, не дают волю слезам. Надеемся, что сможем не только сохранить память о погибших военнослужащих, но и оказать психологическую помощь их близким. Тем, кто вырастил Героев, — резюмирует Алексей Ярославцев.

она. Они регулярно посещают бойцов в госпиталях, передают гуманитарную помощь от неравнодушных людей, плетут маскировочные сети, — говорит председатель областного отделения общероссийской организации «Союз женщин России» Татьяна Толстова.

Победа на конкурсе грантов губернатора Ленинградской области поможет «Женсовету 47» реализовать большой проект — Третий Женский форум «Социальные инициативы женщин в реализации национальных проектов Ленинградской области». Отдельный блок форума посвятят поддержке семей участников специальной военной операции.

Ещё один ленинградский проект с женским лицом — Центр социально-психологической поддержки населения «МАТРОНА». До недавнего времени организация оказывала помощь пожилым людям и инвалидам. Теперь же здесь готовы применить опыт социальной работы на благо семей участников СВО совместно с активистами проекта NEVALADOGA.

— Цель нашей команды — помочь семьям ветеранов и участников специальной военной операции Волховского района Ленинградской области в прохождении социальной, психологической адаптации и ресоциализации, — говорит руководитель проекта Алиса Геннадьевна.

Средства гранта помогут объединить 40 семей наших защитников. Для них в течение 29 недель будут проведены занятия-тренинги для освоения приемов саморегуляции и управления стрессом.

— Важным результатом проекта станет создание силами участников произведения монументального искусства — большого керамического панно, которое будет установлено в ФСЦ «Волхов» и торжественно презентовано в ноябре, — рассказала Алиса Геннадьевна.

АЛЕКСАНДРА РОДИОНОВА

ФОТО: КОМИТЕТ ОБЩЕСТВЕННЫХ КОММУНИКАЦИЙ ЛО



Письма бойцам от детей Ленобласти

ТЕПЛО ЖЕНСКИХ СЕРДЕЦ

Не остались в стороне и женщины Ленинградской области, будь то матери и жёны наших защитников или же просто неравнодушные ленинградки. Например, свою программу поддержки участников СВО разработали в региональном отделении Союза женщин России. В состав организации входят 120 женсоветов во всех районах Ленобласти и свыше 3,7 тысячи участниц.

— Очень активна команда женсовета Всеволожского рай-



Женщины на мастер-классе по изготовлению маскировочных сетей



Благотворительная ярмарка в поддержку защитников Отечества в п. Новоселье

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



ПОРТРЕТ

СДЕЛАТЬ ТО, ЧТО ДРУГИЕ НЕ СМОГУТ

КТО И КАК ЗАЩИЩАЕТ ПРАВА И ИНТЕРЕСЫ НАШИХ ЗАЩИТНИКОВ

Ирина Иванова из Приозерска служит социальным координатором государственного фонда «Защитники Отечества». Как и десятки её коллег по всей Ленинградской области, она находится на связи с участниками СВО и членами их семей в режиме 24/7. Мы узнали у этой хрупкой, но сильной женщины, как устроена работа людей, которые изо дня в день защищают наших защитников.

ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ

Ирина родилась и выросла в Приозерске. В городе и районе её знают как настоящего профессионала. Выпускница Александровского лицея и петербургского РАНХиГС, она могла бы построить блестящую карьеру в Северной столице. Однако девушка вернулась в родной городок на берегах Ладоги, где сначала служила в местном ОВД — тогда ещё в милиции, а позже — в Кадастровой палате. Ярким моментом в карьере Ирины стала работа в МФЦ: в первый же год она победила во всероссийском конкурсе на звание лучшего универсального работника многофункционального центра.

— Это было грандиозно. Просто незабываемые впечатления. Я — в правительстве города Москвы и получаю награду из рук Дмитрия Анатольевича Медведева. И это не сон, — вспоминает наша героиня.

Почти десять лет Ирина отдала любимому МФЦ, но тут в её жизни появились «Защитники

Отечества». Женщина поняла: на этом месте она сможет по-настоящему помогать людям.

— Семья меня поддержала. И муж, и мама рекомендовали согласиться на это предложение. Сказали: мы всё осилим и всегда тебя поддержим, — делится Ирина. — И хотя сейчас мы находимся на работе 24 на 7, я чувствую себя на своём месте. Особенно когда вижу глаза человека, вопрос которого был решён благодаря моим стараниям.

НЕТ НЕРЕШАЕМЫХ ВОПРОСОВ

Действительно, в телефоне нашей героини — десятки сообщений от благодарных земляков.

— Ирина Максимовна, огромное спасибо! Вы сделали то, с чем не справились другие, — повторяется рефреном в письмах ветеранов СВО и их родных.

Когда она только пришла в фонд, к ней обратился боец, который после ранения ещё не был демобилизован и находился при части. Мужчине нужно было в короткие сроки освободить временное жильё — военный и его невеста могли оказаться на улице. Однако благодаря взаимодействию с главой Ромашкинского сельского поселения Сергеем Танковым Ирине удалось решить проблему буквально за час. Бойцу нашли жильё, чтобы он спокойно мог решить вопрос с демобилизацией и лечением перед тем как вернуться к себе домой.

В другом случае ветеран более года не мог получить выплаты за ранения из-за проблем

с комплектом документов. С помощью Ирины «бумажки» удалось привести в порядок — и к Новому году человек получил всё, что положено по закону!

— Он был невероятно счастлив. До этого стучался в разные двери и получал отказы. Мы же справились: оказалось, что нет нерешаемых проблем, — вспоминает Ирина.

НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Наверное, самое яркое воспоминание Ирины о службе в фонде — поездка на Кубок защитников Отечества со сборной Ленинградской области. Ветераны спецоперации тогда успешно выступили на соревнованиях и вошли в число лучших команд страны.

— Ребята на Кубке относились к категории паралимпий-



Работа Ирины отмечена наградами



Ирина Иванова (вторая слева) на патриотическом форуме «Вместе победим»

цев. Я впервые увидела, как люди могут дальше продолжать полноценно жить, несмотря на ограниченные возможности здоровья. Скажу честно: вернулась из этой поездки совершенно другим человеком, — говорит Ирина. — А уж когда на церемонии награждения на пьедестал поднимается «твой» боец... То просто сидишь вся в слезах — такое не забывается!

Вот так получается: не только Ирина меняет жизнь ветеранов СВО, но и они оказывают на неё неоценимое влияние. Мотивируют жить, верить в себя, трудиться.

— Сейчас главное слово в моей жизни — «нужность». Быть нужной людям. Все вокруг заметили, что у меня горят глаза, что на этой работе я стала по-другому выглядеть, что я всё делаю с искренней радостью, — с гордостью отмечает Ирина.

Глядя на хрупкую Ирину, поражаешься, как у неё на всё хват

ает сил — и физических, и эмоциональных... Однако женщине помогает семья: мама, дети и, конечно, муж, с которым Ирина вместе буквально с первого класса.

— У кого-то в семье жена является хранительницей очага, у нас в данный момент наоборот — жена суперактивная, а муж за мной поспевает и прикрывает тылы дома, — шутит Ирина.

Сейчас наша героиня учится разделять работу и личное время. Чтобы не перегореть, не потерять себя. Читает литературу по криминалистике, катается на сноуборде, готовит коронный торт «Сникерс». Но признаётся: даже если в часы отдыха ей позвонят с работы по срочному вопросу, — то всегда откликнется. Ведь так работают «Защитники Отечества» — к любому вопросу здесь всегда найдут личный подход.

ТАТЬЯНА ПЕРОВА
ФОТО: АРХИВ ИРИНЫ ИВАНОВОЙ

ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА



По инициативе Президента России Владимира Путина в стране создана Рабочая группа по вопросам специальной военной операции. Её участники — депутаты Госдумы и сенаторы РФ — на постоянной основе изучают обращения военнослужащих и семей мобилизованных. Результаты этой работы передаются напрямую Президенту и руководству Министерства обороны.

На минувшей неделе в Мультицентре социальной и трудовой интеграции в г. Всеволожске прошла встреча с участником Рабочей группы — депутатом Госдумы Яной Лантратовой. Депутат осмо-

трела производственные мастерские, а также компьютерный класс Мультицентра, где ветераны проходят обучение по специальностям «Оператор ЭВМ», «Компьютерная графика», «1С: Склад». Это направление особенно актуально для участников СВО и членов их семей как востребованное на региональном рынке труда.

Главной частью мероприятия стала встреча с участниками спецоперации и их родными. Об успешном опыте сотрудничества с Мультицентром и фондом «Защитники Отечества» рассказал ветеран СВО Александр Малов. Мобилизованный боец получил минно-взрывное ранение, 12 апреля его ждёт демобилизация.

ВОПРОСЫ БОЙЦОВ НА КОНТРОЛЕ ГОСУДАРСТВА

В ЛЕНОБЛАСТИ ПРОХОДЯТ ВСТРЕЧИ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ВЛАСТИ С УЧАСТНИКАМИ СВО И ИХ РОДНЫМИ

— Я получаю достаточно мер поддержки. В частности, протезирование — полностью за счёт Минобороны. Выделяют сумму, выбираешь клинику, получаешь в ней протез. Я получал в Центре инновационных технологий в ортопедии в Москве. Выдают три протеза — один от Министерства обороны, остальные два гражданские для занятий спортом и купания. Качество протезов отличное, — рассказывает Александр.

Также, говоря про меры поддержки, ветеран упомянул, что инвалидам полагается система управления «Умный дом», льгота по транспортному налогу, скидка 50% на услуги ЖКХ. Кроме того, фронтовика перевели на бюджетное обучение в вузе, где он учился до мобилизации. Сегодня мужчина вернулся к учёбе в стенах Российского государственного гидрометеорологического университета.

Не обошлось и без проблемных вопросов. Например, родные

бойцов рассказали о необходимости доработки законодательства, касающегося прохождения военно-врачебной комиссии, а также упрощения процедуры получения статуса ветерана СВО.

Своей историей поделился боец с позывным Тритон. По виду крепкого мужчины никто бы не смог догадаться, что у него в голове находится более десяти осколков. Военный нуждается в комплексной реабилитации. Говорит: выплаты от государства за ранение получил вовремя и полностью, а лечение — подкачало! В медучреждениях ссылаются на нехватку мест или просто отмахиваются.

— Нам помогает Администрация Всеволожского района, два раза выделяли автомобиль для поездок по инстанциям, но сбор документов и общение с медиками отнимают очень много времени, — рассказала мать героя.

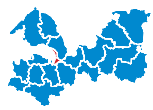
Яна Лантратова взяла эту ситуацию на личный контроль

и пообещала подготовить законодательную инициативу для решения проблем такого рода. Остальные обращения также были официально зафиксированы — с личными данными бойцов и номерами воинских частей.

— Все вопросы мы решаем напрямую с Минобороны РФ в рамках Рабочей группы по вопросам СВО. Эта группа — инструмент обратной связи с передовой для Президента, — поделилась Яна Лантратова. — Ежемесячно мы готовим доклад для Владимира Владимировича. На сегодняшний день нашей группой инициировано, принято и подписано президентом 100 законов в поддержку участников СВО. Я за год приняла 6894 человека, 85% людей уже получили помощь и поддержку.

Что касается работы Мультицентра, то участница Рабочей группы оценила её высоко, назвав опыт Ленобласти уникальным и уместным для тиражирования в рамках всей страны.

АЛЕКСАНДРА РОДИОНОВА
ФОТО: МУЛЬТИЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ И ТРУДОВОЙ ИНТЕГРАЦИИ



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

СОЦИАЛЬНАЯ ПОЛИТИКА

ПОДДЕРЖКА — В ТЫЛУ И НА ФРОНТЕ

На сегодняшний день в Ленинградской области действуют 65 мер социальной поддержки участников специальной военной операции, в том числе 18 прямых выплат, а также 46 льгот и социальных услуг для членов семей военнослужащих.

Наши защитники могут рассчитывать на прямую поддержку государства с момента поступления на службу. В том числе — на выплату до 1 миллиона рублей. Эта сумма состоит из региональной единовременной выплаты в размере 505 000 рублей, 195 000 рублей из федерального бюджета, а также права на получение земельного участка в 47-м регионе с возможностью получения денежного эквивалента в 300 000 рублей.

Ленинградская область также стала первым регионом, который не учитывает единовременные выплаты участникам СВО и их семьям при предоставлении отдельных мер социальной поддержки.

С того момента, как Ленинградская область установила единовременные выплаты участникам СВО и их семьям, — такие выплаты (например, в связи с заключением контракта, а также по ранению и гибели участников СВО) не учитываются в расчете среднедушевого дохода семьи при назначении полагающихся региональных мер социальной поддержки, — прокомментиро-

КОМАНДА 47 РАСШИРЯЕТ СПИСОК МЕР СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ УЧАСТНИКОВ СВО И ИХ СЕМЕЙ

вала председатель комитета по социальной защите населения Анастасия Толмачева.

Подобная практика скоро будет внедрена во всех субъектах Российской Федерации. Этой весной Президент России Владимир Путин дал соответствующее распоряжение кабинету министров. В очередной раз 47-й регион оказался флагманом социальной политики в масштабах всей страны.

В Год семьи особенно важна и другая региональная мера поддержки — единовременное пособие и ежемесячная выплата беременным жёнам участников спецоперации. По состоянию на апрель 2024 года размер разовой выплаты составляет свыше 38 900 рублей, ежемесячной — более 8 800 рублей. Более того, на базе Перинатального центра в Гатчине была разработана специальная программа для жён участников специальной военной операции, в рамках которой пациенткам бесплатно предоставляется индивидуальное ведение родов и пребывание в палате повышенной комфортности, а также осуществляется бесплатное послеродовое сопровождение и педиатрическое консультирование ребёнка в течение года после рождения.

Для членов семей военнослужащих также доступен льготный

проезд на основании единого социального проездного билета на маршрутах регулярных перевозок. С января 2024 на основании соглашения между Санкт-Петербургом и Ленинградской областью такой билет также обеспечивает право проезда на общественном транспорте Санкт-Петербурга, в том числе в метро.

В списке «семейных» льгот также компенсация 50% оплаты за ЖКУ (без учёта нормативов), освобождение от уплаты транспортного налога, компенсация части расходов на приобретение топлива или баллонного газа, бесплатная юридическая и психологическая помощь. Дети участников СВО наделяются особыми правами в сфере образования: льгота на оплату детского сада (100% от стоимости), освобождение от платы за продлёнку, бесплатное питание для учащихся 5–11 классов, льготное пребывание в оздоровительных лагерях, ежемесячная стипендия губернатора для учащихся учреждений среднего профессионального образования (5000 рублей) и вузов (8000 рублей).

Среди важных новаций — газификация индивидуальных домовладений за счёт средств областного бюджета Ленинградской области, программа поддержки жён и детей военнослужащих в Гатчинском реабилитационном центре «Дарина»,

Памятка о мерах поддержки участников СВО и членов их семей:



выдача социального паспорта каждой семье участника СВО — этот документ объединяет в себе всю информацию о мерах поддержки, доступных семье героя.

Отдельный блок мер социальной поддержки посвящён реабилитации и адаптации ветеранов. Он включает в себя помощь с оформлением статуса ветерана, льготный проезд, освобождение от транспортного налога, расширенную программу социально-го обслуживания. Инвалидам СВО помимо еже-

месячной денежной выплаты предоставляется помощник по уходу на дому, технические средства реабилитации, услуга «Социальное такси», медицинская, психологическая и реабилитационная помощь.

Магистральным направлением в работе с ветеранами стало переобучение и трудоустройство наших защитников, вернувшихся с фронта. Яркий пример — новый набор учащихся в Мультицентр социальной и трудовой интеграции на краткосрочные курсы по профессиональной переподготовке, стартовавший в начале апреля. Среди доступных курсов с продолжительностью обучения 2,5 месяца — «Оператор БПЛА», «1С Склад», «Компьютерная графика» и «Оператор печатного оборудования». Питание и проживание включены в обучение.



ГЕРОИ СПЕЦОПЕРАЦИИ



Глеб Федоров — доброволец, ушедший на фронт в 2022 году, патриот, не оставивший Родину в самый тяжёлый период специальной военной операции.

Уроженец Гатчины после срочной службы работал вальщиком в лесу. Спокойная, мирная жизнь, которой наш герой был полностью удовлетворён. Но всё изменилось с началом специальной военной операции. Глеб Федоров с первого дня СВО начал внимательно следить за сводками с фронта, мысленно пребывая с военнослужащими российской

армии. Уже тогда у Глеба и его близких друзей появилась настоящая цель — присоединиться к защитникам родной страны.

— В первый раз в военкомате нам с ребятами сказали, что пока добровольцы не нужны — армия справляется. Мы не растерялись и оставили телефонные номера на пункте призыва. Через некоторое время получили звонок, после которого с товарищами оказались в зоне специальной военной операции. С этого момента я и мои братья (так Глеб называет друзей, которые вместе с ним ушли на

фронт) стали причастны к судьбе России! — вспоминает герой. В составе Комендантского взвода доброволец из Ленинградской области попал на одно из самых горячих направлений СВО лета 2022 года — Харьковское. В сентябре того же года под Купянском взвод Глеба оказался в окружении.

ХОЧУ БЫТЬ ПОЛЕЗНЫМ ДАЖЕ В ТЫЛУ

ИСТОРИЯ ЛЕНИНГРАДЦА ГЛЕБА ФЁДОРОВА — КАВАЛЕРА ОРДЕНА МУЖЕСТВА

— Голоса противника были слышны совсем рядом, за забором. По нам без перерыва работали артиллерия, танки и снайперы. Однако жители города не уезжали, несмотря на ожесточённые бои. Больше всего мне запомнилась бабушка — жительница окружённого города, которая по-матерински звала нас сынками и просила не оставлять их украинским неонацистам. «Сынки, русские, такие молодые! Не оставляйте нас!» Помню до сих пор эти слова. Но приказ уходить был уже отдан. Наверное, отходить с позиций тяжелее, чем наступать, — говорит Глеб.

Для отвлечения внимания врага при отходе из города Глеб и его боевые товарищи взорвали грузовик, наполненный минами и вещами. В результате взрыва образовалось огненное облако,

на которое слетелись все вражеские дроны. Это дало большое преимущество, и российские бойцы смогли выйти к своим. Военная смекалка и отвага комендантского взвода спасла жизни до батальона солдат. Вскоре Глеб Федоров был представлен к Ордену Мужества Российской Федерации.

Конечно, несмотря на все ужасы войны, даже на фронте бывают позитивные моменты — признаётся ветеран СВО. Без позитива сложно поддерживать моральный дух армии — таковы правила жизни!

— Помню, под городом Изюмом с ребятами пошли проверять дома на наличие украинских боевиков. Но нашли там только в одном из заброшенных домов самовар и остатки консервированных помидоров. В этот момент начался артиллерийский огонь. Укрылись от обстрела. Нас поливают тридцатым калибром, а мы сидим в укрытии с самоваром и помидорами. Смех сослуживцев в тот момент сложно будет забыть, — улыбается Глеб Фёдоров.

Из-за тяжёлых ранений Глеб больше не сможет служить в рядах Вооружённых сил России,

но оставаться в стороне тоже не собирается.

— После комиссования из армии я приобрёл навыки оператора БПЛА (беспилотный летательный аппарат). Теперь если я не могу бегать, то могу летать! Также в ближайшее время буду обучать школьников и готовящихся к боевым действиям солдат управлению дронами. Хочу быть полезным Родине даже в тылу! — заявляет наш собеседник.

Глеб Федоров — настоящий пример для подрастающего поколения России. Простой, скромный парень из Ленинградской области, ставший защитником и отдавший здоровье за Родину. Такие, не похожие киношных на героев фильмов о войне — маленького роста и, на первый взгляд, обыкновенного телосложения — именно такие ребята стали опорой для родной страны, жертвуя жизнью и здоровьем. После победы над нацизмом на таких ребятах, как Глеб, будет закладываться фундамент новой, великой и могущественной России!

Илья Бунин
ФОТО: ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ

КУЛЬТУРНЫЙ ПЛАСТ

Во Дворце культуры «Строитель» подвели итоги традиционного конкурса детского творчества «Сосновоборская мозаика». Проходил он уже в двадцать восьмой раз, а организует его Дом детского творчества при поддержке комитета образования и Сосновоборской городской администрации.

Нынешний фестиваль совсем не похож на те, которые проходили в начале его существования. Тогда — в течение нескольких дней на одной большой площадке (чаще всего в мэрии) шли различные мероприятия — концерты, выставки, конкурсы, спектакли. Сейчас события разворачиваются в течение нескольких месяцев и на самых разных площадках, а в конце — гала-концерт и награждение победителей.

Участников с годами меньше не стало. В этом году их было более двух тысяч, а готовили конкурсантов двести пятьдесят педагогов. Настоящий смотр творческих сил будущего! Нынешняя «Сосновоборская мозаика» была посвящена Году семьи в России.

Направлений много — практически каждый ребенок может участвовать в том, что интересно и по силам именно ему. Результаты тех, кто занимается живописью и декоративно-прикладным искусством (а таких студий в Сосновом Бору немало), можно было видеть на выставке в фойе Дворца культуры. Лучшие работы юных фотографов объединили в видеофильм — и показали его в самом начале концерта. Был и литературный конкурс «Проба пера», и традиционные направления — конкурс хореографических коллективов «Ритмы весны», вокальный конкурс «Пою тебя, мое Отечество», театральные фестивали «Театр и мы».

Но давайте заглянем в ДК. У входа гостей встречает команда клоунов — и желающих с ними поиграть оказалось немало. И не только малышей (в фестивале участвовали несколько детских садов), но и ребят постарше и даже родителей. В арт-галерее — выставка: рисунки, технические поделки, куклы, вышивка, вязание, выжигание, флористика. В общем, всего много, есть из чего выбрать, и это значит, что в городе работают кружки и студии, где всему этому учат.

В концерте выступили несколько школьных вокальных коллективов. Сейчас есть очень



интересные технические возможности, которые позволяют создать интересный и зрелищный номер буквально для любого исполнителя. Надо только уметь эти возможности использовать. И этому в Сосновом Бору тоже учат.

Очень яркое впечатление оставили хореографические коллективы. Ансамбли Дома детского творчества «Светоч» и «Экзерсис» известны далеко за пределами нашего города, каждый номер — яркое событие, а занимаются в этих коллективах самые обычные сосновоборские дети. Которые просто любят танцевать — и имеют возможность этому научиться. Учат танцевать и в Детско-юношеской спортивной школе — в гала-концерте участвовали две группы юных мастеров художественной гимнастики, в том числе — самая младшая. Они занимаются всего год, но уже многое освоили, в том числе — не теряться на настоящей большой сцене. И заслужили свои первые аплодисменты.

Как рассказала директор Дома детского творчества Дина Попова, фестиваль традиционно проходит весной — это подарок городу в день его рождения от самых юных жителей. Детское

творчество — неиссякаемый источник, и с каждым годом появляются новые мастера и новые направления. Значит, и фестиваль будет продолжаться!

Марина ПЕТРОВА



ДЮСШ



С 1 по 17 апреля воспитанники ДЮСШ принимают участие в Первенстве Российской Федерации 2024 года по шахматам (блиц, быстрые шахматы, классика) в Екатеринбурге Свердловской области.

2 апреля воспитанники ДЮСШ принимали участие в Первенстве Ленинградской области по баскетболу среди юношей 2009 года рождения и младше, которое проходило в пос. им. Морозова. Команда ДЮСШ г. Сосновобор стала чемпионом Ленинградской области! (Тренер — Шведов А. В.)

С 3 по 09 апреля воспитанницы ДЮСШ принимают участие в муниципальных соревнованиях по художественной гимнастике «Березка», посвященных ЗТР РСФСР Матвеевой З. М., которые проходят в Иваново.

С 3 по 19 апреля проводится «Весеннее первенство ДЮСШ по шахматам». Первенство проходит в клубе «Белая ладья» по адресу: проспект Ге-

роев, дом 62 по понедельникам, средам, пятницам с 15.30.

5 апреля воспитанницы ДЮСШ принимали участие в гала-концерте 28-го городского открытого фестиваля детского и юношеского творчества «Сосновоборская мозаика-2024».

7 апреля воспитанницы ДЮСШ принимали участие в Одиннадцатом открытом дружественном турнире по художественной гимнастике КХГ «Мариэль» и ФКУ «Океаниум» в Пушкине.

В личном зачете:

Среди гимнасток 2019 года рождения 3 место заняла Шульц Мишель.

Среди гимнасток 2018 года рождения:

3 место — Кондратова Варвара, Стембальская Ева, Павлова Милана.

Среди гимнасток 2016 года рождения:

2 место — Коробченко Яна.

3 место — Давыдова Арина.

Среди гимнасток 2014 года рождения: 2 место — Борух Алиса.

Среди гимнасток 2011 года рождения: 2 место — Лазейкина Вероника.

В групповых упражнениях среди гимнасток 2016 года рождения:

1 место заняла команда в составе: Давыдова Арина, Зубарева Анастасия, Коробченко Яна, Мазманян Луиза, Нехорошкова Арина, Рыкова Дарья.

(Тренеры: Смирнова К. В., Кутлаева К. А., Давыдова В. П.)

7 апреля воспитанники ДЮСШ принимали участие в 22-м Фестивале «Школа японской борьбы» в С.-Петербурге.

По итогам фестиваля воспитанники ДЮСШ включены в сборную команду Ленинградской области и примут участие в соревнованиях Северо-Западного Федерального округа по Восточному Боевому Единборству «Сётокан». Победители и призеры награждены кубками, медалями и дипломами Региональной общественной организации «Школа каратэ-до ТОКУКАЙ» г. Санкт-Петербурга



и специальными призами от Генерального Консульства Японии.

10 апреля проводим муниципальный этап соревнований Президентских состязаний по баскетболу 3x3 среди обучающихся 2009–2010 годов рождения, на базе МБОУ «СОШ № 9 им. В. И. Некрасова». Начало в 10.00.

11 апреля проводим муниципальный этап соревнований Президентских состязаний по спортивному многоборью среди 6 класса, на базе МБОУ «СОШ № 1». Начало в 10.00.

С 12 по 14 апреля воспитанницы ДЮСШ принимают участие в соревнованиях по художественной гимнастике 4-й Областной спартакиады детско-юношеских школ Ленинградской области в г. Кировске (гимнастки 2008–2015 годов рождения сборных команд спортивных школ).

12 апреля воспитанницы ДЮСШ принимают участие в Областном турнире по художественной гимнастике «Шаг к победе» в Кировске.

А. ПАВЛОВ, директор ДЮСШ



БОКС

С 4 по 6 апреля в пос. Вяхтелево Гатчинского района проходил традиционный турнир по боксу памяти МС СССР Соловьёва А. В.

В нем участвовали спортсмены Ленинградской и Новгородской областей, различных клубов г. Санкт-Петербурга.

Боксёры СШ «Малахит» клуб бокса К-24 также приняли участие в этом турнире и добились следующих результатов.

1 место: Гришуков Иван — 2013 г., Федосеев Арсений, Шильченко Егор — 2010 г.;

2 место: Исмаилов Наир, Сальник Александр — 2013 г., Абрамов Даниил — 2010 г.

3 место: Рабчук Иван — 2011 г.

Поздравляем ребят и их тренеров: Басковцева С. А., Абрамова Д. Ю., Кирилова В. Н.

Благодарим СШ «Малахит» и администрацию нашего города за предоставление транспорта.



7 апреля команда каратистов в составе 17 спортсменов из Соснового Бора приняла участие в 22-м Фестивале «ШКОЛ ЯПОНСКОЙ БОРЬБЫ» в Санкт-Петербурге.

Эти соревнования стали первым выездом в новом спортивном сезоне для наших ребят. Воспитанники ДЮСШ продемонстрировали отличную технику в дисциплинах «Кумите», «Ката» и получили заслуженные награды. В открытии соревнований и награждении спортсменов принял участие атташе по Культуре Генерального Консульства Японии в Санкт-Петербурге. На открытии были продемонстрированы техники боевых искусств на мечах, Нагинатах и Бо, спортсменами «Федерации Кэндо» и клуба «Сейдокан». Зрители с интересом смотрели выступления самураев, облаченных в традиционную экипировку.

По итогам фестиваля несколько спортсменов из нашего города включены в сборную команду Ленинградской



МАЛАХИТ



ДЗЮДО

6 апреля в городе Череповец прошло Первенство СЗФО по дзюдо.

На пьедестал поднялись наши сосновоборские спортсменки (участники до 13 лет): Селькова Мирослава, Кашфулисламова Анна, Дмитриева Елизавета.

4 апреля там же на первенстве СЗФО по дзюдо (участники до 15 лет) свою медаль завоевал Авдеев Андрей. Спортсменов тренирует Фролов А. А.

ФЕСТИВАЛЬ ЯПОНСКОЙ БОРЬБЫ



области и примут участие в соревнованиях Северо-Западного Федерального округа по Восточному Боевому единоборству «Сётокан».

Победители и призеры награждены кубками, медалями и дипломами Региональной общественной организации «Школа каратэ-до ТОКУКАЙ» и специальными призами от Генерального Консульства Японии.

Золотые медали завоевали: Милохин Михаил, Мазманян Артур, Малышева Ксения, Романова Олеся, Тищенко Иван, Красновский Роман.

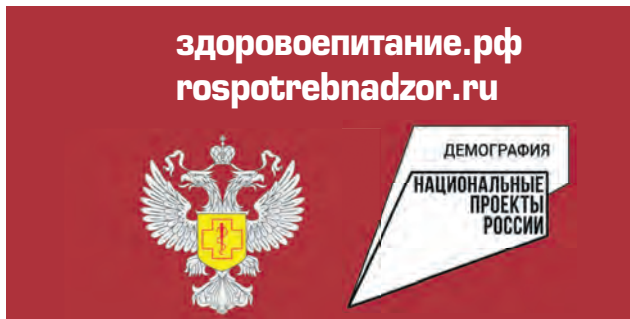
Серебро: Чичашвили Илья, Станев Ростислав, Осипов Константин, Авдюшин Дмитрий, Грибков Артем, Малых Анна, Коваль Марианна.

Бронзовые медали: Рустамов Осман, Малых Александр, Рахматов Артем, Рязанов Михаил.

Хочется выразить большую благодарность родителям детей, которые нашли время, поддержать и принять участие в данном мероприятии.

Спортсменов тренируют Тир Сергей и Новикова Ирина (ДЮСШ).

ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЗДОРОВЫЙ!



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.

С ЧЕГО НАЧАТЬ ДЕНЬ: ПОЛЕЗНЫЙ ЗАВТРАК

Зачем нужен утренний прием пищи и каким он должен быть.

Первый прием пищи заряжает энергией на целый день, запускает процесс метаболизма в организме после периода ночного покоя. От качества и количества еды утром зависит то, насколько продуктивным будет ваш день.

Многие люди привыкли совсем не завтракать, выпить чашку кофе или чая. Но диетологи говорят, что такую привычку нужно менять. Тот, кто пренебрегает завтраком, лишает свой организм нужных ему веществ и витаминов.

Часто можно наблюдать, что в утренние часы человек вялый, сонливый, есть чувство усталости. И потом во время обеда может уже переест лишнего, поскольку организм хочет получить то, чего ему не хватает. Из-за этого появляются лишние килограммы, проблемы с желудочно-кишечным трактом. Поэтому пищу нужно принимать полноценно уже с утра.

ВАЖНОСТЬ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОРГАНИЗМА

Голодному человеку сложно думать о делах. Поэтому после полноценного завтрака концентрация внимания будет лучше. Кроме того, врачи говорят, что правильный завтрак помогает контролировать уровень холестерина и сахара в крови, так как предупреждает возможность переизбытка во второй половине дня. Существует исследование, подтверждающее, что завтракающие люди имеют более сильный иммунитет и не так часто болеют.

В организме есть полезные пищеварительные ферменты, вырабатывающиеся как раз утром. Если человек не ест утром, их секреция снижается, и это может повлиять на работу организма.

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ПЕРЕД ЗАВТРАКОМ

Утром, сразу после сна, если вы не совсем проснулись и аппетит еще не появился, полезно выпить стакан теплой воды. Можно добавить в воду каплю лимонного сока или чайную ложку меда. Важно сделать зарядку или легкую гимнастику — можно даже не вставая с постели. Все эти процедуры улучшат аппетит.

КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ ЗАВТРАК

Прежде всего завтрак должен быть питательным. Его главная задача — зарядить нас энергией на целый день. Если



человек ест рано, то желательно употреблять легкую пищу. В состав завтрака должны входить углеводы и белки. Белки являются главным материалом для строительства клеток, а углеводы отвечают за обеспечение организма энергией.

ЧТО ЛУЧШЕ ЕСТЬ УТРОМ

Полноценный вариант завтрака — каша. Она является источником сложных углеводов, которые обеспечивают энергией и создают чувство насыщения надолго. Кроме того, в крупах много витаминов, минеральных веществ и пищевых волокон, которые полезны для всех органов. Однако это утверждение верно для нерафинированных круп, произведенных из цельного зерна. Каши быстрого приготовления, манная и рисовая каша из очищенного зерна этими свойствами не обладают.

Еще один вариант для завтрака — йогурт или мюсли с фруктами (но в них не должно быть много сахара). Можно приготовить омлет с сыром и дополнить его легким салатом из свежих овощей. Не забудьте про белок — это яйца, творог, орехи, филе индейки или курицы.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКА НА НЕДЕЛЮ

Утром некогда думать о том, что приготовить. Поэтому намного удобнее будет составить меню заранее. Питание, конечно, должно быть правильным, но сильные ограничения приводят к срывам. Если вы не представляете свою жизнь без сладкого, утро — идеальное время для «маленького преступления». Но лучше

выбирать полезные сладости — сухофрукты или фрукты.

После завтрака и до обеда организму необходим правильный перекус. Это поможет избавиться от чувства голода. Работа будет плодотворной, и за обедом вам не грозит переедание. Идеальное время для перекуса или второго завтрака — примерно через три часа после основного приема пищи. Для правильного перекуса прекрасно подойдет яблоко, стакан кефира или горсть орехов.

ЗАВТРАК ПРИ БОЛЬШИХ НАГРУЗКАХ

Правильный завтрак спортсмена или человека с высокой физической активностью отличается от завтрака обычного человека. В процессе тренировок или силовых нагрузок расходуется много энергии, которую нужно восполнить. Завтрак должен быть сбалансированным и более калорийным. Кроме каш, молочных продуктов и яиц спортсменам нужно включить в свой рацион больше мяса, рыбы, отварные и свежие овощи, молочные или кисломолочные продукты.

Какие продукты не подходят для завтрака

- Колбасные изделия, копчености;
 - Сдоба и выпечка, сладости в большом количестве;
 - Жирная и жареная пища;
 - Быстрые завтраки (каши-минутки, хлопья) — в них может быть много сахара, а также всевозможные консерванты.
- Выбирайте полезные продукты, готовьте на завтрак здоровые, вкусные блюда — и вы получите заряд бодрости на весь день.

ПРОСТО. ПОЛЕЗНО. ДОСТУПНО.

ПРАВИЛА ППД ДЛЯ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Показатель индекса массы тела (ИМТ)

выше 25 — повод

задуматься о здоровье.

По аналогии с правилами дорожного движения, которым людей учат с самого детства — ведь от этого зависит их безопасность на дороге — в этой рубрике мы рассказываем о законах здорового питания, которые помогут составить сбалансированный рацион, провести профилактику заболеваний, научиться выбирать качественные и безопасные продукты, поддерживать здоровье и отличное самочувствие.

Сегодня речь пойдет об индексе массы тела — ИМТ. Что это и почему от него во многом зависит здоровье?

Показатель индекса массы тела был разработан в 1869 году бельгийским математиком, одним из родоначальников научной статистики Адольфом Кетле. ИМТ рассчитывается как отношение массы тела в килограммах к квадрату роста в метрах ($I = m/h^2$, где m — масса тела; h — рост). Например, масса человека = 65 кг, рост = 170 см. Следовательно, индекс массы тела в этом случае равен: $ИМТ = 65 : (1,70 * 1,70) \approx 22,5$.

«Здоровым значением» индекса массы тела считается показатель от 18,5 до 25. Чем выше ИМТ — тем выше риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонии, остеоартрита, диабета, некоторых видов рака, преждевременной смерти. Таким образом ИМТ помогает точнее оценить риски для здоровья, связанные с весом человека.

В соответствии с рекомендациями ВОЗ показатели ИМТ делятся на группы:

- менее 18,5 — недостаточная масса тела;
- 18,5–24,9 — нормальный вес;
- 25–29,9 — избыточная масса тела (предожирение);
- 30,0–34,9 — ожирение I степени;
- 35–39,9 — ожирение II степени;
- более 40 — ожирение III степени.

Еще один важный показатель — окружность талии. Ее измерение позволяет определить, есть ли у вас избыточный висцеральный жир (внутренние жировые отложения вокруг сердца, почек, печени, органов пищеварения и поджелудочной железы). Его чрезмерное количество может увеличить риск развития заболеваний сердечно-сосудистой системы, инсульта, диабета 2 типа.

Чтобы измерить окружность талии, найдите верхнюю часть бедренной кости и нижнюю часть ребер, выдохните, поместите измерительную ленту на середине между этими точками и оберните вокруг талии, проверьте результаты измерения.

Независимо от ИМТ или роста попытайтесь сбросить вес, если талия: у мужчин более 94 см, у женщин — более 80 см. В случае более высоких показателей необходимо проконсультироваться с врачом.

Соотношение талии и бедер характеризует вес, приходящийся на бедра и ягодицы. Для расчета измерьте окружность талии и бедер, а затем разделите результаты измерения талии на результаты измерения бедер. По данным Всемирной организации здравоохранения риск метаболических осложнений, таких как диабет типа 2, увеличивается, когда соотношение талия/бедра у мужчин превышает показатель 0,9, а у женщины — больше 0,85.

ЛЕНТВ 24

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

15 АПРЕЛЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:15, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Жизнь и приключения Мишки Япончика» Сериал. Криминал. Россия. 2011 г. (16+)

11:15 «Россия вне зоны доступа» Док. цикл. Россия. 2020–21 гг. (12+)

12:10, 13:15 «Судьбы загадочное завтра» Сериал. Мелодрама. Россия. 2010 г. (16+)

14:05 «Без срока давности» Док. цикл. Россия. 2023 г. (16+)

15:15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

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

17:30, 02:40 «Маруся» Мелодрама. Франция, Россия. 2013 г. (16+)

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

19:30, 05:05 «Лачуга должника» Сериал. Фантастика. Россия. 2017 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Эксклюзив» Детектив. Россия. 2021 г. (16+)

23:40 «Наш отец» Драма. Италия. 2020 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)

16 АПРЕЛЯ, ВТОРНИК

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Жизнь и приключения Мишки Япончика» Сериал. Криминал. Россия. 2011 г. (16+)

11:15 «Россия вне зоны доступа» Док. цикл. Россия. 2020–21 гг. (12+)

12:10, 13:15 «Судьбы загадочное завтра» Сериал. Мелодрама. Россия. 2010 г. (16+)

14:05 «Без срока давности» Док. цикл. Россия. 2023 г. (16+)

15:15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Плечом к плечу» Док. цикл. Россия. 2023 г. (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 «Лачуга должника» Сериал. Фантастика. Россия. 2017 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Рыжая» Жанр: Драма, мелодрама. Режиссер: Андрей Коршунов. Россия. 2008 г. (16+)

23:40 «День выборов по-французски» Комедия. Франция. 2018 г. (16+)

01:10 «Россия вне зоны доступа» Док. цикл. Россия. 2020–21 гг. (12+)

02:40 «Путешествие во влюбленность» Комедийная мелодрама. Россия. 2007 г. (16+)

04:30 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

17 АПРЕЛЯ, СРЕДА

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

09:00, 10:55, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Жизнь и приключения Мишки Япончика» Сериал. Криминал. Россия. 2011 г. (16+)

11:00 Ежегодный отчет Губернатора Ленинградской области о результатах деятельности Правительства Ленинградской области за 2023 год. Прямая трансляция (0+)

13:15 «Россия вне зоны доступа» Док. цикл. Россия. 2020–21 гг. (12+)

14:05 «Без срока давности» Док. цикл. Россия. 2023 г. (16+)

15:15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Плечом к плечу» Док. цикл. Россия. 2023 г. (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 «Лачуга должника» Сериал. Фантастика. Россия. 2017 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Путешествие во влюбленность» Комедийная мелодрама. Россия. 2007 г. (16+)

23:40 «Маруся» Мелодрама. Франция, Россия. 2013 г. (16+)

01:00 «Вместе с наукой» Док. цикл. Россия. 2021 г. (12+) (с субтитрами)

01:30 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

02:40 «День выборов по-французски» Комедия. Франция. 2018 г. (16+)

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)

18 АПРЕЛЯ, ЧЕТВЕРГ

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Жизнь и приключения Мишки Япончика» Сериал. Криминал. Россия. 2011 г. (16+)

11:15 «Россия вне зоны доступа» Док. цикл. Россия. 2020–21 гг. (12+)

12:10, 13:15 «Судьбы загадочное завтра» Сериал. Мелодрама. Россия. 2010 г. (16+)

14:10 «Без срока давности» Док. цикл. Россия. 2023 г. (16+)

15:15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Плечом к плечу» Док. цикл. Россия. 2023 г. (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 «Лачуга должника» Сериал. Фантастика. Россия. 2017 г. (16+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Игра на миллионы» Комедия. СССР. 1991 г. (16+)

23:40 «Генерал Де Голль» История. 2020 г. Франция (16+)

01:30 «Война и политика» Аналитическая программа (16+)

02:40 «Веселые гастроли на Черном море» Комедия. Россия. 2019 г. (16+)

04:00, 04:30 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

19 АПРЕЛЯ, ПЯТНИЦА

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

09:05 «Игра на миллионы» Комедия. СССР. 1991 г. (16+)

11:15, 13:15 «Парфюмерша 3» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2017 г. (16+)

15:15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

15:35 «Александр Невский. За Веру и Отечество» Док. фильм. Россия. 2023 г. (16+)

16:30 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (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. Благословенный старец. Кто он?» Док. фильм. Россия. 2017 г. (12+)

20:30, 23:00, 02:00 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «День выборов по-французски» Комедия. Франция. 2018 г. (16+)

23:40 Юбилейный концерт «Иванушки International. 25 тополиных лет». Россия. 2021 г. (16+)

02:40 «Три лани на алмазной тропе» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

20 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 «ЛентТВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)

07:40, 08:40 «ЛентТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)

09:00 «Где ты, Багира?» Мелодрама. СССР. 1977 г. (16+)

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

11:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

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

11:45 «Один на всех» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)

15:00 Прямая трансляция футбольного матча: МЕЛБЕТ-Первенство России по футболу среди команд Первой Лиги сезона 2023–2024 годов: «Ленинградец» (ЛО) — «Сокол» (Саратов) (6+)

В перерыве «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

17:00 «Настоящая история» Док. цикл. Россия. 2015–16 гг. (12+)

17:30 «Питер. Лето. Любовь» Комедия. Россия. 2013 г. (16+)

19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

19:15, 04:25 «Трое в лифте, не считая собаки» Сериал. Комедия. Россия. 2017 г. (16+)

21:00 «Амундсен» Приключения. Норвегия. 2019 г. (16+)

23:10 «Игра на миллионы» Комедия. СССР. 1991 г. (16+)

00:50 «Парфюмерша 3» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2017 г. (16+)

04:00 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

21 АПРЕЛЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

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

06:30 «Где ты, Багира?» Мелодрама. СССР. 1977 г. (16+)

07:45 «Александр Невский. За Веру и Отечество» Док. фильм. Россия. 2023 г. (16+)

08:50, 15:15 «Веселые гастроли на Черном море» Комедия. Россия. 2019 г. (16+)

10:15 «Татьяна Дороницина. Легенда вопреки» Док. фильм. Россия. 2013 г. (12+)

11:00, 15:00, 19:00 «ЛентТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

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

11:45 «Три лани на алмазной тропе» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

16:50 «Амундсен» Приключения. Норвегия. 2019 г. (16+)

19:15, 04:20 «Мышеловка на три персоны» Детектив. Россия. 2017 г. (16+)

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

21:30 «Генерал Де Голль» История. 2020 г. Франция (16+)

23:20 «Питер. Лето. Любовь» Комедия. Россия. 2013 г. (16+)

00:45 «Один на всех» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)

03:50 «Заповедники РФ» Док. цикл. Россия. 2017–23 гг. (12+) (с субтитрами)

06:00 «Новое утро» на ЛентТВ24. Инф. канал (12+)

ЗАЛОЖЕН ФУНДАМЕНТ
НОВОЙ ГРАДИРНИ

На Ленинградской АЭС началось сооружение фундамента башенной испарительной градирни энергоблока № 7.

Объект станет одним из самых высоких сооружений Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

По проекту для закладки фундамента под градирню будет использовано 919 свай диаметром 0,6 метров и длиной 35 метров. Для сооружения вытяжной башни градирни потребуются более 13000 кубометров бетона. Достигнув проектной высоты 179 метров, градирня станет одним из самых высоких сооружений Санкт-Петербурга и Ленинградской области и позволит и впредь рационально использовать и сохранять водные ресурсы Финского залива.

«Сейчас строители ведут работы по устройству семи тестовых и двадцати восьми анкерных свай, чтобы на следующем этапе выполнить их испытания и определить реальную несущую способность опор по грунту. Можно сказать, что это своего рода генеральная репетиция перед основным этапом устройства свайного фундамента градирни. На основании полученных данных проект фундамента может быть откорректирован, чтобы в итоге гарантированно обеспечить устойчивость градирни — например, за счет увеличения диаметра или длины свай, схемы

их расположения», — рассказал заместитель директора по капитальному строительству — начальник управления капитального строительства Ленинградской АЭС-2 Евгений Милушкин.

Сооружение градирен энергоблоков № 7 и № 8 Ленинградской АЭС ведется в соответствии с законодательством Российской Федерации, в том числе, согласно требованиям Водного кодекса России. С 2008 года Водный кодекс запрещает проектировать прямоточные системы водоснабжения для сооружаемых и реконструируемых объектов. Ленинградская АЭС реализует законодательные требования за счет использования оборотной системы водоснабжения с башенными испарительными градирнями. После их ввода в эксплуатацию для охлаждения конденсаторов турбин новых блоков вода Финского залива будет многократно использоваться в замкнутом контуре, дополнительный забор воды будет нужен для восполнения потерь, возникающих при естественном испарении воды из бассейна градирни и уносе капель из ее башни.

«Используя градирни, мы существенно уменьшаем забор воды из Финского залива для нужд атомной станции и снижаем воздействие на



него. Согласно выполненным расчетам, начиная с 2021 года, когда в работу был введен второй по счету ленинградский энергоблок ВВЭР-1200 с оборотными системами технического водоснабжения, забор воды из Финского залива для нужд Ленинградской атомной станции сократился на треть. После ввода в эксплуатацию двух строящихся энергоблоков водопотребление Александра Ткачева, начальник отдела охраны окружающей среды Ленинградской АЭС.

«Нагрузка на окружающую среду снизится и за счет установки в градирнях спе-

циальных водоуловительных устройств. Они принудительно вернут в контур более 99,99% всей стремящейся вовне капельной влаги. На градирнях энергоблоков № 5 и № 6 ЛАЭС это оборудование работает уже несколько лет. Кроме того, используя градирни, мы увеличиваем автономность технологических процессов на новых блоках и сокращаем эксплуатационные расходы, гарантированно сохраняя при этом требуемый уровень безопасности АЭС», — пояснил начальник цеха обеспечивающих систем Ленинградской АЭС-2 Евгений Черепенькин.

ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА

Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ «ЧЕРНОБЫЛЬ» РОССИИ

С ЮБИЛЕЕМ!

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

Мишина Евгения Константиновича
и
Макея Ивана Ивановича
с 75-летием

Желаем здоровья, радости и долгих лет жизни!

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

Тера-Студия

Изготовление ШТАМПОВ и ПЕЧАТЕЙ

тел.: 8 (81369) 2-92-36
моб.: 8-921-584-87-25

Здание
городской администрации,
вход со стороны школы искусств

Сувенирная продукция

магниты жетоны кружки
брелоки футболки тарелки

Здание городской администрации,
вход со стороны художественного музея

2-92-36 2-62-36

www.terastudio.com

ТОВАРЫ И УСЛУГИ

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)

Куплю гараж от собственника в дубом состоянии. Тел.: 8-911-250-30-32 (119)

Куплю земельный участок от собственника в дубом состоянии. Тел.: 8-962-718-58-61 (120)

2-62-36 • КСЕРОКС

Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ «ЧЕРНОБЫЛЬ» РОССИИ

ОБЪЯВЛЕНИЕ

В рамках подготовки к празднованию 80-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг. Сосновоборское отделение Общероссийской общественной организации Союз — «Чернобыль» — России проводит сбор воспоминаний чернобыльцев и ветеранов подразделений «Особого риска» о своих близких и родных, принимавших участие в войне и работах в тылу. Воспоминания планируется опубликовать в средствах массовой информации г. Сосновый Бор или отдельным изданием.

Обращаться в Сосновоборское отделение Общероссийской общественной организации Союз — «Чернобыль» — России
г. Сосновый Бор, ул. Ленинградская, 60, тел. 8(81369) 2-96-03,
e-mail: chernobylsh@pmail.com.

Председатель правления Карпенко Василий Николаевич, тел.: 8(921) 431-11-50.
Член правления: Алешин Александр Михайлович, e-mail: aleshinam@live.com,
тел.: 8(905) 227-26-80.

Правление Сосновоборской организации Союз «Чернобыль» России

ИНФОРМАЦИЯ ФНС



Преимущества использования Личного кабинета налогоплательщика

Самый быстрый и удобный способ подачи налоговой декларации 3-НДФЛ — через «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц». Декларацию можно направить, чтобы отчитаться о полученных доходах, а также для получения налогового вычета.

Электронный сервис «Личный кабинет для физических лиц» размещен на официальном сайте ФНС России, и его пользователи имеют ряд преимуществ при подаче декларации:

Экономия времени: в Личном кабинете декларация формируется пошагово, часть сведений заполняется автоматически (персональные данные, сведения о доходах).

Автономность: заполнить налоговые документы и отправить их в налоговый орган можно, находясь в любом месте, где есть интернет.

Минимизация ошибок: заполнять декларацию по готовой онлайн-форме гораздо проще, есть удобные подсказки, что исключает возможность сделать ошибки при заполнении.

Автоматический расчёт налога: на основе введённых данных система сама рассчитывает налог.

Безопасность: налаженные протоколы безопасности при соединении и передаче информации, плюс дополнительная защита электронной подписью.

Возможность отслеживать статус приема декларации, а также ее камеральной проверки.

Для входа в Личный кабинет можно воспользоваться одним из трех способов:

- с помощью логина и пароля, полученных в налоговом органе;

- с помощью учетной записи на Едином портале государственных и муниципальных услуг;

— Формирование и направление налоговой декларации 3-НДФЛ через личный кабинет

- позволяет значительно ускорить процесс проведения камеральной налоговой проверки (в течение одного месяца), так как данные сразу попадают в информационный ресурс налогового органа.

Напоминаем, что в соответствии с действующим законодательством сроки камеральной проверки декларации и возврат денежных средств налогоплательщику составляют не более 4 месяцев со дня поступления 3-НДФЛ в налоговый орган. Однако в 2024 году проверить декларацию могут значительно быстрее. Как показывает практика, средняя продолжительность проверки деклараций 3-НДФЛ, направленных через Личный кабинет, составила всего один месяц.

Вся актуальная информация по вопросам получения вычетов размещена в разделе «Физические лица» на официальном сайте ФНС России, ролик по заполнению деклараций через Личный кабинет можно найти в разделе «Видеоматериалы».

ИНФОРМАЦИЯ СФР



СВЫШЕ 22 ТЫСЯЧ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ВЫХОДНЫХ ДНЕЙ ПО УХОДУ ЗА ДЕТЬМИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ОПЛАТИЛО ОТДЕЛЕНИЕ СФР ПО СПБ И ЛО С НАЧАЛА 2024 ГОДА

С начала 2024 года Отделение Социального фонда по Санкт-Петербургу и Ленинградской области оплатило родителям детей с инвалидностью 22 318 дополнительных выходных дней.



Дополнительные выходные дни по уходу за ребенком с инвалидностью может использовать один из работающих родителей, а также опекун или попечитель ребенка независимо от того, трудоустроен другой родитель или нет. Если оба родителя работают, то такие выходные дни можно поделить по своему усмотрению.

Напоминаем, что, начиная с 1 сентября прошлого года, такие выходные дни можно «копить», чтобы взять их в виде разового отпуска длительностью до 24 дней. График отпуска нужно согласовать со своим работодателем, а заявление, как и прежде, подавать в отдел кадров по месту работы

Если у вас остались вопросы, вы всегда можете обратиться к специалистам Отделения СФР по Санкт-Петербургу и области в клиентских службах региона, а также позвонив по телефону круглосуточного единого контакт-центра: 8-800-100-00-01 (звонок бесплатный).

"Десерт" для будущего улова	Следственное мероприятие					Качество стали
Причал в виде волнореза	Как карты легли	Место хранения зерна	Рыбна – санитар аквариума		Бумажная этикетка	
		Самодельное удостоверение				
Гостеприемник в отеле	"Петух" винтовки				Сетка-кровать для отдыха	
		Буква греческого алфавита				
Фабрика цыплят	Генерал на флоте					
			Борьба ...джитсу	Инструмент с горячим жалом		Столярный молоток
	Образ, стиль поведения	Безмятный капитан	Африканский зверь	Не летающий полярный лед		
Флора и фауна региона	Группа школьников в лагере	Боевые палочки Брюса Ли		Большие щипцы		Ветер в сторону запада
		Сторона холма				
"Рот" наоборот		Порт на Иртыше	Доход от сдачи в аренду			
		Останки святого				
Полезное ископаемое			Горизонтальная балка махты			

КАК ПРОВЕСТИ ВЫХОДНЫЕ

ДАТА, ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	НАЗВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВОЗР. КАТ.
МАУК «ДК «Строитель»			
11.04 18:00	Открытие выставки детского рисунка, посвященной юбилею Дворца культуры, подведение итогов конкурса, награждение	ДК «Строитель»	0+
12.04 19:00	«Театральное агентство «Актер». Спектакль «Клара, деньги и любовь»	ДК «Строитель»	16+
12.04 22:00	Вечер отдыха «Кому за...»	ДК «Строитель»	18+
14.04 14:00	Отчётный концерт студии современного танца «DKdance»	ДК «Строитель»	0+
14.04 17:00	Отчетный концерт ансамбля народной песни «Устьяночка»	ДК «Строитель»	0+
СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»			
09-11.04 12:00	Городской фестиваль-конкурс театров кукол «Кукла, я тебя знаю!»	СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»	3+
14.04 12:00	Спектакль по сказке С.Маршака «Сказка о глупом мышонке»	СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»	3+
МАУК «ГКЦ «Арт-Карусель»			
11.04 12:00	Детская игровая программа ко Дню Космонавтики «Поехали!»	диско зал	7+
12.04 10.30, 13.00	Детская игровая программа ко Дню Космонавтики «Поехали!»	диско зал	7+
12.04 18.00	Отчетный концерт вокального ансамбля «Горлица»	диско зал	14+
13.04 19.00	Концерт Сосновоборского рок-клуба	диско зал	18+
СМБУК «ЦРЛ «Гармония»			
13.04 15:00	«Ручьевское подворье» фестиваль фольклорной музыки	Клуб «Ручьи». ул. Береговая д.12	6+
14.04 15:00	«Балтийская весна» концерт творческих коллективов ЦРЛ	КЗ ДШИ «Балтика». ул. Солнечная д.18	6+
МАУК «СПКиО»			
13.04 12:00 – 13:00	Спортивное мероприятие «Сказочная подзарядка», посвященная всемирному дню здоровья	Парк «Белые пески»	5+
14.04	Цикл познавательных встреч «За чашкой чая» в Год Команды Заботы в ЛО	ДИК «Андерсенград» (кафе «Белоснежка»)	5+
МБУК «Сосновоборский городской музей»			
Постоянная экспозиция	Выставка «Блокадная комната»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Выставка «Вахта памяти»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Макет командного пункта 5 ОБМП	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Выставка «Из истории нашего края»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Временная экспозиция по 17.05	Выставка «Два капитана»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Временная экспозиция по 31.05	Выставки под открытым небом «И не прервется связь времен»	У часовни Николая Чудотворца, мемориал «Защитникам Отечества»	6+
Временная экспозиция 22.07	Выставка «Ушедшие в вечность» (памяти экипажа АПЛ «Комсомолец»)	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
14.04 13.00	Тематический квест для детей «Русская изба»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
14.04 13.40	Программа из цикла «История одного экспоната» «Сундук»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
МБУ ДО «Сосновоборская детская школа искусств им. О.А. Кипренского»			
13.04 11.00-16.00	Областная олимпиада по истории изобразительного искусства, посвященная 150-летию со дня рождения Н.К. Рериха	Ленинградская, 54	13+
Муниципальное бюджетное учреждение «Сосновоборская городская публичная библиотека»			
12.04 12:00 – 17:00; 13.04 13:00	«Читай, Сосновый Бор!» «Вселенная по имени Семья». Городской праздник книги и чтения.	ул. Солнечная, 23а, ул. Ленинградская, 62	0+
Отдел семейного чтения / ОСЧ			
11.04 17:00	«Читаем Уильяма Шекспира» Громкие чтения. Цикл: «Литературный четверг»	ул. Солнечная, 23а	16+
12.04	«Однажды шагнув в океан звезд» (12.04 – День космонавтики). Книжная выставка	ул. Солнечная, 23а	14+
14.04 13:00 - 15:00		ул. Солнечная, 23а	16+
14.04 15:00	«Откуда кто пришел?» (История и культура народа: Вепсы). Беседа-презентация. Цикл: «Хоровод дружбы»	ул. Солнечная, 23а	16+

Предыдущий номер газеты вы можете посмотреть и почитать здесь:



СКАЗКИ НАШЕЙ ЖИЗНИ

Великому датскому сказочнику Гансу-Христиану Андерсену в этом году очень не повезло с погодой. В день, когда в Сосновом Бору отмечали его день рождения, на берег Финского залива налетело войско Снежной королевы. Злая правительница морозов и ветров явно решила заставить горожан сидеть дома. Но, как это обычно бывает в волшебных сказках, у нее ничего не получилось.

Гости 6 апреля к великому сказочнику все-таки пришли — и их оказалось немало. День рождения у него, конечно, 2 апреля, но празднуют его всегда в ближайшие выходные. День рождения — дело семейное, а в будни у всех тысяча дел — школа и детский сад у детей, работа — у взрослых. Так что собрались любители сказок в Андерсенграде в субботу. Их встретили Сказочница и Замковый — с викториной и веселыми играми.

Знают ли современные дети сказки Андерсена? Оказывается, еще как знают. Читали. Смотрели кино и мультфильмы. И даже сами рисовали картинки — несколько недель приносили в Андерсенград свои



иллюстрации к сказкам. А на дне рождения лучшим художникам вручили призы.

И лучшим писателям тоже — победителям конкурса «Пером описать». Это только кажется, что сказки сочиняли давным-давно, а в современном мире им места нет. Андерсен тоже писал о том, что его окружает, и создал свой сказочный мир — а написал он несколько

сотен сказок, и некоторые из них стали любимыми во многих странах. А придуманные им персонажи живут и в Андерсенграде — здесь есть и Стойкий оловянный солдатик, и Русалочка, а год назад появилась Дюймовочка. Так что повод вспомнить хорошую интересную сказку у сосновоборцев и гостей города всегда есть.

Соб. инф.

6 апреля в Центре развития личности «Гармония» состоялся фестиваль эстрадной песни «Музыкальная палитра». Около пятидесяти участников от шести до семнадцати лет, интересные номера, красивые костюмы — словом, получился самый настоящий праздник.

Своих участников выставили несколько сосновоборских коллективов — студии «Радуга» и «Горошина», которыми руководит Светлана Михеева, Дом детского творчества представляли воспитанники Татьяны Тихоновой, а Городской культурный центр — юные вокалисты из студии Марины Беляловой.

Приехали гости — из Копорья, занимается с ними Настасья Баранова. Очень порадовали публику участники студии «Конфетти» из Кингисеппа — ученики Елены Кучеренко завоевали несколько наград, в том числе Гран-при.

Жюри, в составе которого работали директор Центра развития личности «Гармония»



КРАСКИ ВЕСНЫ



Варвара Мантул в центре

Элла Лунева и известные исполнители из Соснового Бора и Ломоносовского района Николай Христофоров, Алиса Зверева и Родион Дуксин, пришлось нелегко — хороших исполнителей было много.

Бурными аплодисментами зрители провожали Викторию Оганесян, Софию Щеткову, дуэт Лианны Мхитарян и Дарьи Дементьевой, Маргариту Никитину, Ивана Волкова, Льва Журавского и многих, многих других. Но конкурс есть конкурс, где есть дипломы и призы. Порой решают сотые доли балла,

но они есть. Лучший номер на сей раз показала Варвара Мантул — и жюри единогласно присудило ей Гран-при.

Конкурс — это не только многие месяцы репетиций и яркое выступление. Это еще и общение, обмен опытом. Педагоги и участники встречаются на «Музыкальной палитре» уже не первый год — и каждый раз возвращаются с новыми идеями. А это значит, что в следующем году у «Музыкальной палитры» непременно появятся новые краски.

Анастасия СЕМЕНОВА

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

*Право на денежный эквивалент земельного сертификата возникает по окончании действия контракта с первоначальной военной службой, но не ранее 01.06.2024 г.