



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+

№37 (1637)
12 сентября 2024 г.

МЕДИА
#КОМАНДА
47



red-tera@yandex.ru



reklama-tera@yandex.ru



ВЫБОРЫ-2024 ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ

Леноблизбирком
на пресс-конференции озвучил
итоги голосования на выборах
в органы местного самоуправления
в Ленобласти.

328 279 человек приняло участие в голосовании или 24,7% от числа избирателей. Самая высокая явка в Лодейнопольском районе — 36,73%.

В Ломоносовском, Подпорожском районах и в Сосновоборском округе — 30%-ная явка. Замыкают список районов по явке — Всеволожский (18,41%) и Киришский (19,13%).

Из 1913 депутатских мандатов — 1626 у «ЕР», 115 — самовыдвиженцы,

42 — КПРФ, 46 — «СР», 43 — ЛДПР, 39 — «Новые люди» и 2 — «Родина».

Сосновоборцы 7 и 8 сентября выбрали новый состав Совета депутатов. Как сообщили в Территориальной избирательной комиссии, всего в списки на момент окончания голосования было внесено 48 734 человека. В выборах участвовали 14 965 человек, что составляет 30,71%. Число действительных бюллетеней — 14 439, это 29,63% от общего количества избирателей.

Выборы прошли без эксцессов, ситуация на всех участках была спокойна.

В соответствии с законодательством представительный орган муниципального образования нового созыва собирается на свое первое заседание не позже чем через 30 дней со дня его избрания в правомочном составе. На первом заседании депутаты избирают главу муниципального образования, а также избирают из своего состава депутатов совета депутатов муниципального образования — 5 лет.

В ночь с 7 на 8 сентября половина города осталась без электричества, этот факт вызвал бурное обсуждение в социальных сетях. Однако, по словам председателя Территориальной избирательной комиссии Алексея Портнова, на работу комиссий это не повлияло.

В НОВЫЙ СОСТАВ СОВЕТА ДЕПУТАТОВ ВОШЛИ:

Округ № 1 — Руслан Абдужалильевич Пардаев («Единая Россия»)

Округ № 2 — Ольга Владимировна Мартынова («Единая Россия»)

Округ № 3 — Алексей Николаевич Афанасьев («Единая Россия»)

Округ № 4 — Цырендоржи Валерьевич Зандаков («Единая Россия»)

Округ № 5 — Наталья Валерьевна Воскресенская («Единая Россия»)

Округ № 6 — Александр Юрьевич Соболев («Единая Россия»)

Округ № 7 — Вадим Викторович Руденко («Единая Россия»)

Округ № 8 — Иван Валерьевич Цветков («Единая Россия»)

Округ № 9 — Оксана Николаевна Бобрешова («Единая Россия»)

Округ № 10 — Михаил Васильевич Воронков («Единая Россия»)

Округ № 11 — Александр Александрович Павлов («Единая Россия»)

Округ № 12 — Владимир Брониславович Садовский («Единая Россия»)

Округ № 13 — Николай Олегович Панченко («Новые люди»)

Округ № 14 — Алексей Евгеньевич Терешкин («Единая Россия»)

Округ № 15 — Павел Олегович Гредасов («Единая Россия»)

Округ № 16 — Сергей Евгеньевич Крайнов («Единая Россия»)

Округ № 17 — Михаил Александрович Курочка («Справедливая Россия за правду»)

Округ № 18 — Алина Алексеевна Чеботарева («Единая Россия»)

Округ № 19 — Екатерина Алексеевна Лаврентьева («Единая Россия»)

Округ № 20 — Вадим Викторович Артемьев («Единая Россия»)

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

ОТЧЕТ ЖКХ О ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЕ

«СПЕЦАВТОТРАНС»:

Уборка:

Механизированная уборка в соответствии с муниципальным заданием:

- механизированная уборка: велодорожка
- сбор и вывоз травы: сквер им. Булыгина, сквер у ТЦ Ленинград, сквер Молодоженов, ул. Парковая, ул. Ленинградская, пр-т Героев, ул. Афанасьева, ул. Красных Фортков, 10Б мкр., (общее количество — 56 м3);
- покос травы: пр-т Героев, ул. Ленинградская, 8 мкр. ул. Афанасьева, ул. Красных Фортков, Соборный проезд, ул. Солнечная, Аллея Ветеранов, пр-т Александра Невского, ул. 50 лет Октября, Вокзальный проезд, промзона, ул. Комсомольская, ул. Космонавтов, ул. Петра великого, ул. Академика Александра, кольцо с бакланом, 10Б мкр., сквер у ТЦ Ленинград, сквер им. Булыгина, ул. Соколова, парк Приморский, сквер Молодоженов, сквер у ТЦ Галактика, парк Глуховка (общее количество — 252 000 м2);
- уборка мусора на городских территориях: скверы города, парк Приморский, д. Липово, Ручьи, оз. Калищенское, пойма р. Коваши, велодорожка;
- сбор и вывоз растительных остатков (общее количество — 30 м3);
- вывоз растительных остатков с газонов;
- очистка детских площадок, лестниц и пешеходных дорожек внутриквартальных территорий;
- очистка остановок и пешеходных переходов;
- установка скамейки в 9 мкр.;
- уборка контейнерных площадок: город и СНТ;
- вывоз строительного мусора (общее количество — 82 м3);
- вывоз несанкционированных свалок мусора (общее количество — 61 м3).

Ремонт дорог:

- ремонт дорог — в объеме 380 м2:
- ремонт участка дороги на пр-те А. Невского напротив д. 60–56 по ул. Молодежная,
- ремонт внутриквартального проезда на ул. Солнечная, д. 45,
- ремонт участка дороги на пр-те А. Невского напротив д. 16 по ул. Молодежная;
- работа БЦМ — в объеме 145 м2:
- Копорское шоссе,
- ул. Солнечная, 43–51,
- Гаражный проезд,
- 2 мкр.

Освещение:

- покраска гусаков по ул. Красных Фортков;
- ремонт линии освещения на велодорожке;
- замена фонарей в Липово;
- работа по заявке: ремонт фонарей в Липово, ул. Солнечная 26, ул. Комсомольская;
- ремонт фонарей у СКК «МАЛАХИТ»;
- ремонт линии освещения в сквере у ТЦ Ленинград;
- технический осмотр сцены парк «Приморский».

Озеленение:

- прополка кустарников по ул. Соколова, в сквере Александра, на мемориальном комплексе «Ликвидатором ядерных аварий»;
- стрижка живой изгороди на ул. Солнечная, ул. Парковая;
- удаление поросли, сухих ломанных веток: дорожка в/ч, пр-т Героев, проезд Энергетиков;
- удаление аварийного дерева по ул. Молодежная, д. 41 (1 шт.).

ОТЧЕТ О ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЕ ОБЪЕДИ:

- продолжают работы по ремонту улично-дорожной сети города (подрядчик ООО «СК «ГиК»). За прошедшую неделю:
- уложен верхний слой асфальтобетонного покрытия на участке проезжей части по пр-ту А. Невского (в районе платформы «80 км»). Работы на этом участке завершены.
- подготовлены к укладке асфальтобетонного покрытия площадка автобусной остановки и подходы к ней (инициативный проект ЯПБ 2023 «80 км для пешеходов»),
- установлены бортовые камни на проезжей части на пр-те Героев (в районе Сбербанка). Подготовлено основание для асфальтирования.
- продолжают работы у стационара ЦМСЧ по ремонту парковочных площадок для а/м,
- выполнены работы по укладке асфальтобетонного покрытия внутридворовых проездов по ул. Ленинградская 60–62,
- уложен нижний слой асфальта на проезжей части по ул. Комсомольская от ул. Петра Великого до ул. Космонавтов;
- начаты работы по ремонту участка дороги по ул. Афанасьева (фрезерование и укладка нижнего слоя одной полосы),
- подготовлено к ремонту основание проезжей части на участке ул. 50 лет Октября (установлен бортовой камень, выполнены работы по фрезерованию),
- выполнена укладка асфальтобетонного покрытия на внутридворовых проездах: ул. Солнечная 14, пр-т Героев 8, проезд у ТЦ Питер.
- продолжают работы по контракту на выполнение работ по благоустройству территории в районе д. 13 по ул. Солнечная: установлен бордюрный камень, ведется укладка тротуарной плитки;
- продолжают работы по ремонту спортивных площадок:
- установлен бортовой камень и осуществлена подготовка к выполнению работ по устройству травмобезопасного (резинового) покрытия на спортивной площадке по ул. 50 лет Октября д. 10–12,
- на спортивной площадке по ул. Ленинградская д. 14 выполнены пескоструйные работы по удалению ржавчины с металлических поверхностей, начата покраска ограждений, выполнено устройство дорожки из тротуарной плитки.

**Зам. председателя
КУ ЖКХ,
начальник отдела ВБДХ
П. В. ПРЖЕВАЛЬСКИЙ**

НА УЛИЦЕ СОЛНЕЧНОЙ

На встречах главы города с жителями часто звучала просьба о благоустройстве старых микрорайонов города: чтобы во дворах были и место для комфортной зоны отдыха, и расширенные парковки.

В одном из таких дворов начались работы по реконструкции зоны отдыха.

— Этот участок территории в дворе дома № 13 по улице Солнечной давно нуждался в ремонте. В этом году решили комплексно подойти к работам по благоустройству. Первый этап уже сделан — это расширение проезда, что позволило добавить несколько парковочных мест. Другую часть территории мы решили оставить тихой зеленой зоной отдыха. Здесь запланирована реконструкция основания, будет выполнено плиточное покрытие с необходимыми уклонами, чтобы не было застоя воды, будут установлены скамейки.



Мы сохранили клумбу, за которой ухаживают жители дома. Работы выполняет сосновоборский подрядчик ООО «Ленремстрой». Работы идут в соответствии с графиком. Поскольку здесь рядом находится детский садик, мы решили часть газона задействовать для временной парковки: чтобы родители могли оставить свои автомобили и проводить детей в садик, — рассказал начальник отдела внешнего благоустройства и дорожного хозяйства Павел Пржевальский.

Срок выполнения работ — 25 рабочих дней.

СПОРТИВНУЮ ПЛОЩАДКУ
ЖДЕТ ОБНОВЛЕНИЕ

Начались работы по реконструкции покрытия спортивной площадки во дворе дома № 10 по улице 50 лет Октября.

— В 2022 году мы сделали ремонт ограждения и спортивного инвентаря на площадке во дворе дома № 10 по улице 50 лет Октября. Поступали просьбы жителей, обращения в Общественную палату с тем, чтобы мы восстановили покрытие на спортивной площадке, поскольку существующее покрытие было сделано много лет назад, оно непригодно для занятий спортом. Поэтому было принято решение благоустроить данную спортивную площадку. Здесь будет нанесено резиновое покрытие с уплотнением. Также дополнительно будут размещены баскетбольные сетки. Мы подошли комплексно: в этом году в данном дворе было сделано также

расширение парковки, мы синхронизировали работы по ремонту проезда во дворе, была модернизирована контейнерная площадка, и теперь к концу сентября ожидаем обновленную спортивную площадку — рассказал начальник отдела внешнего благоустройства и дорожного хозяйства Павел Пржевальский.

— В этом дворе много детей занимается спортом, и данная спортивная площадка востребована. Очень приятно, что администрация города комплексно подошла к благоустройству этого двора: парковка, площадка, скоро будет сделан проезд, — прокомментировал член Общественной палаты депутат Алексей Афанасьев.

РЕМОНТ У СТАЦИОНАРА ЦМСЧ

Администрация города продолжает наблюдать за ходом выполнения работ на объектах благоустройства, которые запланированы в этом году, и уже стартовали. Одним из таких объектов является территория, прилегающая к стационару ЦМСЧ № 38.



— В настоящий момент проводятся ремонтные работы тротуара вдоль проезжей части. Было принято решение специально сделать повышение бордюрного камня для того, чтобы транспортные средства не парковались на этом участке тротуара и не мешали проходу пешеходов в стационар.

Также мы предусмотрели расширение проезда на нескольких участках, где отсутствуют инженерные сети. Соответственно здесь добавятся порядка 10 парковочных мест. Но, хочу обратить внимание, что это не

зона постоянной парковки, это зона временного размещения транспорта при посещении медицинского учреждения. Как видим, уже установлены бордюрные камни, проводится рассыпка подстилающего щебня. На следующей неделе подрядчик приступит к укладке асфальта, — рассказал начальник отдела внешнего благоустройства и дорожного хозяйства Павел Пржевальский.

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

ГОРОД ГОТОВИТСЯ К ЗИМЕ

На итоговом заседании городской межведомственной комиссии по подготовке к отопительному сезону ресурсонабжающие организации и управляющие компании отчитались о работе в межотопительный период.

Заместитель главы администрации по жилищно-коммунальному комплексу Александр Иванов в целом положительно оценил деятельность всех участников процесса и прокомментировал ее результаты, итогом которых должны стать комфортные условия проживания в жилфонде и обеспечение функционирования социальных объектов Соснового Бора в холодное время года.



— Прошлая зима нас многому научила, — подчеркнул Александр Иванов. — Тогда было принято решение включить котельную СМУП «ТСП» в работу при температуре наружного воздуха не минус 15, а минус 10, а при сильном ветре — и при минус 8, хотя

это и потребовало дополнительного финансирования. Сегодня теплоузлы прошли проверку ТСП, к 13 сентября мы должны получить все акты готовности многоквартирных домов к пуску тепла. Готовность котлов и котельной ТСП — 100-процентная. Надеюсь, что

теплоноситель, который поставляет бойлерная Ленинградской АЭС, будет соответствовать нормам по расходу и по температуре. В 2025 году начнется поэтапная модернизация БРТ ЛАЭС, что положительно скажется на качестве работы системы.

Александр Иванов сообщил, что наибольшую тревогу вызывало электроснабжение ряда СНТ и ДНТ и района Калище, откуда в прошлом сезоне поступало много жалоб в связи с отключениями электричества. Областная энергетическая компания и ЛОЭСК, в чьей зоне ответственности находятся эти территории, отреагировали на обращения администрации, но не все обещания еще выполнены — они у специалистов на контроле.

Управляющие компании продолжают заниматься ремонтом кровли и межпанельных швов многоквартирных домов, заменой окон и дверей для обеспечения теплового контура зданий.

Учреждения образования и культуры также доложили о полной готовности систем отопления к зимнему периоду.

НЕПОКОРЕННЫЙ ПЛАЦДАРМ

Сосновоборская городская организация «Союз ветеранов боевых действий» реализует проект «Непокоренный плацдарм».

В рамках проекта запланированы мероприятия:

14 сентября в 12.00 на спортивной площадке по адресу: ул. Машиностроителей, 4 состоится турнир «Непокоренный плацдарм»

21 сентября в 12.00 в деревне Ракопежи состоится торжественное открытие памятника (после замены табличек) «Братское захоронение разведчика М. А. Андриянова и двух его товарищей».

Приглашаем сосновоборцев принять участие.



ОСТОРОЖНО - КЛЕЩИ

За неделю по поводу укусов клещей в медсанчасть обратились 18 человек. 12 пострадавших стали жертвами нападения в других районах, трое — на дачах, еще трое — в городских кварталах. В одном случае обнаружена боррелия.

Троих горожан покусали бродячие животные — в одном случае это была собака, в двух — коты.

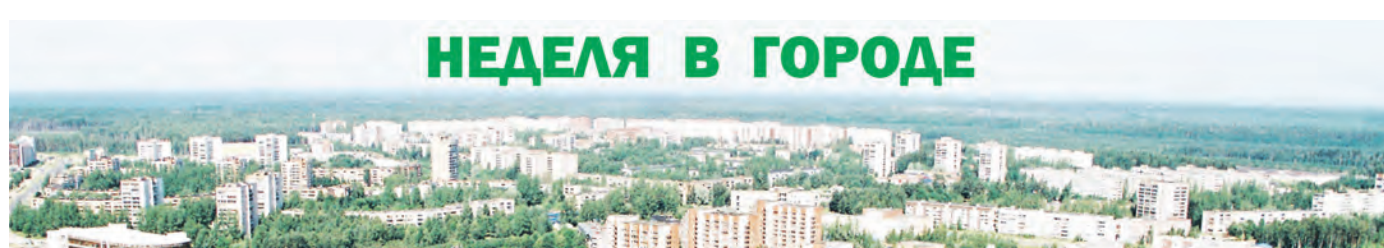
Что касается инфекционных заболеваний, то ситуация в городе спокойная. Выявлено 2 случая новой коронавирусной инфекции — заболевание протекает легко. По поводу ОРВИ обратились 364 человека, в том числе 177 детей. Порог эпидемического благополучия незначительно превышен по совокупному населению.

9 человек, в том числе 5 детей, заболели внебольничными пневмониями. Выявлен 21 случай острой кишечной инфекции, очагов в детских учреждениях нет. У 9 человек обнаружен энтеробиоз, 4 — заболели энтеровирусной инфекцией. Во время медосмотров у двоих школьников обнаружен педикулез, у одного — чесотка. Двое детей заболели скарлатиной.

НЕМНОГО МЕДИЦИНСКОЙ СТАТИСТИКИ

По данным на утро понедельника, в стационаре медсанчасти находились 220 пациентов. За неделю по острым и неотложным показаниям госпитализированы 190 человек. В сосновоборском роддоме появился на свет один ребенок.

Хирурги провели 35 операций, 15 из них — плановые. По поводу травм в приемный покой,



НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ

детскую и взрослую поликлиники обратились 186 человек — на десять больше, чем за предшествующую семидневку.

«Скорая помощь» выезжала на вызовы 253 раза. 11 пациентов отправились лечиться в другие клиники Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Во взрослую поликлинику горожане обращались 6469 раз, в детскую — 2617, как по болезни, так и с профилактической целью.

БУДНИ СОСНОВОБОРСКОЙ ПОЛИЦИИ

Сотрудники Сосновоборского отдела МВД за неделю зарегистрировали 221 заявление о происшествиях и преступлениях. Возбуждено 16 уголовных дел, раскрыто 11 преступлений.

Обращает на себя внимание тот факт, что фигурантом четырех уголовных дел стал один и тот же человек, который несколько месяцев фиктивно ставил на учет иностранцев.

К административной ответственности привлечены 50 нарушителей — зарегистрированы мелкие хулиганство, мелкое воровство, побои, появление в нетрезвом виде в общественных местах.

За это время на территории города произошло 14 ДТП, в трех пострадали люди.

Днем 2 сентября, около половины третьего, ДТП случилось у дома 30 по Солнечной. Водитель автомобиля «Ауди», выезжая с прилегающей территории, не уступил дорогу автомобилю «Ниссан», который ехал по главной дороге. Произошло столкновение, пострадала водитель «Ауди».

3 сентября около одиннадцати вечера у дома 16 по Солнечной водитель «Хендэ» сбил пешехода. Девушка переходила проезжую часть по нерегулируемому пешеходному переходу. Пострадавшая доставлена в больницу.

6 сентября около семи утра неустановленный водитель сбил четырехлетнего мальчика и скрылся с места происшествия. Мальчик переходил улицу по переходу возле дома 13 по улице 50-летия Октября.

ОСТАЛИСЬ БЕЗ СВЕТА

В ночь с 7 на 8 сентября половина Соснового Бора осталась без света. Около часа ночи в темноте оказались жители Парковой, Ленинградской, Комсомольской, проспекта Героев, Молодежной и других улиц.

Как сообщили в администрации города, произошло отключение трансформаторной подстанции, которая питает большую часть домов. Бригада ЛОЭСК приступила к работе сразу, и уже через 45 минут электроэнергия в некоторых домах появилась. Однако некоторые районы удалось подключить только к утру.

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

Чем заняться в свободное время? В Сосновом Бору — масса возможностей. Во всех учреждениях культуры работают кружки, клубы, студии по самым разным направлениям. И в начале сентября можно было более подробно узнать, что и где есть.

В субботу День открытых дверей прошел в Андерсенграде. Посетители смогли узнать о работе клубов «Дом Дракона» и «Дружба», студии «Горница» и других.

В этот же день о своей работе рассказал Городской культурный центр «Арт-карусель». Можно было посмотреть выставки творческого объединения «Галерея ремесал», клуба садоводов «Одуванчик», клуба «Сосновоборский коллекционер», посмотреть концерт многочисленных творческих коллективов



СУТЬ МСУ: ЭТО САМЫЙ БЛИЗКИЙ НАМ УРОВЕНЬ ВЛАСТИ

Местное самоуправление – это первый уровень власти, который является самым близким к населению. Органы местного самоуправления отвечают за содержание общественно-культурной сферы, деятельность коммунального хозяйства, транспорта и т.д. По деятельности органов местного самоуправления люди судят о работе государственной власти в целом.

ЦЕЛИ МСУ ФОРМИРУЮТСЯ НА ОСНОВЕ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ МО



Некоторые местности имеют свои особенные потребности, которые эффективнее удовлетворяются именно местным самоуправлением.

При выборе целей учитываются планы развития территории с точки зрения отраслей — сельского хозяйства, промышленности, от которых зависит занятость населения.

Учитывается потенциал муниципального образования: ресурсные и финансовые возможности; демографическая ситуация; инвестиционная привлекательность; компетентность органов местного самоуправления.

ИЗ ЦЕЛЕЙ ФОРМИРУЮТСЯ ЗАДАЧИ МЕСТНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

Основные задачи:

- удовлетворение социальных, культурных, материальных и иных потребностей населения;
- осуществление социально-экономических возможностей МО;
- согласование местных и государственных интересов;
- поддержание жизнедеятельности муниципальных образований (водопровод, газопровод, канализация, дороги, благоустройство, общественная безопасность и т.д.);
- предоставление условий для производства благ и др.



ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ МСУ СОПРЯЖЕН СО СТАНОВЛЕНИЕМ ГРАЖДАНСКОГО ОБЩЕСТВА



Создание в стране еще одного уровня управления, в котором участвуют граждане, способствует развитию деятельности населения в области управления.

Следовательно, одной из актуальных задач развития системы местного самоуправления является преодоление апатии граждан к участию в решении проблем местного уровня. В свою очередь, органы местного самоуправления должны обеспечить гарантии активности и безопасности участия населения в территориальном самоуправлении.

ФОРМЫ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ НАСЕЛЕНИЕМ МСУ ЗАКРЕПЛЕНЫ В ФЕДЕРАЛЬНОМ ЗАКОНЕ №131-ФЗ

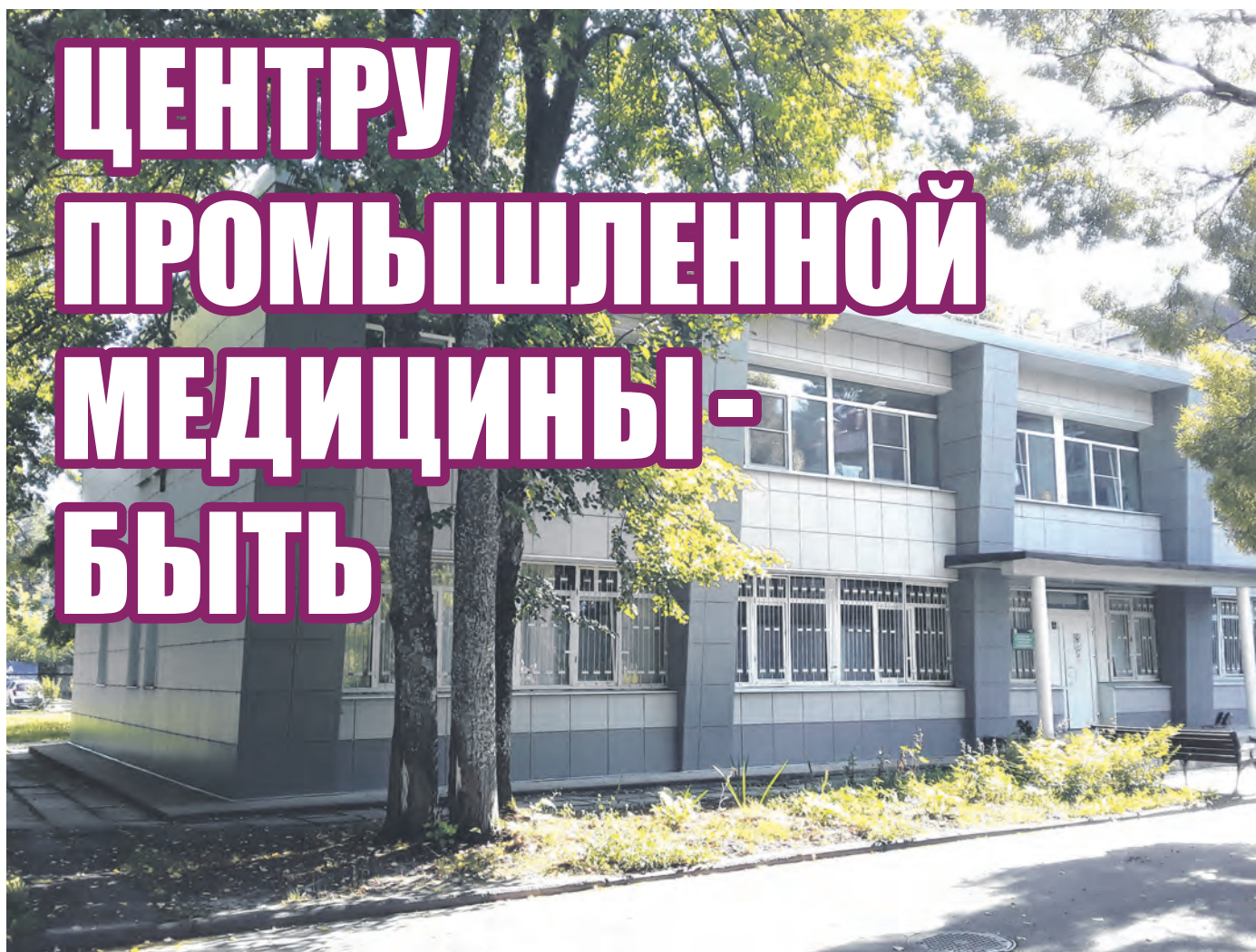
Это: местный референдум, муниципальные выборы, голосование по отзыву и по вопросам изменения границ или преобразования муниципального образования, а также сходы граждан. Не так давно появились новые формы — это избрание старосты населенного пункта и реализация инициативных проектов.

Участие населения в процессе местного самоуправления может осуществляться в форме публичных слушаний, собраний, конференций, опросов, обращений граждан в органы МСУ и др.



Реализуется при поддержке Комитета по печати Ленинградской области

ТОЧКИ РОСТА



В Сосновом Бору создается Центр промышленной медицины.

Центр — совместное детище «Росатома» и ФМБА России. На прошлой неделе в здании, где сейчас идет реконструкция, побывали директор Ленинградской атомной станции В.И. Перегуда и представители городских СМИ.

ЧТО И ГДЕ?

На реализацию совместного проекта по совершенствованию качества и доступности медицинской помощи в Сосновом Бору Федеральное медико-биологическое агентство выделило порядка ста двадцати миллионов рублей. Восемьдесят миллионов дал концерн «Росэнергоатом». За счет этих средств и идут сейчас массивные ремонты в ЦМСЧ-38. Работы ведет сосновоборская компания «Стройград» — и делает это быстро и качественно. Один из руководителей подрядной организации по первой своей профессии — медбрат, так что нужды медицинского учреждения знает не понаслышке.

Материалы для ремонта с учетом этих нужд и подбирались — чтобы и практично, и пациентам комфортно, и красиво.

Здание, где будет находиться Центр, — одно из самых старых в медсанчасти. Можно сказать, что с него ЦМСЧ-38 и начиналась. Вначале здесь располагалась городская поликлиника и небольшой стационар, потом — детская поликлиника, а в последние годы — отделение профилактики. Вот здесь Центр промышленной медицины и будет — медицинское учреждение нового типа, призванное продлить



Начальник ЦМСЧ-38 Павел Рязанов и директор ЛАЭС Владимир Перегуда

профессиональное (и не только) долголетие работников стратегических предприятий. Профилактические осмотры с применением самого современного оборудования смогут проходить восемнадцать тысяч сотрудников, которые работают на сорока предприятиях.

Создание такого специализированного отделения важно и для остальных сосновоборцев. По словам начальника ЦМСЧ-38 Павла Рязанова, это позволит разделить потоки пациентов и уменьшить очереди в поликлинике. И хотя само по себе действующее отделение профилактики позволило отделить больных от здоровых, все-таки в некоторых кабинетах эти потоки пересекаются, а надо, чтобы этого не было.

ПЕРВЫЕ ИТОГИ

Ремонт в здании отделения профилактики начался сравнительно недавно, но идет быстро, и первый этап уже позади.

Вот мы заходим на первый этаж — там были когда-то административные помещения, к которым требования немного другие, нежели к кабинетам, где установлено сложное медицинское

оборудование. Сейчас в помещениях бывшей бухгалтерии разместились 14 врачебных кабинетов и 11 вспомогательных помещений.

Пришлось поменять основание пола, сделать дополнительную вентиляцию — с учетом назначения помещений. К примеру, рентгенологическое оборудование, хотя оно сейчас стало намного более совершенным, чем десять и тем более пятьдесят лет назад, требует дополнительной защиты.

Подрядчик уже заменил основание пола и покрытие, обновил стены, окна и двери. Готовы к эксплуатации системы пожарной сигнализации и компьютерная сеть. Полностью отремонтирован рентгенологический кабинет, куплен и уже установлен новый маммограф.

На первом этаже работ осталось немного — сделать входную группу, так что отремонтируют и ступеньки, и крыльцо, и тамбур, и входную дверь. Все это предполагается закончить за ближайшие два месяца.

ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ

Первый этаж — это еще далеко не все. Работы продолжатся в следующие

два года, а о том, что и для чего будет делаться, знают директор атомной станции и начальник медсанчасти.

— Второй этап включает в себя ремонт второго этажа, а также полное обновление фасада, — рассказал нам Владимир Иванович Перегуда. — Благодаря совместным усилиям мы получим современную поликлинику, очень важную для здоровья наших специалистов. Она будет оснащена самым современным высокотехнологичным оборудованием. Пациентам здесь будет комфортно. И это — важный этап в системе профилактики профессиональных заболеваний. Для нас приоритет — сохранение здоровья работников стратегических предприятий.

— Профессиональные заболевания — серьезная проблема, но многие из них можно предотвратить, если вовремя принять меры. Для этого и нужно подобное медицинское учреждение, — говорит начальник ЦМСЧ-38 Павел Рязанов. — Совместными усилиями мы не только увеличим трудоспособный возраст работников этих предприятий, но и значительно улучшим качество их жизни. На базе ЦМСЧ-38 создан полный цикл контроля, профилактики, диагностики и своевременного лечения промышленных заболеваний. В идеале нужно, чтобы каждый работник предприятия имел так называемый паспорт здоровья, где важная отметка — это профилактический медицинский осмотр и последующее динамичное наблюдение за изменениями в организме.

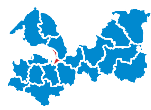
ЧТО ТАМ БУДЕТ?

Сотрудники предприятий, которые считаются потенциально опасными, и в настоящее время регулярно проходят медосмотры — это жесткое требование законодательства. Кроме того, на каждом предприятии есть здравпункт. Центр промышленной медицины будет подразделением поликлиники и его задача — объединить все структуры, ответственные за здоровье работников предприятий. Он объединит цеховых терапевтов, здравпунктов, собственно отделения профилактики и стационар профпатологии. В здании разместятся врачебные, процедурные манипуляционные кабинеты, кабинеты функциональных исследований и психофизиологического обследования, а также дневной стационар. По сути — это будет поликлиника в поликлинике, со своей спецификой.

Создание Центра промышленной медицины — не единственный крупный проект, который реализуется совместными усилиями ФМБА и «Росатома». Их в этом году семь, и все направлены на снижение уровня заболеваемости в городах расположения атомных станций — и на снижение смертности соответственно. Это отмечено в Стратегии развития промышленной медицины. В Сосновом Бору создается первый Центр, а в дальнейшем они появятся во всех городах расположения атомных объектов.

Остальные горожане от реализации этого проекта тоже выиграют. Потоки пациентов окончательно разделятся. Плюс к тому — появление новых кабинетов и дополнительного оборудования позволит разгрузить те кабинеты, которые уже есть в городской поликлинике. Соответственно, уменьшатся очереди — а в идеале они и вовсе должны исчезнуть.

Марина ПЕТРОВА



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

КУЛЬТУРА

Писатель Сергей Беспалов живёт в Тосно. Его последняя книга — военные повести для детей «Там, за рекой» имела огромный успех. Её читают школьники далеко за пределами Ленобласти, причём не только читают, но и слушают аудиоверсию. Мы побеседовали с Сергеем Беспаловым о том, как в его жизнь вошла литература и почему, вернувшись с работы, он садится за очередную главу.

— Сергей Александрович, свою первую книгу вы написали в 49 лет. Почему вдруг?

— Мысли о литературном творчестве посещали меня ещё в школе. Я очень любил читать. Сюжетов в голове было много, но тогда мне казалось, что излагать их на бумаге я не созрел.

После школы получил в Тосно профессию газосварщика, по распределению уехал в Архангельск и с мехколлонной объездил пол-Севера. Потом армия, служба по контракту, Тосненский завод «Томез». В 90-е завод закрыли, работал где подвернётся. Заочно окончил факультет психологии Сибирского института экономики и права. Женился, детей растил. Обыкновенно жизнь складывалась.

Десять лет назад сидели с друзьями, байки травил. Товарищ мне говорит: «Хорошо рассказываешь! А написать сумеешь?». Почему бы и нет — пишу! Через какое-то время встретил его, он спросил, как книжка движется. А я и не брался. Слово надо держать. Сел и за две недели написал юмористическую повесть «Орден хохоющего Патрика».

— Что чувствовали, когда поставили точку?

— Был горд — собственная книга! Гонорары мало интересовали. У меня была хорошая должность в службе безопасности судостроительного завода «Пелла». Я и сейчас там работаю. А сказать о себе: «Я — писатель», мечтал. Взял рукопись, отнёс в местную полиграфию, заплатил 200 рублей, и мне напечатали 40 экземпляров.

Знающий человек подсказал — теперь надо в Союз писателей. Я поехал в Санкт-Петербург, зашёл в секцию прозы и без обиняков сказал, что хочу вступить. Лев Толстой, не меньше. Таких новичков там переводили. Вежливо объяснили мне, что произведение должно про-



Сергея Беспалова часто приглашают на встречи с учащимися школ в Ленобласти и Санкт-Петербурге

ДЕТЯМ НУЖНЫ ПРАВИЛЬНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

ИНТЕРВЬЮ С ПИСАТЕЛЕМ ИЗ ТОСНЕНСКОГО РАЙОНА

честь жюри из 20 человек. Книги рецензентам раздал, жду.

Через месяц пришёл на заседание. Отзывы хорошие. Но оказалось, нужно делать редактуру. Что это такое, я знать не знал. Сейчас со смехом вспоминаю — полным профаном был.

Мне нашли опытного редактора. Она повесть отредактировала и посоветовала больше книг не писать.

Лучше бы она этого не говорила. Когда я слышу «нет» и «никогда», включается режим «пробить лбом стену».

— И вы взялись за вторую книгу?

— Не сразу. Негативные отзывы пыл умерили. Но писательство мне нравилось, отступать я не люблю. К тому же нашёлся отличный материал.

Коллега занимался на Ладоге дайвингом. Он рассказал о своём увлечении много занятного, и у меня сложился сюжет юмористической повести с элементами фэнтези.

Назвал её «Корабль по имени Пелла». Она о незадачливом кладоискателе Генке Беленьком, который хлебнул мухоморовой настойки и очутился в далёком прошлом, у викингов. А северные мореходы на драккарах, наоборот, у нас, на Ладожском озере.

Нашёл хорошее издательство, напечатал. Аудиовersion озвучил актёр Константин Суханов.



Автор считает своим нравственным долгом рассказать молодёжи о подвиге предков

— Слушай, брат. — Лёшка почти вплотную подошёл к Егору и положил ему на плечо руку. — Слушай! Если ты сделал первый шаг, то надо пройти всё расстояние до конца. Даже если это будет трудно. И если ты внезапно поймёшь, что не в силах победить, то лучше и не делай этого первого шага. — И чуть отошёл в сторону. — Это, Егорша, касается всего. Любое начатое дело... — мальчишка поправился, — начатое благое дело. От которого для тебя и для людей будет только польза, надо доводить до конца. Ничего не боясь...

ники со стороны мамы. Её тетя Наталья Гавриловна Михайлова была первым председателем Тосненского поссовета, поднимала посёлок из развалин. Поздно начинаешь задумываться о том, что твои близкие были свидетелями и участниками великих событий.

— Вы посвятили книгу «Там, за рекой» юным героям Великой Отечественной войны. О ком она?

— Об обыкновенных мальчишках. Война проверила их на прочность, заставила рано повзрослеть.

У Мишки из повести «Мишкин остров» фашисты убили маму, повесили сестру, его и других ребят из села хотели угнать в Германию. Он скрывался в лесу, попал к партизанам и сумел вывести отряд из-под носа у немцев на остров посреди болота.

Лёшка и Егор из второй повести приехали в деревню к бабушке на лето и там встретили войну. Лёшка, контуженный, с разбитой ногой, когда пограничники вступили в бой с врагом, не раздумывая, лёг за пулемёт.

На войне страшно всем. Но один этот страх преодолевают, а трусов и слабаков он подчиняет. Мишка, Лёшка, Егорша страх побороли. Один из солдат, Нефедыч, сказал: «Не победит нас никто и никогда! Сил у них не хватит. Нас не будет, вот такие пацаны им ад устроят!»



У Сергея вышли уже две детские книги

— На ваш взгляд, почему повести вызвали такой резонанс?

— Я не рассказываю историю войны в лоб, а раскрываю характеры подростков. Что происходило в их душах в переломные моменты, как они мужали. Преподношу это с точки зрения психологии ребёнка. Дети военной поры мало отличались от сегодняшних мальчишек и девчонок. Разве что компьютеров у них не было.

Если из десяти прочитавших «Там, за рекой» двое-трое подростков поймут, что делать, как дальше жить, значит, я со своей задачей справился.



Детям нужны правильные ориентиры. Мои сын и зять — участники СВО. Я понимаю, что сейчас особенно важно каждому из нас сделать выбор в пользу Родины, нашего будущего.

Радуют меня отклики на книгу сотрудников департаментов образования и структур, которые занимаются военно-патриотическим воспитанием молодёжи. Благодарят из Новосибирска, Чебоксар, Белгорода, Липецка, Томска, Ямало-Ненецкого округа, Республики Крым — всех адресов не перечислить. Фракция «Справедливая Россия — Патриоты — За правду» предложила перепечатку в «Детской роман-газете». Повести обсуждают на классных часах, уроках мужества.

Очень хочу, чтобы «Там, за рекой» поступила во все детские и школьные библиотеки Ленинградской области. Мечтаю подарить её детям новых российских регионов. Я благодарен областному комитету по печати за поддержку в издании «Там, за рекой».

— Какая будет следующая книга?

— Тоже для детей — сборник рассказов о войне, о блокаде. Например, затрону историю об эшелонах с кошками, которых привезли в Ленинград, чтобы спасти город от крыс.

— В Союз писателей вас приняли?

— Я вступил в Международный Союз писателей. Постоянно участвую в заседаниях Санкт-Петербургского. С семьёй книгами без проблем войду и в его ряды. Но членству в союзе я не придаю такого значения, как десять лет назад. Хотя литературное творчество для меня давно больше, чем хобби, не важно, будут меня считать писателем или нет. Я стараюсь помочь людям — взрослым и детям — что-то понять о жизни. В этом смысл моего творчества.

БЕСЕДОВАЛА
ЛЮДМИЛА КОНДРАШОВА
ФОТО ИЗ АРХИВА
СЕРГЕЯ БЕСПАЛОВА

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



ГОД КОМАНДЫ ЗАБОТЫ

В АВАНГАРДЕ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ СТРАНЫ

ПОДДЕРЖКА ВЕТЕРАНОВ СПЕЦОПЕРАЦИИ В ЛЕНОБЛАСТИ ВЫХОДИТ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ

Во Всеволожском районе открылся Центр адаптивной физической культуры, реабилитации и абилитации — один из объектов первого в России «Кластера комплексного сопровождения участников СВО». О том, как будет устроено уникальное пространство и какую помощь здесь смогут получить ветераны, — в материале «Ленинградской панорамы».

В Мультицентре социальной и трудовой интеграции всегда кипит жизнь — в этом может убедиться каждый, кто переступит его порог. Занятия спортом, медицинские процедуры, труд в мастерских — подопечные Мультицентра всегда чем-то заняты, вне зависимости от существующих ограничений по здоровью. Взять хотя бы местный производственный центр, где учащиеся курсов швейного дела вместе с опытными мастерами делают для нужд фронта подвески, наплечники или даже маскировочные сети.

— Разумеется, мы создаём и традиционную швейную продукцию: текстильные столовые наборы, мягкий инвентарь, комплекты постельного белья, подушки, одеяла, влагостойкие простыни. Также это могут быть изделия в виде сумочек текстиль-

ных каких-то с вышивкой или с нанесением. Однако сейчас на первый план выходит поддержка бойцов в зоне спецоперации, — поделилась с «Ленинградской панорамой» директор производственного центра Марина Романова.

Совсем скоро многолетний опыт Мультицентра по сопровождению людей с инвалидностью найдёт применение в новом крупном проекте. «Кластер комплексного сопровождения и реабилитации участников СВО» объединит 8 объектов инфраструктуры: от высокотехнологичного протезирования до профессионального переобучения ветеранов. В проекте будут задействованы специалисты Мультицентра и фонда «Защитники Отечества», волонтерские организации, профессиональные медики и педагоги. Первым звеном в этой цепи стал Центр адаптивной физической культуры, реабилитации и абилитации, который открылся в начале сентября.

— Комплексный подход к нашим героям — участникам СВО лежит в основе этого проекта. Не просто помочь поправить здоровье, а провести протезирование, медицинскую реабилитацию, физическую, духовную реабилитацию и дать возможность быть активным участником нашей жизни,

нашего общества, нашей семьи ленинградской, возможность получить специальность, трудоустроиться, решить бытовые жилищные проблемы и, конечно же, организовать последующее сопровождение, оказание помощи и поддержки, — заявил на открытии центра губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко.

Почётное право перерезать красную ленту на открытии центра было предоставлено ветерану спецоперации, члену Всероссийской общественной организации «Боевое братство» Дмитрию Ярошу.

— Прошёл Отрадовку, Андреевку, Клещеевку. И за Клещеевкой на высоте уже ногу «оставил», так вышло, — поделился своей историей Дмитрий Ярош. — Оказывали поддержку нашим штурмовым подразделениям, и в один момент мой миномёт не выдержал — его ствол «разорвало».

Боец, награждённый медалью «За Отвагу», получил от государства всю необходимую помощь. Сегодня он проходит период социальной адаптации, осваивая новую профессию оператора 3D-печати — герой станет одним из первых выпускников нового кластера.

Новую жизнь смог начать и другой ветеран СВО Антон Касумов с позывным Февраль. Боец служил в инженерных войсках, был награждён орденом Мужества. После подрыва на mine прошёл непростой путь реабилитации, справившись с жизненным вызовом, как настоящий герой.

— Здесь очень хорошо и всё в доступности: проснулся, умылся, тут же позавтракал, спустился в класс — всё, теперь на учёбе, не надо даже никуда ехать. Отучился на оператора 3D-принтера, то есть сейчас уже умею моделировать, распечатывать детали. А в дальнейшем постро-



ят завод по протезированию, тогда вообще развернёмся, — будем делать не только детали для коптеров, но и для протезов, — добавил боец.

Реабилитологи и протезисты Центра адаптивной физической культуры уже готовы к приёму пациентов. В кабинетах механотерапии можно заметить самое современное оборудование, включая специальные тренажёры на основе экзоскелетов.

— В игровой форме позволяем пациенту, который учится заново ходить, сформировать правильные движения и шаги — прямо и в сторону. Экзоскелет представляет собой страховочную систему, которая позволит избежать падений и травм, — пояснил советник губернатора Ленинградской области по медицинской реабилитации участников СВО Владимир Еволопов.

А в зале лечебной физкультуры наше внимание привлёк тренажёр с использованием технологий виртуальной реальности. Пациенту выдаётся своего рода теннисная ракетка со сверхчувствительными датчиками, и он под контролем тренеров отбивает ею виртуальные мячики. По итогу тренажёр выдаёт результат: насколько подвижна конечность.

Развитие «Кластера» не останавливается. Осенью в деревне Ириновка начнёт работать специ-

альный Центр восстановительного лечения участников СВО — санаторий на 50 мест. Отметим, что в начале августа проект этого кластера был представлен на военно-техническом форуме «Армия-2024» в Подмоскowie, где получил высокую оценку экспертов. Проект рекомендован к тиражированию в других регионах страны.

КСЕНИЯ БОНДАРЕНКО
ФОТО АВТОРА И ПРЕСС-СЛУЖБЫ
ПРАВИТЕЛЬСТВА ЛО

КРОМЕ МУЛЬТИЦЕНТРА, В СОСТАВ КЛАСТЕРА ВОЙДУТ ЕЩЁ 8 ОБЪЕКТОВ ИНФРАСТРУКТУРЫ:

1. Центр адаптивной физической культуры, реабилитации и абилитации
2. Центр высокотехнологичного протезирования
3. Центр по обслуживанию и ремонту технических средств реабилитации
4. Учебно-тренировочный центр — гостиница для ветеранов СВО
5. ЖК «Инклюзивный»
6. Всеволожский агропромышленный техникум
7. Всеволожская клиническая межрайонная больница
8. Центр восстановительного лечения участников СВО



ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ

8 сентября в России отмечается День танкиста. В честь празднования дня создания танковых войск Ленинградский военный округ тепло принял жителей 47 региона в учебной части и приготовил обширную программу. Участие юных ленинградцев в этом патриотическом празднике обеспечил фонд «Ленинградский рубеж».

Военные специалисты провели мастер-класс работы тяжёлой бронетехники, показав современные приёмы ведения танкового боя. По завершении уникальной работы бронетехники на полигоне появились военнослужащие, управлявшие кроссовыми мотоциклами. Использование «байков» стало нововведением на полях боевых действий СВО. Военные профессионалы показали, насколько мобильны могут быть бойцы во время боя. Они имеют

СИЛА РУССКОГО ОРУЖИЯ

В ДЕНЬ ТАНКИСТА ЛЕНИНГРАДЦАМ ПОКАЗАЛИ УНИКАЛЬНУЮ БОЕВУЮ ТЕХНИКУ

возможность шустро захватывать позиции противника, увиливая от вражеских беспилотников.

Кульминацией празднования дня танкиста стала демонстрация приемов высшего пилотажа операторов БПЛА, которые показали, как дроны могут эффективно работать во взаимодействии с мотострелковыми и бронетанковыми соединениями.

Также на территории 56-го учебного центра была открыта экспозиция боевой техники. На ней были представлены легендарные советские боевые единицы, а также образцы новейшей современной техники, стоящей на вооружении ВС РФ.

От лица правительства Ленинградской области поздравил танкистов с профессиональным праздником глава комитета по дорожному хозяйству Денис Седов.

— Сегодня День танковых войск России. Хочется от лица губернатора 47-го региона Александра Дрозденко поздравить руководство Ленинградского военного округа и всех танкистов России с этим знаменательным праздником. Мы сейчас находимся на учебном полигоне 56 учебного центра Министерства обороны, во взаимодействии с которым правительство Ленобласти и фонд «Ленинградский рубеж» реализуют множество про-

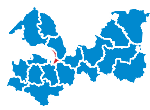


ектов и мероприятий. Уже более 1000 наших солдат, военнослужащих танковых войск, награждены правительственными наградами. Они на фронте продолжают демонстрировать силу русского оружия и проявлять чудеса героизма. — отметил Денис Седов.

Хочется отметить, что юные ленинградцы с особым интере-

сом разглядывали бронетехнику, с помощью которой как наши предки били фашиста более семидесяти лет назад, так и сегодня бойцы на СВО бьют врага, освобождая русские земли.

МАТЕРИАЛ
ПРЕДОСТАВЛЕН ФОНДОМ
«ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ»



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ЖИВОТНЫЙ МИР ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



хорошо защищает животное, и потеря тепла у него происходит только через глаза и ушные отверстия — поэтому на видео, которое снимает тепловизор, «светятся» всего лишь несколько точек.

Менее осторожными бобры становятся весной — в так называемый «период расселения» — в это время года с ними можно повстречаться и днём. Ровно два года бобрята живут в семье с родителями, после чего их «выгоняют» во взрослую жизнь — и молодые двухлетки ищут для себя новые территории. Нередко дети не хотят уходить из дома, и тогда родителям приходится пускать в ход свои острые зубы: чего не сделаешь ради самостоятельности и взросления своих чад!

Весной во время расселения бобры порой заплывают даже в города, в том числе такие крупные, как Москва и Санкт-Петербург. Если горожане понимают, что их соседом стал бобр, то может возникнуть вопрос о сохранении городских деревьев от его острых зубов. Для этого основания древесных стволов оборачивают металлической сеткой: как только «гостю» будет недостаточно пищи, он уйдёт с этой территории сам, а точнее, уплывёт — в поисках более «сытных» мест. Отлавливать грызунов — с последующим их вывозом за город — очень непростое, да и небезопасное занятие. Поверьте, безобидное с виду животное умеет за себя постоять. Близко к бобру лучше вообще не подходить: в случае опасности «неуклюжий» грызун может совершить стремительный полутораметровый прыжок и пустить в ход свои острые, как бритва, зубы.

ВЕРНЫЙ СЕМЬЯНИН

Если в городе для бобра достаточно корма и его не беспокоят, он может остаться здесь жить надолго и даже начнёт размножаться.

Бобры — преданные семьянины, пары образуют на всю жизнь. Самец активно помогает своей подруге во всём, в том числе и в выращивании потомства — в природе это, согласитесь, немаловажно. Хотя в семье



Павел Глазков около столовой бобров

бобров царит жёсткий матриархат, то есть верховодит самка, всё же помощь «мужчины» никогда не помешает. Самец помогает своей супруге даже во время родов, оттаскивая в сторону новорождённых детёнышей.

На заболоченной территории бобры строят себе домики-хатки, которые сооружают из палок и веток, скрепляя их землёй и глиной. В целях безопасности вход в их жилище находится под водой — именно ради соблюдения этого условия бобрам и нужен высокий уровень воды в том месте, где они живут. Вот для чего они сооружают свои знаменитые плотины, которые настолько прочны, что иногда их используют в качестве переправы даже лошади! Эти рогатые животные осыны нередко навещают в гости к бобрам, чтобы угоститься свежей корой с только что поваленного дерева.

При наличии крутых берегов бобры живут в норах. В земле они роют многометровые тоннели — для этого животные пускают в ход передние лапы, на которых находятся довольно длинные, крепкие и острые когти.

Потомство у пары бобров появляется в мае. Взрослая опытная бобриха может родить до шести малышей. Хотя с месячного возраста бобрята уже начинают питаться молодыми ветками, основной их пищей ещё долго остаётся материнское молоко. С родителями живут и дети прошлого года рождения. Старшие заботятся о младших: помогают родителям их кормить, играют с ними и сопровождают во время прогулок.

Бобры — строгие вегетарианцы: питаются корой деревьев, листьями, травой, а также корневищами водных растений. Древесину они не едят, а деревья валят, чтобы добраться до веток! С упавшего ствола бобры отгрызают ветки и по воде буксируют их поближе к дому. Там они складывают свои запасы под водой, чтобы питаться ими зимой.

В зимнюю спячку бобры не впадают, и сейчас — в начале осени — активно заготавливают еду впрок. В холодной воде без доступа кислорода ветки останутся всю зиму свежими — как в холодильнике.

Любите и берегите природу!

ПАВЕЛ ГЛАЗКОВ
ФОТО АВТОРА

БОБРЫ — ПРЕДАННЫЕ СЕМЬЯНИНЫ

БИОЛОГ ПАВЕЛ ГЛАЗКОВ — О НАШИХ ДАВНИХ ЛЕСНЫХ СОСЕДЯХ ИЗ ОТРЯДА ГРЫЗУНОВ

За что к началу XVIII века в нашем регионе почти полностью истребили бобров? Правда ли, что в их семьях царит жёсткий матриархат? Сколько видов бобров проживает сегодня в Ленинградской области, и почему к ним нельзя подходить слишком близко? Об этом и многом другом — в материале кандидата биологических наук, телеведущего, автора блога «Каждой твари по паре» Павла Глазкова.

РЕЧНОЙ РЕКОРДСМЕН

Бобр — самый крупный грызун России и Европы. Ещё совсем недавно человечество могло потерять его навсегда. Высокий спрос на красивый и ноский мех, а также на мускусные железы животного привёл к неконтролируемой добыче — и бобров почти полностью истребили. Люди вовремя опомнились и в прямом смысле слова «всем миром» стали восстанавливать численность этих почти уже исчезнувших к началу XX века зверьков.

В 1923 году для сохранения бобров в Советском Союзе был создан специализированный Бобровый заповедник. В 1927-м году его переименовали в Воронежский государственный заповедник — он существует и поныне. Именно здесь был создан



Плотина бобров

первый в мире экспериментальный бобровый питомник для изучения и размножения этих грызунов. В заповеднике появилось особое направление — боброводство. Благодаря стараниям учёных численность этих животных в нашей стране начала восстанавливаться.

В нашем регионе (на территории нынешней Ленинградской области) бобры были полностью истреблены уже к началу XVIII века. Восстанавливать популяцию начали только в 1952 году: из Хоперского заповедника было завезено 27 зверей, которых выпустили в Сланцевском районе, в один из притоков Луги — реку Долгую. Не удивлюсь, если на гербе Сланцевского района со временем появится изображение бобра. А пока этот лесной трудяга красуется только на гербе посёлка Лесогорский, что находится в Выборгском районе нашей области.

За всё время проекта по возвращению бобров в 47-й регион — а он длился более 10 лет — в природу Ленинградской области было выпущено 319 зверьков. За полвека они успешно прижились и размножились. Сейчас им уже ничто не угрожает.

НЕ ПОДХОДИТЕ БЛИЗКО

Любопытный факт: в мире обитает всего два вида бобров — европейский и канадский. Исторически на территории России жил только европейский бобр, и с 1952 года к нам заселяли именно этот вид. А сейчас в 47-м регионе живёт и его канадский сородич: оказывается, он переместился к нам самостоятельно из соседней Финляндии — туда его специально завозили из Канады в начале 1930-х годов. По данным комитета по охране и регулированию животного мира Ленинградской области, в настоящее время европейских бобров у нас насчитывается около 22 тысяч, а канадских — немногим более 2 тысяч. К слову сказать, гибридов эти два вида не образуют. Отличить визуаль-

Посмотрите на бобров, которые «попались» в видеоловушку Павла Глазкова



Больше интересных фактов — в аудиоподкасте:



но их можно по форме хвоста: у канадского бобра он широкий и короткий, а у европейского — узкий и вытянутый.

Увидеть бобра в природе не так-то легко. Чаще всего о присутствии этого крупного грызуна нам говорят следы его жизнедеятельности: погрызенные стволы деревьев, плотины и домики-хатки. Животные активны в основном по ночам, и мне удаётся наблюдать за их жизнью, как правило, только благодаря тепловизору — видеокамере, которая «видит» в полной темноте и лишь объекты, излучающие тепло. Мех бобра очень



Европейский бобр за работой на одной из ленинградских рек

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



КОМАНДА47

Сосновый Бор — один из самых молодых городов Ленинградской области. В прошлом году Атомград отпраздновал свой юбилей — 50 лет с момента основания. За это время из закрытого города, в который можно было попасть только по пропуску, он превратился в место притяжения для ленинградцев и туристов из других регионов. «Ленинградская панорама» вместе с губернатором Ленобласти Александром Дрозденко побывала в Сосновом Бору и оценила темпы его развития и благоустройства.

ОТ СЛОВА «БЛАГО»

Сосновый Бор — один из лидеров благоустройства Ленобласти. Подтверждением тому служат регулярные победы Атомграда во Всероссийском конкурсе лучших проектов создания комфортной городской среды от Минстроя РФ. Яркий пример — сквер у Дворца культуры «Строитель», победитель конкурсной кампании 2022 года. За два года проектировщикам и строителям удалось не просто сохранить исторический облик территории, но и оосовременить его. Здесь можно найти зоны для настольных игр, шахматные столики, которые пользуются спросом у местных жителей. Новые дорожки для прогулок, фонтан и подсветка, озеленение по столбичным стандартам — всё это выглядит стильно и современно.

— Лучше нашего родного Соснового Бора ничего нет. Ни разу не пожалела, что когда-то с мужем сюда переехала. У нас уже и дети выросли, и внуки растут. Да и зачем куда-то ещё ехать, если настолько хорошо живётся тут? Финский залив рядом, природа; в городе открываются площадки, парки и скверы, где можно гулять всей семьёй, — поделилась с «Ленинградской панорамой» жительница Лариса Ивановна.

Ещё один крупный проект благоустройства — парк «При-

СОСНОВЫЙ БОР: ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ

В БЛИЖАЙШИЕ ГОДЫ ЛЕНИНГРАДСКИЙ АТОМГРАД МОЖЕТ ПРЕВРАТИТЬСЯ В ГОРОД-КУРОРТ

морский», приведённый в порядок благодаря поддержке Ленинградской АЭС и «Росатома». Эта общественная территория и раньше притягивала сосновоборцев, но после реставрации она превратилась в полноценную прогулочную и рекреационную зону. Здесь есть парковочные места, зона питания, шезлонги, скамейки вдоль реки Глуховки, велодорожки, большая детская площадка со скалодромом, «парк-лазалка», арт-объекты и даже памп-трек для катаний на велосипедах, самокатах и роликах.

— По моим впечатлениям, это самый благоустроенный и уютный город в европейской части континента. Чувствуется, что внимание областной власти, Госкорпорации «Росатом» дополняется усилиями местной администрации. Поддержанные жителями проекты побеждают во Всероссийском конкурсе и получают новый облик по нацпроекту «Жильё и городская среда», — отметил Александр

Дрозденко во время посещения обновлённого парка.

Не забывают в Сосновом Бору про реставрацию памятников, установку малых архитектурных форм, установку и содержание детских игровых комплексов. За последние годы здесь обновили 97 детских площадок — так что «город учёных» превратился ещё и в город счастливого детства.

ВРЕМЯ ПОБЕД

У жителей Соснового Бора есть несомненная гордость в спортивной сфере — команда «Динамо-ЛО», которая входит в 10 лучших волейбольных клубов страны. Специально для динамовцев в городе открыт крупнейший в регионе волейбольный центр. Одновременно он может вместить до 3 тысяч зрителей. Здание оборудовано в соответствии с международными стандартами, отлично подходит как для проведения волейбольных матчей мирового уровня, так и для игр в других дисциплинах: гандбол, футбол, баскетбол и даже бокс.

Однако развитие — это всегда движение вперёд. На сегодняшний день есть несколько вопросов по улучшению условий для спортсменов и зрителей. Среди них — реконструкция общежития для спортсменов, а также строительство физкультурно-оздоровительного комплекса для проведения дополнительных тренировок и спортивных мероприятий. В планах также модернизация освещения в волейбольном центре — его заменят на современное светодиодное.

— Мы приняли сегодня несколько принципиальных ре-



шений по дальнейшему развитию клуба, чтобы он оставался ведущим волейбольным клубом России. Договорились, что проведём ещё ряд работ в здании, чтобы сюда болельщики приходили на весь день, — отметил во время рабочей поездки в Сосновый Бор Александр Юрьевич. — А ваша задача как спортсменов — показать себя на поле. В российском волейболе сегодня высокая конкуренция. Это большой спорт, и там всё непросто. А мы в любом случае будем за вас болеть, переживать и гордиться.

ПРОЕКТЫ ДЛЯ ЛЮДЕЙ

О других планах по развитию Атомграда Александр Дрозденко рассказал на встрече с городским активом.

— Совместно с «Росатомом» принято решение о строительстве Ледовой арены. Проект уже находится на экспертизе, после чего заказчик объявит конкурс — и начнётся строительство. Второй объект — дом Петрова, самое старинное здание города, где появится музей. Сейчас администрация Сосно-

вого Бора дорабатывает проект реконструкции, в бюджет Ленобласти уже заложено 169 миллионов рублей на работы, — отметил Александр Юрьевич.

Ещё одна важная для города задача — реконструкция Копорского шоссе. Сосновый Бор расположен таким образом, что утром многие едут на работу в промзону, а вечером возвращаются, и возникают трудности с трафиком. В 2025 году — после реконструкции моста через реку Воронку — начнётся долгожданная реконструкция магистрали.

Уже в обозримом будущем Атомграду могут присвоить статус «город-курорт». Все предпосылки для этого есть, и город определённо готов к достижению новых вершин. Благодаря такому статусу о Сосновом Боре узнают ещё больше людей со всех уголков России, а это в конечном счёте поднимет престиж и туристическую привлекательность не только молодого города, но и всей Ленинградской области.

КСЕНИЯ БОНДАРЕНКО
ФОТО АВТОРА И ПРЕСС-СЛУЖБЫ
ПРАВИТЕЛЬСТВА ЛО



Губернатор оценил благоустройство Соснового Бора

СОБЫТИЯ

«ЭНЕРГИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ» ДЛЯ ЛЕНИНГРАДСКОГО БИЗНЕСА

Как начать свой бизнес, какие новые возможности открываются сегодня перед предпринимателями, чем государство поддерживает людей дела — эти вопросы оказались в фокусе внимания юбилейного X Ленинградского бизнес-форума «Мой бизнес. Энергия возможностей». Его участники в очном и онлайн-форматах стали около тысячи предпринимателей.

— Самым быстрым и мобильным в меняющихся условиях всегда был малый бизнес. В Ленинградской области предпринимателей с каждым годом становится всё больше. Желаю вам на пути развития использовать все современные возможности и проверенные бизнес-модели — бизнес по франшизе, искусственный интеллект и цифровые решения, новые технологии, — отметил в своём приветствии за-

МЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ ПРАВИТЕЛЬСТВА ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ДМИТРИЙ ЯЛОВ.

В этом году форум проходил под эгидой национального проекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы» и новых направлений развития и поддержки малого и среднего бизнеса в 2025–2030 годах.

В свою очередь, заместитель министра экономического развития Российской Федерации Татьяна Илюшникова отметила, что основной показатель национального проекта — число занятых в малом и среднем бизнесе в России превышает 25 млн человек; а значит, задача, поставленная, президентом России,

выполнена. Однако государству важно обеспечить не только количественный, но и качественный рост бизнеса в самых разных направлениях, включая туризм и креативные индустрии.

В этом году организаторы подготовили для участников форума много интересного: от искусственного интеллекта в предпринимательской деятельности до молодёжного предпринимательства, тайм-менеджмента и инновационного маркетинга — 20 сессий и мастер-классов, выступления 30 топовых спикеров. На форуме были представлены актуальные бизнес-решения, например робот-бариста, техника с искусственным интеллектом, квадрокоптеры и многое другое.

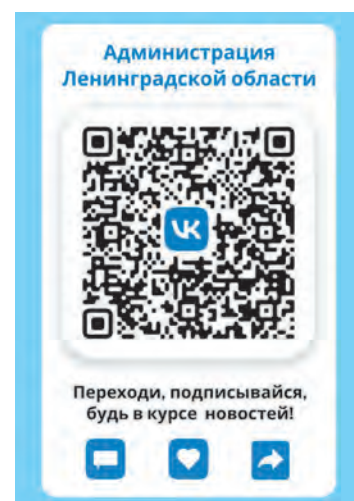
Среди самых необычных и ярких лекций можно выделить выступление «Космические уроки для бизнеса и жизни» от российского космонавта-испытателя Сергея Рязанского. Эксперт поделился своими мыслями о том, как много общего между работой в космосе и в бизнесе, особенно когда это касается работы в команде; личными историями преодоления трудностей в экстремальных условиях.

На семинаре «Что делать, когда твой сотрудник — зумер? Адаптация организаций к потребностям поколения Z» будущие предприниматели познакомились с технологиями дистанционных трудовых отношений, которые так востребованы у современной молодёжи.

Полученные на форуме знания и опыт помогут предпринимателям расширить свой бизнес-кругозор и достигнуть

новых высот в своей деятельности, а для некоторых станут мощным толчком для развития бизнеса.

ЛИЛИЯ БАТРШИНА



ТРАДИЦИИ, КУЛЬТУРА, СЕМЬЯ

ПРИНЕСИ НАМ ПЕСНЮ,
ВЕТЕР

Сосновоборский ансамбль финской песни «Pieni Polku»

7 сентября в Приоратском парке Гатчины состоялся VIII Всероссийский фестиваль художественного творчества малочисленных финно-угорских и самодийских народов «Напевы северного ветра». В концертной программе участвовал сосновоборский ансамбль финской песни «Pieni Polku» Центра развития личности «Гармония».

«Напевы северного ветра» — это не только концерт в живописном гатчинском парке. Это большой фестиваль, во время которого проходит множество мероприятий. А начинался он в Мраморном зале Российского этнографического музея. В Санкт-Петербург приехали музыкальные и танцевальные коллективы, мастера декоративно-прикладного творчества, активисты национально-культурных сообществ из девяти регионов — Республики Карелия, Удмуртии, Красноярского края, Ленинградской, Мурманской, Псковской областей, Ненецкого, Ямало-Ненецкого автономных округов, Ханты-Мансийского округа — Югры. Приехали, чтобы рассказать о своих народах и показать то красивое и интересное, что есть в каждой национальной культуре. В первый день состоялось торжественное открытие и научно-практическая конференция «Культурное наследие коренных народов Российской Федерации как основа формирования, укрепления и продвижения традиционных семейных ценностей».

Фестиваль с 2010 года организуют Дом народного творчества им. В.Д. Поленова и Дом народного творчества Ленинградской области. Проходит он при поддержке Министерства культуры Российской Федерации и Правительства

Ленинградской области, а при организации народного праздника в Приоратском парке очень помогла администрация Гатчинского района.

Гостей в Гатчину съехалось много! И приходили люди в парк задолго до начала концерта. С интересом смотрели, как мастера раскладывают свои изделия, как развешивают передвижную выставку, посвященную жизни финно-угорских народов, а у сцены члены делегаций репетируют начало, а на горке — ставят самый настоящий самодийский чум...

Под некоторыми шатрами, дающими спасительную в такую жару тень, уже начались мастер-классы. Хотите традиционный саамский оберег «техп»? Пожалуйста. Круглый шнур, столь необходимый северным народам? Вот он. Традиционные куклы — они есть у всех, но из разных материалов. Можно сделать куколку из ткани в ижорском шатре, а можно — меховую, как делали ненцы, ханты и манси. А бабаевские вепсы делали куколок из березовых веточек.

Очень много украшений. И тоже из разных материалов — что было, то и использовали. И если жившие у моря вожане могли себе позволить диковинные раковины, привезенные тем же морем за тридевять земель, то

у северных народов практически все делалось из меха. Практично и красиво. Яркая одежда северян — не прихоть. Это — насущная необходимость, особенно когда большую часть года тебя окружает белизна. Человек нуждается не только в тепле, но и в красоте. А у многих народов украшения считались магическими предметами. Хотите попробовать настоящую магию? Вот она — в брошке из оленьего меха или домотканом поясе. Может быть, такой предмет и не может творить чудеса, но что сам является чудом — бесспорно.

А хотите попробовать поговорить на новом для себя языке? Тоже можно. Нет, надеяться на то, что вот прямо так сходу научишься понимать бессермянский или мансийский, не стоит. Хотя еще каких-нибудь сто лет назад финно-угорские языки можно было слышать постоянно в том числе и в наших краях.

Но попытаться произнести несколько слов и выучить скороговорку — почему нет?

В этом году фестиваль посвящен Году семьи. И это очень хорошо совпадает с общей тематикой «Напевы северного ветра». Ведь семья всегда была чрезвычайно важна для народов, живущих порой в очень суровых условиях. И, кстати, одним из первых фестивальных мероприятий была как раз тематическая выставка, посвященная роли семьи у разных народов. А среди участников концертной программы были и семейные коллективы — например, из Псковской области, где традиционно живут представители народа сето.

Несколько коллективов представляли культуру вепсов. Этот народ живет в Лодейнопольском и Бокситогорском районах Ленинградской области и в Бабаевском районе на Вологодчине.

Самую обширную программу показали национально-культурные сообщества ингерманландских финнов, вожан и ижор. В их числе сосновоборский коллектив «Pieni Polku», которым руководит Любовь Муратова, Центр культуры «Хатсина» (руководитель Нина Эрте), ансамбль «Людмила» (руководитель Людмила Семёнова), «Kotikontui Talomegit» под руководством Галины Ларисовой, «Piiroleikki+» (руководитель Ирина Демидова), Общество ижорской культуры «Шойкула», водский ансамбль «Линнуд» из деревни Лужицы Кингисеппского района.

Песни и танцы привезли саамы, ненцы, селькупы, энцы, бессермяне... И обращает на себя внимание тот факт, что сейчас в выступлениях коллективов — не только фольклор, но и современные произведения на языках коренных малочисленных народов. Получается очень интересно! Как и сочетание старинных и современных инструментов. И это значит одно, главное — традиции живут и развиваются.

Мария БОРИСЕНКО
Фото автора

ФОТО
СМОТРИТЕ
ЗДЕСЬ:



Попугайные тюльпаны — это невероятно красивые цветы с эффектными изрезанными волнистыми лепестками, которые напоминают оперение экзотических птиц. Своими яркими красками тюльпаны-попугаи поражают воображение и наполняют сад необыкновенным очарованием. Но, тем не менее, у цветоводов эти тюльпаны вызывают разные эмоции — от восторга до полного неприятия.

Первый попугайный тюльпан был обнаружен в 1565 году. Именно обнаружен, а не выведен селекционерами. Попугайные тюльпаны невозможно воспроизвести путем семенного размножения, этот признак не передается по наследству. Поэтому все существующие на сегодняшний день сорта — результат мутаций.

Эти цветы полностью ассиметричны, поэтому они кажутся такими необычными в нашем техногенно-симметричном мире. В отличие от привычных для нас тюльпанов, у попугайных — каждый лепесток индивидуален, и в этой индивидуальности — идеальная красота.

Попугайные тюльпаны относятся к поздним сортам. Полностью раскрытый цветок у них может достигать в диаметре 15 см. Расцветки лепестков могут быть самые разнообразные. Очень впечатляют двухцветные сорта с красно-белыми цветками, желтые (с язычками пламени), красные с желтой каймой, розовые с зелеными полосками.

ПОПУГАЙНЫЕ ТЮЛЬПАНЫ



Высаживают попугайные тюльпаны осенью сразу после покупки луковиц. Для посадки выбирают защищенные безветренные места. Это необходимо по той причине, что крупные цветки на длинных цветоносах могут полежать при сильном ветре.

Для посадки следует покупать крупные луковицы диаметром 5 см, из них вырастут самые эффектные и здоровые цветки. Место должно быть солнечное или полутень. Тюльпаны предпочитают солнечные участки, но в полутени они цветут намного дольше. Почва для посадки должна быть богата гумусом.

Попугайные тюльпаны не любят, когда их тревожат, поэтому луковицы лучше не выкапывать. Дважды за сезон их нужно подкормить: ранней весной и в конце лета — начале осени.

Раскрывшиеся цветки попугайных тюльпанов иногда окрашены в зеленоватые тона. Присущую им окраску они приобретают спустя несколько дней.

А теперь о том, почему не все цветоводы жалуют эти сорта тюльпанов: они недолговечны. Если они стали хуже цвести, нужно вновь приобретать луковицы и делать новые посадки.

ВО САДУ ЛМ В ОГОРОДЕ



Рубрику ведет Надежда Полторацкая

НА ЗАМЕТКУ

ФУЗАРИОЗ ЧЕСНОКА

Скоро наступит срок посадки озимого чеснока. Нужно помнить, что чеснок нельзя высаживать на прежнюю грядку или после лука: у этих растений есть одно общее коварное заболевание — фузариоз. Поэтому нужно отнестись ответственно еще и к посадочному материалу. У заболевших растений на зубках примерно через 1,5 месяца после уборки можно обнаружить мелкие светло-коричневые пятна, которые увеличиваются, и зубки постепенно гнивают.

Чтобы зубки с пятнами не попали в посадочный материал, перед посадкой их очищают «до гола», но осторожно, чтобы не повредить донце. Очищенные зубки 30–40 минут протравливают в растворе препарата «Максим».



ПОСАДКА ПЛОДОВЫХ - ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА

Это только кажется, что плодовые деревья растут и дают урожай сами по себе. Опытные садоводы знают, каких забот стоит получение качественного и обильного урожая. Какие распространенные ошибки не нужно допускать при посадке плодовых?

Лунку под саженец нужно копать за 3–4 недели до посадки, чтобы почва устоялась и осела. Если не сделать это заранее, то растение плохо укоренится и может даже погибнуть.

У разных плодовых разная корневая система, поэтому нельзя их высаживать на одинаковую глубину. Например, для вишни или сливы глубина ямки должна быть 50–60 см, а для яблони или груши — не менее 80 см.

Чтобы корень дерева хорошо укоренился, нужно разрыхлить дно ямки, сделать небольшой холмик из плодородной земли с удобрением, корни деревца аккуратно расправить по краям холмика, и только затем засыпать землей. Иначе во время роста корни, увеличившись в диаметре, переплетутся и будут сдавливать друг друга. Поэтому лежать они должны свободно, без загибов и ни в коем случае не быть направлены вверх.

Чтобы саженцы хорошо прижились, развивались и готовились к формированию плодов, им нужна влага. Важно не допускать большого перерыва между поливом, если стоит сухая погода.

Для задержания влаги в почве часто используют мульчу. Сначала следует подрыхлить почву, а затем закрыть ее мульчирующим материалом.

ЧТО ПОСАДИТЬ НА ДАЧЕ, ЧТОБЫ МЫШИ БЕЖАЛИ БЕЗ ОГЛЯДКИ

Не каждый садовод станет использовать яды в борьбе с грызунами, особенно если в саду бывают дети и домашние животные. Поэтому один из гуманных и безопасных методов избавления от мышей — посадить растения, которые их отпугивают.

Бузина. Подойдет черная, травянистая и красная. Она имеет запах, непереносимый для мышей, и ее часто высаживают в садах для их отпугивания. Кроме того, этот кустарник красиво цветет и станет украшением участка.

Нарцисс. Этот цветок хорошо защищает от грызунов картофельные посадки и другие растения. Луковицы нарциссов ядовиты, и грызуны не посмеют приближаться туда, где они посажены. Сажайте их для этой цели по периметру грядок с корнеплодами.



Полынь горькая. Полынь мыши на дух не переносят. Она имеет горько-пряный запах, грызуны его чувствуют очень остро, и обходят эти места подальше. Посаженные по периметру участка кусты полыни отлично защищают его от таких вредителей. Также можно укрывать грядки ветками полыни. Но с посадками полыни стоит быть осторожными: это растение очень хорошо укореняется и, если нужно его удалить по какой-либо причине, придется приложить максимум усилий.

Мята. Ее запах мыши и крысы терпеть не могут. Но лучше проявляются свойства у этого растения в высушенном виде. Если продукты переложить веточками мяты, то ни один грызун не рискнет их тронуть, а если по участку растут кусты мяты, то ни мышь, ни крыса не зайдут на его территорию.

Пижма. Ее запах очень сильно не нравится грызунам-вредителям, от него грызуны перестают соображать и у них появляется лишь одна цель — убежать.

Безвременник осенний. У этого растения ядовитые луковицы, и туда, где поблизости он растет, не сунется ни один грызун.

Пиретрум девичий. По-другому он зовется персидская ромашка, и внешне очень похож на нее. Грызуны не любят ее запах и обязательно обойдут стороной.

Чернокорень (мышегон). Он обладает запахом, который человек не чувствует, но зато ощущают грызуны. Они не могут переносить его, и стремительно бегут с этого места. Для защиты сада достаточно будет посадить несколько кустиков этого растения рядом с домом или около плодовых насаждений. Но нужно помнить, что чернокорень ядовит, брать его в руки без перчаток не рекомендуется.

Кинза, кориандр. Аромат этих растений грызунам неприятен, поэтому в местах, где они растут, мыши стараются не появляться.

Ботва помидоров. Она защищает от мышей плодовые насаждения в саду. Этим способом можно воспользоваться именно осенью. Ботву томатов нужно мелко порубить и насыпать в приствольные круги. Грызуны этот запах не любят, и к деревьям приближаться не захотят.

ОБРАЗ ЖИЗНИ — ЗДОРОВЫЙ!

здоровоепитание.рф
rosпотреbnadzor.ru



ДЕМОГРАФИЯ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

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.

Сентябрь — время полезных ягод: облепихи, брусники, ежевики, инжира, клюквы, шиповника, калины. И, конечно, в разгаре сезон винограда. Черный, красный или белый, с косточками или кишмиш (он обычно самый сладкий). При выборе винограда обратите внимание на ветку: она должна быть зеленой и не засохшей — это показатель свежести грозди.

В сентябре также созревают разные сорта облепихи. Ее не так просто собирать, но можно срезать ветки и уже потом снять с них ягоды — это упрощает процесс. Не все любят и кисло-сладкий вкус этой ягоды — в нем есть что-то аптечное. И на самом деле облепиха — природное лекарство, поливитаминный комплекс на ветке. Имея в запасе мешочек замороженных ягод, можно забыть о походах в аптеку. Самый известный продукт из облепихи — масло, обладающее бактерицидными и ранозаживляющими свойствами, оно устраняет боль и повреждения слизистых оболочек, хорошо помогает избавиться от корочек в носу, которые образуются от слишком сухого воздуха в помещениях. Кроме того, облепиховое масло



ЯГОДЫ МЕСЯЦА: ВЫБИРАЕМ ЛУЧШИЕ

активно используется для борьбы с акне и различными раздражениями на коже.

В облепихе содержится множество витаминов, особенно много витамина С (200 мг/100 г) и витаминов группы В. Также ягоды богаты каротинами,

рибофлавоидами, пектинами, органическими и жирными кислотами, в частности, токоферолом и фолиевой кислотой. В облепихе присутствует большое количество железа, магния, бора, ценных для организма серы и кремния.

Облепиха имеет противовирусное действие и укрепляет иммунитет, поэтому часто применяется как средство от простуды и гриппа. В целом ягоды облепихи оказывают омолаживающее действие на весь организм. Витамины и фруктовые кислоты, содержащиеся в облепихе, благотворно влияют на состояние кожи и волос. Благодаря высокому содержанию в ягодах фолиевой кислоты и витамина Е употребление облепихи положительно влияет на женский организм во время беременности. Однако ягода может подойти не всем. Из-за кислот, входящих в состав плодов, при гастрите с повышенной кислотностью может возникнуть обострение.

В компотах облепиха прекрасно сочетается с яблоками, а если вам захочется сварить из нее варенье, то добавьте грецких орехов, получится интересный вкус.

ОБЛЕПИХОВЫЙ ЧАЙ

Обратите внимание на прекрасный витаминный напиток, согревающий осенью, — облепиховый чай. Отличное профилактическое средство во время сезонных простуд и вирусных заболеваний.

Вам понадобится:

Облепиха — 1 стакан ягод
Мед — 1–2 чайные ложки
Мята, бадьян или корица (по вкусу)
Чай — 2 чайные ложки (любой по вкусу)
Кипяток — 1 литр

Облепиху размять с медом (если она заморожена — предварительно разморозить и довести до комнатной температуры). В чайник засыпать чай, пряности, добавить мяту, залить кипятком и дать настояться 5 минут. В уже настоявшийся чай добавить облепиху, так она не потеряет все витамины от соприкосновения с кипятком. Хорошо перемешать и сразу подавать.

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ФЛАВОНОИДЫ



Когда мы говорим о плодах обычно имеем в виду витамины и минералы. Однако есть еще одна важная для организма группа веществ — флавоноиды. Им мы обязаны яркой окраской ягод, овощей и фруктов. Растительные пигменты окрашивают овощи и фрукты и делают их еще более полезными. Так, антоцианы дают красный, синий, фиолетовый цвет, а флавоны, флавонолы, ауруны, халконы — желтый и оранжевый.

Флавоноиды участвуют во многих процессах, протекающих в организме, — оказывают антиоксидантное действие, снижают свертываемость крови, уменьшают ломкость и про-

ницаемость капилляров, улучшают обменные процессы.

Когда нужны растительные флавоноиды:

- при быстрой утомляемости и слабости;

- в период стрессов;
- при любых травмах, особенно сопровождаемых кровотечениями;
- при повышенной хрупкости капилляров, проблемах с давлением, нарушениях кровообращения;
- при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника;
- при смене сезонов, особенно с тепла на холод.

Известно более 6500 разновидностей биофлавоноидов. Вот несколько самых известных:

КВЕРЦЕТИН

Кверцетин — пожалуй, самый мощный среди биофлавоноидов антиоксидант. А еще он предотвращает образование атеросклеротических бляшек и тем самым способствует профилактике и лечению сердечно-сосудистых заболеваний. В последнее время появились рекомендации по использованию кверцетина вместе с цинком для лечения пациентов с COVID-19. Максимальная концентрация этого вещества — в красном луке. Также кверцетин содержится в яблоках, томатах, брокколи, болгарском

перце, красном винограде, темной вишне, бруснике, малине.

АНТОЦИАН

Его основная задача — укрепление стенок кровеносных сосудов. Регулярное поступление антоциана улучшает зрение и повышает работоспособность мозга, препятствует развитию инсульта. Наиболее доступный источник антоциана — черника. Врачи советуют съедать хотя бы по полстакана в день. Зимой можно есть замороженную ягоду.

ПОЛИФЕНОЛ

Полифенол помогает при лечении различных воспалительных заболеваний. Лучший источник этого вещества — зеленый чай. Благодаря антибактериальным свойствам полифенолов зеленый чай хорошо не только пить, но и полоскать им рот и горло. Полифенол также укрепляет сердце и сосуды. Исследование показало, что люди, выпивающие несколько чашек зеленого чая в день, значительно снижают риск возникновения инсульта и инфаркта.

РУТИН

Другое название этого растительного флавоноида — ви-

тамин Р. Рутин содержат все цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны), особенно с внутренней стороны кожуры и в междольковой части, все сорта вишни, винограда, слив, яблок и абрикосов. Витамин Р борется с ломкостью сосудов, не допускает проникновение в организм вирусов и бактерий, выводит тяжелые металлы и токсины. Хорош для укрепления иммунитета и замедления процессов старения.

Ранее господствовало убеждение, что биодоступность флавоноидов из растительной пищи крайне мала: считалось, что в кишечнике всасываются только флавоноиды в свободной форме (без остатка сахара), которые в природе встречаются относительно редко. Однако последующие исследования флавоноидов показали, что их биодоступность зависит от источника и намного выше, чем предполагали ранее. Так, кверцетин из лука и из чая абсорбируется в кишечнике намного лучше, чем чистый кверцетин (агликон). Для того чтобы биофлавоноиды усваивались еще лучше, нужно выпивать достаточное количество чистой воды каждый день.

Смотрите телеканал «ТЕРА-СТУДИЯ»

в цифровом формате
в кабельной сети МТС
на **552** канале



— на сайте www.terastudio.com
— В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:

- в Вконтакте в группе
«СТРК ТЕРА-студия»
vk.com/terastudio



- на youtube:
[www.youtube.com/channel/
UCzEHtGR8Ya5uUdOeMsPskNw](https://www.youtube.com/channel/UCzEHtGR8Ya5uUdOeMsPskNw)



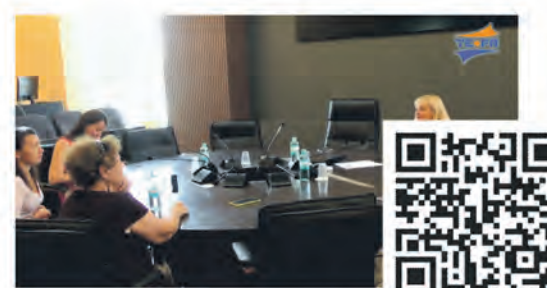
ЛУЧШИЕ ВИДЕО ТЕЛЕКАНАЛА «ТЕРА-СТУДИЯ»



Визит губернатора



Местное самоуправление



О работе с СНТ

Эти сюжеты всегда можно найти Вконтакте, на Youtube и на сайте: www.terastudio.com

ЛЕНТВ 24

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

16 СЕНТЯБРЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)
- 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:15, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 09:05 «Дом с лилиями» Сериал. Семейная сага. Россия. 2014 г. (16+)
- 11:15 «Шоу профессий» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
- 12:00, 13:15 «Мать и мачеха» Сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)
- 14:10 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)
- 15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 15:35 «Неспокойные ночи. 2 сезон» Док. цикл. Россия. 2020 г. (16+)
- 16:00 Прямая линия с Губернатором Ленинградской области (6+)
- 17:30 «Тимур и его команда» Детский фильм. СССР. 1940 г. (6+)
- 19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 19:30, 05:05 «Метод Фрейда» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)
- 20:30, 23:00, 02:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)
- 21:10 «Самый лучший вечер» Детектив. Россия. 2008 г. (16+) (с субтитрами)
- 23:40 «Время героев» Док. цикл. Россия. 2022–24 гг. (18+)
- 00:10 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 00:25 «Бизнесмены» Драма. Казахстан. 2018 г. (16+)
- 02:40 «Экзамен для двоих» Мелодрама. США. 2013 г. (16+)
- 04:30 «Трое в лодке» Трэвел-шоу. Россия. 2024 г. (12+)

17 СЕНТЯБРЯ, ВТОРНИК

- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)
- 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 09:05 «Дом с лилиями» Сериал. Семейная сага. Россия. 2014 г. (16+)
- 11:15 «Шоу профессий» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
- 12:00, 13:15 «Мать и мачеха» Сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)
- 14:10 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)
- 15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)

- 15:35 «Неспокойные ночи. 2 сезон» Док. цикл. Россия. 2020 г. (16+)
- 16:00 «Князь Владимир. Креститель Руси» Док. фильм. Россия. 2018 г. (12+)
- 17:15 «Две легенды» Сериал. Боевик. Россия. 2014 г. (16+)
- 19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 19:30, 05:05 «Метод Фрейда» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)
- 20:30, 23:00, 02:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)
- 21:10 «Бизнесмены» Драма. Казахстан. 2018 г. (16+)
- 23:40 «Время героев» Док. цикл. Россия. 2022–24 гг. (18+)
- 00:10 «Экзамен для двоих» Мелодрама. США. 2013 г. (16+)
- 02:40 «Самый лучший вечер» Детектив. Россия. 2008 г. (16+) (с субтитрами)
- 04:15 «Тайна на карте» Док. фильм. Россия. 2022 г. (16+)

18 СЕНТЯБРЯ, СРЕДА

- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)
- 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 09:05 «Дом с лилиями» Сериал. Семейная сага. Россия. 2014 г. (16+)
- 11:15 «Шоу профессий» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
- 12:00, 13:15 «Мать и мачеха» Сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)
- 14:10 «Улика из прошлого. Найти убийцу» Док. цикл «Прокуроры 8». Россия. 2021 г. (12+)
- 15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 15:35 «Неспокойные ночи. 2 сезон» Док. цикл. Россия. 2020 г. (16+)
- 16:00 «Романовы. Мистика царской династии» Док. фильм. Россия. 2013 г. (12+)
- 17:15 «Две легенды» Сериал. Боевик. Россия. 2014 г. (16+)
- 19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 19:30, 05:05 «Метод Фрейда» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)
- 20:30, 23:00, 02:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)
- 21:10 «Зелёная карета» Драма. Россия. 2015 г. (16+) (с субтитрами)
- 23:40 «Время героев» Док. цикл. Россия. 2022–24 гг. (18+)
- 00:10 «Весна» Комедия. СССР. 1947 г. (16+)

- 02:40 «Смайлик» Мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
- 04:15 «Тайна на карте» Док. фильм. Россия. 2022 г. (16+)

19 СЕНТЯБРЯ, ЧЕТВЕРГ

- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)
- 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 09:05 «Дом с лилиями» Сериал. Семейная сага. Россия. 2014 г. (16+)
- 11:15 «Шоу профессий» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
- 12:00, 13:15 «Мать и мачеха» Сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)
- 14:10 «Смертельный отдых. Продавцы развлечений» Док. цикл «Прокуроры 8». Россия. 2023 г. (16+)
- 15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 15:35 «Великие русские врачи» Док. цикл. Россия. 2017 г. (12+)
- 16:05 «Человек на своем месте» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)
- 16:30 «Цивилизация Россия» Аналитическая программа. Россия. 2024 г. (12+)
- 17:15 «Две легенды» Сериал. Боевик. Россия. 2014 г. (16+)
- 19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 19:30, 05:05 «Метод Фрейда» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)
- 20:30, 23:00, 02:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)
- 21:10 «Смайлик» Мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
- 23:40 «Время героев» Док. цикл. Россия. 2022–24 гг. (18+)
- 00:40 «Тимур и его команда» Детский фильм. СССР. 1940 г. (6+)
- 02:40 «Зелёная карета» Драма. Россия. 2015 г. (16+) (с субтитрами)
- 04:15 «Улика из прошлого. Найти убийцу» Док. цикл «Прокуроры 8». Россия. 2021 г. (12+)

20 СЕНТЯБРЯ, ПЯТНИЦА

- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)
- 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 09:05 «Дом с лилиями» Сериал. Семейная сага. Россия. 2014 г. (16+)
- 11:15 «Шоу профессий» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)

- 12:00, 13:15 «Мать и мачеха» Сериал. Мелодрама. Россия. 2012 г. (16+)
- 14:10 «Искушение наследством» Док. цикл «Прокуроры 8». Россия. 2022 г. (16+)
- 15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 15:35 «Великие русские врачи» Док. цикл. Россия. 2017 г. (12+)
- 16:05 «Я тебя знаю» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)
- 16:30 «Трое в лодке» Трэвел-шоу. Россия. 2024 г. (12+)
- 17:15 «Две легенды» Сериал. Боевик. Россия. 2014 г. (16+)
- 19:15 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 19:30 «Лео Бокерия. Сердце на ладони» Док. фильм. Россия. 2019 г. (12+)
- 20:30, 23:00, 02:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. Прямой эфир (12+)
- 21:10 «Молодость по страховке» Боевик. США, Германия. 2016 г. (16+)
- 23:40 Концерт Сергея Трофимова. «Юбилейный вечер 50» 1 часть Россия. 2016 г. (16+)
- 00:55 «Смертельный отдых. Продавцы развлечений» Док. цикл «Прокуроры 8». Россия. 2023 г. (16+)
- 01:45 «Гидом — буду!» Трэвел-шоу — видеопутеводитель по Санкт-Петербургу. Россия. 2022 г. (12+)
- 02:40 «Как выйти замуж. Инструкция» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2019–20 гг. (16+)

21 СЕНТЯБРЯ, СУББОТА

- 06:00 «Человек на своем месте» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)
- 06:30 «Зоотерапия» Док. цикл. Россия. 2017 г. (6+)
- 07:00, 08:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
- 07:40, 08:40 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
- 09:00 «Лео Бокерия. Сердце на ладони» Док. фильм. Россия. 2019 г. (12+)
- 10:05 «Путь Баженова: Напролом» Реалити-шоу. Россия. 2017 г. (16+)
- 11:00, 15:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 11:15 «Трое в лодке» Трэвел-шоу. Россия. 2024 г. (12+)
- 11:45 «Престольные праздники. Рождество Богородицы» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
- 12:30 «Девушка с характером» Комедия. СССР. 1939 г. (16+)
- 13:50, 15:15 «Как выйти замуж.

- Инструкция» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2019–20 гг. (16+)
- 17:20 «Зелёная карета» Драма. Россия. 2015 г. (16+) (с субтитрами)
- 19:15, 04:20 «Северное сияние. Шорох крыльев» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2019 г. (16+)
- 21:00 «Цивилизация. Россия» Аналитическая программа. Россия. 2024 г. (12+)
- 21:30 «30 свиданий» Мелодрама. Россия. 2015 г. (16+)
- 23:05 «Между нами, девочками» Комедия. Италия. 2016 г. (16+)
- 00:40 «Чудо» Док. цикл. Россия. 2019 г. (12+)
- 01:10 «Приказано уничтожить! Операция: «Китайская шкатулка» Мини-сериал. Драма. Россия. 2009 г. (16+)

22 СЕНТЯБРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

- 06:00 «Я тебя знаю» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)
- 06:30 «Муми-тролли и зимняя сказка» Мультфильм. Финляндия, Польша. 2018 г. (6+)
- 07:55 «Тимур и его команда» Приключенция. СССР. 1940 г. (6+)
- 09:20 «Престольные праздники. Рождество Богородицы» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
- 10:05 «Путь Баженова: Напролом» Реалити-шоу. Россия. 2017 г. (16+)
- 11:00, 15:00, 19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
- 11:15 «Декоративный огород» Док. цикл. Россия. 2017 г. (12+)
- 11:45 «Золотая бронза» Жанр: Драма. Режиссер: Игорь Копылов. Россия. 2022 г. (16+) (с субтитрами)
- 13:30, 15:15 «Приказано уничтожить! Операция: «Китайская шкатулка» Мини-сериал. Драма. Россия. 2009 г. (16+)
- 17:00 «Приговор» Драма. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)
- 19:15, 04:20 «Северное сияние. Следы смерти.» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2019 г. (16+)
- 21:00 «Девушка с характером» Комедия. СССР. 1939 г. (16+)
- 22:20 «Молодость по страховке» Боевик. США, Германия. 2016 г. (16+)
- 23:55 Концерт Сергея Трофимова. «Юбилейный вечер 50» 1 часть Россия. 2016 г. (16+)
- 01:10 «Приговор» Драма. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)
- 03:00 «Тимур и его команда» Приключенция. СССР. 1940 г. (6+)
- 06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24. Инф. канал (12+)

ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА

Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ «ЧЕРНОБЫЛЬ» РОССИИ

С ЮБИЛЕЕМ!

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

**Астрелина Андрея Николаевича
с 60-летием**

Желаем здоровья, радости и долгих лет жизни!

**ПРИГЛАШАЕМ
НА РАБОТУ**

В фирму по обслуживанию домофонов
ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР
СВОБОДНЫЙ ГРАФИК, РАБОТА НА РЕЗУЛЬТАТ

Требования:
- умение говорить и общаться с любым человеком;
- инициативный, убедительный, стрессоустойчивый, результативный;
- опыт не обязателен, но приветствуется;
- 18+

Условия:
- свободный график;
- работа с готовой базой;
- выполнение согласованного плана;

3/П от 60 000 руб. в мес.
+7-906-267-50-97 Дмитрий

НИИ ОЭЛ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ОПТИКО-ЭЛЕКТРОННОГО
ПРИБОРОСТРОЕНИЯ

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ:

бухгалтер по расчету заработной платы з/п от 50000 тысяч рублей;
электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования
3-6 разряда з/п от 45000 тысяч рублей;
уборщики производственных и служебных помещений з/п от 28 тысяч рублей.

Телефон для связи 68442, резюме personal@nioer.ru

**В управляющую компанию
ООО «Сити Сервис»
требуются:**

**- альпинист; - маляр; - сантехник;
- вахтер; - уборщица; - дворник.**

**Обращаться по телефону: 8 (81369) 2-25-76
или по адресу: пр. Героев, д. 18**

ТОВАРЫ И УСЛУГИ

КУПЛЮ

Куплю оптом (50 р. за кг) отработанные аккумуляторы от 500 руб. Куплю макулатуру. Вывезу ненужный хлам из дома. Тел.: 8-950-015-00-45 (116)

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

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

Пассажирыские перевозки.
Санкт-Петербург, аэропорт,
область.
Тел: 8-904-630-94-81

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

ПРОДАМ

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

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ОТ ЧЕГО ПРИВИТЬСЯ ОСЕНЬЮ

На прошлой неделе стартовала Всероссийская вакцинальная кампания от гриппа: россияне приглашают бесплатно вакцинироваться в городских поликлиниках и мобильных пунктах. Главная цель этого ежегодного мероприятия — формирование коллективного иммунитета в течение эпидемического сезона. Однако сентябрь — время вакцинации не только от гриппа. Какие еще «осенние» прививки стоит сделать, чтобы защититься от опасных инфекций?

О начале прививочной кампании против гриппа объявила на Восточном экономическом форуме глава Роспотребнадзора Анна Попова. Она рассказала о том, что для предотвращения эпидемии необходимо привить не менее 60% населения и не менее 75% лиц из группы риска. К этой группе относятся маленькие дети, беременные женщины, лица с хроническими заболеваниями, пожилые люди и некоторые профессиональные группы, которые по роду деятельности много общаются с людьми, например, медицинские работники.

Инфекционные заболевания, в том числе и грипп, опасны в любое время года. Однако вакцинироваться рекомендуют именно осенью.

«Инфекции, передающиеся от человека к человеку, регистрируются круглогодично. К ним относятся ОРВИ, кишечные инфекции, ветряная оспа, корь, паротит, краснуха, вирусные гепатиты, менингококковая инфекция. Однако осенью, когда дети и взрослые возвращаются в организованные коллективы, увеличивается количество и продолжительность контактов. Как результат — значительно возрастает инфекционная заболеваемость», — поясняет главный внештатный специалист по вакцинопрофилактике Минздрава РФ Татьяна Ивлева.

1. Грипп — распространенная и высокозаразная инфекция. Она характеризуется более тяжелым течением по сравнению с другими респираторными вирусными инфекциями и способна приводить к серьезным осложнениям: бронхиту, пневмонии, миокардиту, менингиту и энцефалиту.

Гриппом может заразиться любой, но наибольшему риску его тяжелого течения и развития осложнений подвержены лица с ослабленным иммунитетом. Для них болезнь может стать фатальной. По разным оценкам, каждый год во всем мире от гриппа умирает от 250 до 650 тыс. человек. Большинство из них — представители той самой группы риска: дети младше 5 лет, пожилые люди, лица с хроническими заболеваниями и беременные.

Для формирования иммунного ответа на вирус гриппа требуется время. Именно поэтому врачи рекомендуют привиться заблаговременно — в начале осени, до начала эпидемического сезона, который в России обычно длится с декабря по март. Прививку рекомендуют делать ежегодно: иммунитет, формирующийся после перенесенных респираторных вирусных инфекций, сохраняется лишь в течение одного эпидемического сезона. Кроме того, состав вакцины ежегодно обновляется в соответствии с рекомендациями ВОЗ и с учетом актуальных циркулирующих штаммов вируса.

2. Менингококковая инфекция — опасная инфекция, которая передается воздушно-капельным путем и может поражать центральную нервную систему, а также суставы и сердечную мышцу. Заболевание может протекать в двух формах: локализованной (бессимптомное носительство или назофарингит, схожий по симптомам с простудой) и крайне опасной генерализованной (вызывающей менингит — воспаление мозговых оболочек, и сепсис — заражение крови).

В генерализованной форме инфекция протекает крайне быстро, а ее симптомы неспецифичны — они могут быть похожи на проявления простуды или простого отрав-



ления. Из-за этого усложняется постановка диагноза, а правильное лечение может быть назначено слишком поздно — человек может погибнуть в течение суток. В 2023 г. менингококковая инфекция в России унесла жизнь почти каждого пятого заразившегося (19%).

Даже если пациента удастся спасти, то затем ему предстоит длительное и сложное лечение. По данным ВОЗ, каждый пятый перенесший бактериальный менингит сталкивается с долгосрочными последствиями — от головных болей и проблем со сном до полной глухоты и ампутации конечностей. До 70% нуждаются в длительной реабилитации, иногда — на всю жизнь. Именно поэтому так важно воспользоваться возможностями профилактики и предотвратить заболевание.

3. Ротавирусная инфекция — вирус, поражающий кишечник, вызывая воспаление желудка и кишечника, в результате чего возникает рвота, диарея и тяжелое обезвоживание. Сезонное повышение заболеваемости ротавирусом обусловлено тем, что в осенний период температура и влажность воздуха снижаются — так создаются благоприятные условия для сохранения этого вируса во внешней среде.

Несмотря на кажущиеся безобидными симптомы, ротавирус не стоит недооценивать. Он ежегодно приводит к смерти около 500 тыс. детей по всему миру и является виновником как минимум 30–50% госпитализаций в стационар. Ротавирусной инфекции подвержены люди разных возрастов, но взрослые болеют ей в 10 раз реже. Как и менингококковая инфекция, особо опасна она для маленьких детей — их хрупкая иммунная система еще не сформирована окончательно.

Кстати, название «ротавирус» происходит вовсе не от слова «рот». Оно связано с тем, как вирус выглядит — когда его рассматривают с помощью электронного микроскопа, он похож на колесо (rota на лат. — «колесо»).

Чтобы максимально снизить риск заражения инфекциями в осенний период, нужно следовать простым правилам. Рекомендациями делится главный внештатный специалист по вакцинопрофилактике Минздрава РФ Татьяна Ивлева:

1. Необходимо соблюдать основные принципы ЗОЖ — достаточный сон, умеренная физическая нагрузка, прогулки, рациональное питание. Важно проветривать помещения, регулярно проводить влажную уборку.

2. Если уже заболели — не нужно заражать других. Не стоит водить в сады и школы детей с симптомами инфекционных заболеваний, взрослым — не ходить на работу и в людные места. Если все же нужно посетить общественное пространство — пользоваться маской.

3. И, конечно, нужно сделать прививки. Все, положенные по Национальному календарю, и дополнительные — например, против гриппа, менингококковой инфекции.

УФНС России по Ленинградской области

Будь в курсе налоговой задолженности!

Нужно только согласие!

Вид уведомления:

- по телефону
- по электронной почте

Информацию о задолженности по налогам можно получать в виде СМС-сообщений или E-mail писем. Для этого необходимо направить в ФНС России **письменное согласие**:

- в электронной форме через сервис «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» на сайте ФНС России nalog.gov.ru. Для этого необходимо внести соответствующие сведения в блоке «Контактная информация - Настройки» профиля личного кабинета
- в электронной форме через мобильное приложение «Налоги ФЛ». Для этого необходимо внести соответствующие сведения в блоке «Обращения - Прочие ситуации»
- на бумажном носителе в любой налоговый орган нарочно или по почте заказным письмом

Рассылка осуществляется не чаще 1 раза в 3 месяца. В случае изменения указанного телефонного номера или электронной почты для информирования необходимо повторно направить согласие в налоговый орган.

nalog.gov.ru
8 (800) 222-22-22

СКАНВОРД

Трагедия, червь...					Петля речного русла
Угловатый лысый	Неверная жена	Так Бульбу нарекли			
"Садись в такси - ... кататься"	Гипермаркет товаров для дома	Драматург ... де Вега			
Что в поле ни родится, всё в ... пригодится	Сказочный Синдбад...				
	Литературный отец Незнайки				
Всякому ... своё время		Нарком НКВД в колготках		Приток Енисея	
	Что ..., не храним				
Забавка, которая с огнём опасна	Кружевной соперник Вологды	Штемпелевание почтовых марок		"Пульс" барабанной дроби	
	Фирменный клеювый сахар из Канады				
Самоназвание якутов	"Ах!" со страху	"... в стихах и прозе" Батюшкова	Обед раздели с другом, а ужин отдай ...		
			"... световые пробилась сквозь мрак"	Почта самолётом	Дурман из сока маковых головок
Вещешок (разг.)	Главный город на острове Сицилия				
"Сын" по-азербайджански	"На границе ... ходят хмуры"				
	Священник				

КАК ПРОВЕСТИ ВЫХОДНЫЕ

ДАТА, ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	НАЗВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВОЗР. КАТ.
МАУК «ДК «Строитель»			
12.09 18:30	Праздник «Рецепт хорошего настроения» для участников театра танца «Эвридика» и ДХС «Гном»	ДК «Строитель»	0+
13.09 20:00	Вечер «Кому за...»	ДК «Строитель»	18+
15.09 15:00	Турнир интеллектуальной игры «Что? Где? Когда?»	ДК «Строитель»	12+
СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»			
14.09 11:00	Игровая театрализованная программа «Спектакль для самых маленьких «Чудесное яблоко»	СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»	1,5+
15.09 12:00	Спектакль «Мне не скучно без огня – есть фонарик у меня» по стихам А.Барто	СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»	3+
МАУК «ГКЦ «Арт-Карусель»			
12.09, 13.09	«Первоклассное событие»	Диско зал	7+
14.09	«День именинника»	Диско зал	7+
СМБУК «ЦРЛ «Гармония»			
13.09 13.00	Митинг, посвященный 83-й годовщине образования Ораниенбаумского плацдарма.	Мемориал «Берег Мужественных»	6+
12.09 и 15.09 12.00	Международный фестиваль искусств «Виват, Петергоф». Открытие и Закрытие.	г. Петергоф, КДЦ «Каскад»	+6
15.09 15.00	«Создание художественной открытки» встреча с художником Анной Фоминой из цикла «Творческая мастерская»	Клуб «Ручьи», ул. Береговая д.12	+6
МАУК «СПКиО»			
12.09 12:30 - 13:30	Мастер-класс рамках цикла творческих мастер-классов «Мастерская Белоснежки» в кафе для воспитанников детских садов	ДИК «Андерсенград» (кафе «Белоснежка»)	5+
МБУК «Сосновоборский городской музей»			
Постоянная экспозиция	«Блокадная комната». Макет.	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Выставка «Вахта памяти»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Командный пункт 5 ОБМП. Макет.	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Выставка «Из истории нашего края»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Постоянная экспозиция	Выставка «О Первой мировой войне...»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
13.09 13.00.	Торжественно-траурное мероприятие, посвященное 83 годовщине со дня образования Ораниенбаумского плацдарма	Мемориал «Берег мужественных» на р. Воронка	5+
14.09 13.00.	Лекция «Женщины в Первой мировой войне»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
15.09 13.00.	Тематическая программа «Искусство вышивки»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
15.09 13.40.	История одного экспоната «Скатерть»	Музей, ул. Афанасьева, д.50	5+
Муниципальное бюджетное учреждение «Сосновоборская городская публичная библиотека»			
Отдел семейного чтения / ОСЧ			
12.09 17:00	«Читаем Джона Пристли» (130 лет со дня рождения Дж. Б. Пристли: 1894-1984). Громкие чтения. Цикл: «Литературный четверг»	ул. Солнечная, 23а	16+
13.09	«Индийской тропой Фенимора Купера» (235 лет со дня рождения американского писателя Джеймса Фенимора Купера). Книжная выставка	ул. Солнечная, 23а	12+
15.09 13:00-15:00	«Рукотворушка» Мастер-класс	ул. Солнечная, 23а	0+
15.09 15:00	«Откуда кто пришел?» (История и культура народа: Другие народы финно-угорской группы) Беседа-презентация. Цикл: «Хоровод дружбы»	ул. Солнечная, 23а	16+
Отдел детской и юношеской литературы - ОДЮЛ			
14.09	«Моряк, путешественник, интеллектуал». Книжная выставка к 235-летию со дня рождения Дж.Ф. Купера	пр. Героев, 5	10+
14.09 15:30	«Бумастер». Мастер-класс	пр. Героев, 5	6+
14.09 16:00	«Операция «Пласталин». Творческое занятие	пр. Героев, 5	3+
Центр молодёжного чтения «Точка Сбора» (Отдел молодёжного чтения / ОМЧ)			
12.09	«Мир прозы Дины Рубиной». Книжная выставка ко Дню рождения Дины Рубиной	ул. Ленинградская, 62	16+
13.09 16:00	«СборИгра»: клуб любителей настольных игр	ул. Ленинградская, 62	16+

Предыдущий номер газеты вы можете посмотреть и почитать здесь:



СТО ЛЕТ В СТРОЮ

16 сентября Всероссийской региональной организации общества слепых исполняется 100 лет. В этот день, в 1924 году, президиум исполнительного комитета Совета рабочих и крестьянских депутатов Петроградского района Ленинграда его зарегистрировал. С этого дня и ведет свою историю Санкт-Петербургская региональная организация «Всероссийского Ордена Трудового Красного Знамени общества слепых», в которую входит и Ручьевская местная организация. Само Всероссийское Общество появилось почти на год позже.

Начиналось все, впрочем, еще до Октябрьской революции — в начале прошлого века в Санкт-Петербурге появилось общественное движение слепых, и основной его задачей было право на труд. Появлялись артели, которые объединяли незрячих людей, готовых жить своим трудом. Был и Всероссийский союз, созданный по инициативе художника Василия Нечаева, потерявшего зрение. Одним из революционных лозунгов было право каждого на труд, но незрячим реализовать его было значительно труднее, чем другим. Создание организации позволило это сделать, и многим людям, лишенным зрения, Общество дало возможность жить самостоятельно, самим себя обеспечивать, социализироваться. Незрячие внесли свою лепту и в Победу в Великой Отечественной войне — и сейчас в Петербурге, на Петроградской стороне, появился памятник слухачам — двенадцати слепым солдатам противовоздушной обороны, которые в годы бло-

кады защищали город от вражеской авиации. Благодаря очень тонкому слуху они распознавали самолеты и таким образом корректировали огонь зенитных батарей, и на счету этих бойцов — многие спасенные жизни.

В наше время многое изменилось. В России действуют социальные программы, которые позволяют людям с самыми разными возможностями здоровья и работать, и активно участвовать в общественной жизни. Ручьевская местная организация Всероссийского общества слепых, которая в числе других 28 местных организаций входит в состав Санкт-Петербургской региональной организации, яркий тому пример. Организация участвует во всех мероприятиях и регулярно занимает призовые места во всевозможных конкурсах.

А мероприятий много, и они позволяют каждому участнику заниматься чем-нибудь интересным и проявить себя в искусстве или спорте.



Например, уже много лет проводятся областные соревнования по туризму, и Ручьевская организация каждый раз выставляет свою команду. В 2017 году сосновоборцы стали обладателями кубка «За волю к победе», в 2020 году были бронзовым призером, в 2021 — завоевали «серебро». Спортсмены соревнуются в разных туристских дисциплинах и в многоборье.

Региональная организация проводит множество творческих конкурсов. Задач у них несколько. Для многих участников это — реабилитация. Но очень часто бывает, что удается создать нечто, интересное и многим другим. Человек, полностью или частично лишенный зрения, на самом деле может очень много. Он может сочинять и читать стихи, рассказывать истории, петь и играть на музыкальных инструментах, создавать скульптуры — и список можно продолжать. Поэтому литературные конкурсы всегда собирают множество желающих.

Большое количество участников собирают и выставки прикладного искусства. В частности, на конкурс «Души и рук моих творенье» было представлено почти полторы сотни работ, выполненных в разных техниках. Это и макраме, и вышивка, и вязание, и плетение, и мягкая игрушка... Возможности человека на самом деле не ограничены — было бы желание заниматься чем-то интересным и своими руками делать красивые вещи.

В феврале этого года в региональном реабилитационном центре прошел поэтический фестиваль «Слово наше отзовется» — участники читали со сцены свои и чужие стихи, при этом «чужие» могли быть любыми, в том числе и незрячих поэтов. А в творческом конкурсе «Криминальные истории» Ручьевская местная организация заняла первое место — надо было провести фотоследствие.

Может ли человек, полностью или частично лишенный зрения, работать в средствах массовой информации? Конечно, может, и весьма успешно. Что и показал конкурс радиокорреспондентов. Он, как и многие другие события, был посвящен 100-летию первой в стране региональной организации слепых.

Отдельная тема — песни. Ничто не мешает слепому или слабовидящему сочинить хорошую песню — история изобилует примерами, когда именно слепые были лучшими певцами и сказителями. В современном мире это

стало даже несколько технически проще, ничто не мешает освоить звуковые программы, позволяющие записывать свои творения. Кстати, к столетию организации был объявлен еще один конкурс — создание юбилейной песни. И пятнадцать авторов это сделали, так что можно уже записать целый альбом. А совсем недавно завершился фестиваль бардовской песни «Струны Северной Пальмиры», который уже много лет проходит на Зеркальном озере.

Как рассказывает председатель Ручьевской местной организации Всероссийского общества слепых Любовь Талалаева, участие в таких конкурсах дает очень многое — возможности для самореализации, общение, уже не говоря о социальной реабилитации и огромном количестве положительных эмоций. А еще очень важны творческие встречи с друзьями из разных городов. Ручьевская местная организация дружит с организациями из Калининграда, Челябинска-70, Воронежа, Казани, Холмска на Сахалине и белорусского Островца... Доступен целый мир — большой и интересный.

Сто лет — немалый срок. И впереди — интересные дела, ведь юбилейным концертом история не заканчивается. Во все времена есть люди с самыми разными особенностями. И очень важно, чтобы у каждого было свое место в жизни, любимая работа, интересные занятия. Ведь счастливыми должны быть все.

Марина ПЕТРОВА

КУЛЬТУРНЫЙ ПЛАСТ

АННИНСКОЕ РАЗДОЛЬЕ

А у соседей — ярмарка! 8 августа в поселке Новоселье в Ломоносовском районе состоялся VI Международный фестиваль традиционной культуры «Аннинское раздолье». И сосновоборцы не остались в стороне.

Новоселье — новый поселок городского типа, и фактически — центр Аннинского городского поселения. Красивые дома, многочисленные магазины и кафе. Жилой комплекс «NewPiter» и великолепный бульвар Белых ночей — яркий пример того, как в Ленинградской области реализуется принцип комплексного развития территорий. Фонтан, спортивные и детские площадки, интересные скульптуры, удобные скамейки, даже небольшая площадь, где можно установить сцену — это именно та комфортная городская среда, которая со временем будет везде.

И вот на этом-то бульваре в минувшее воскресенье было интересно и весело, да еще и с погодой несказанно повезло. Уже с утра начали приезжать торговцы и раскладывать свои товары. Мастера и гости из разных районов Ленинградской области (и немало — из Соснового Бора), Псковской и Новгородской областей, Республики Карелия... Чего здесь только нет! Причудливые чаши и кубки из



дерева, литые, украшения, а там — целая компания сказочных персонажей из ткани. Можно не только посмотреть, но и научиться чему-нибудь полезному — мастер-классы работали весь день. Освоить основы ручного ткачества, попробовать сплести кружево, расписать пряник, отчеканить монету, сделать

украшение из смолы, научиться вырезать из овощей причудливые фигурки. И кто знает? Может, кому-то захочется продолжить, он начнет серьезно осваивать технику, искать информацию, пробовать снова и снова — и через пару лет ему тоже будет что показать на выставке-ярмарке.

Ровно в полдень по всему поселку прошли украшенные колонны с флагами своих районов. Все — в национальных костюмах, с народными инструментами, к главной сцене. Руководители Аннинского поселения и Ломоносовского района поздравили участников. Особые слова благодарности — Елене Школьниковой, которая придумала этот фестиваль.

Концертную программу открыли гости из Республики Беларусь. А всего на главной сцене выступили 24 коллектива. Народные песни, современные произведения на фольклорной основе, танцы, оригинальный жанр — да, на ярмарках было и такое!

А на спортивной площадке — народные игры. Пробовали ходить на ходулях? Нет? Начните прямо сейчас. Или катать деревянные шары. Или балансировать на доске.

На другой площадке — учат играть на народных инструментах. Самый простой — ложки. Но не только. Вообще в народном оркестре применялись самые разные предметы — что было под рукой, на том и играли.

Интересно было и на площадке у фонтана. Там дети и взрослые разучивали старинные игры — их когда-то знали все в наших краях, а в последнее время они как-то забылись. Почему бы и не вспомнить? Вокруг — тоже ярмарка, только не изделий декоративно-прикладного творчества, а того, что дачники и садоводы соседнего района вырастили у себя на участках.

Веселье продолжалось допоздна. В завершении программы выступила фолк-группа «Сбитень» — один из самых популярных петербургских коллективов, работающих на русском фольклоре.

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

ПОБЕДА БУДЕТ ЗА НАМИ!
СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РФ

Зарботная плата за первый год
4 620 000 Р

Гарантированная выплата
2 100 000 Р
от 210 000 Р
ежемесячно в зоне СВО

Телефон горячей линии
8 800 444-11-47
Подробности на сайте
ЗАЩИТНИК47.РФ