



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+

№49 (1649)

5 декабря 2024 г.

МЕДИА
#КОМАНДА

47



red-tera@yandex.ru



reklama-tera@yandex.ru

ЭХО СОБЫТИЯ

ДЕНЬ НЕИЗВЕСТНОГО СОЛДАТА

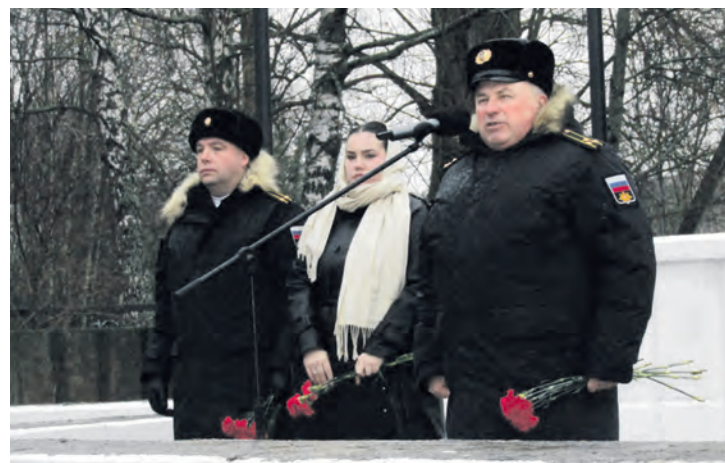
3 декабря в Сосновом Бору прошла торжественно-траурная церемония в память о погибших солдатах, чьи имена так и остались неизвестными.

Этот день выбран не случайно. Начальник Учебного центра ВМФ Сергей Белобородов напомнил, что именно 3 декабря 1966 года, в 25-летнюю годовщину битвы под Москвой, на

Красную площадь из братской могилы на 41 километре Ленинградского шоссе был перенесен прах неизвестного солдата. Почему именно оттуда? Потому что именно в этом месте, у деревни

Крюково, о которой потом сочинили песню, были остановлены фашистские войска во время наступления на столицу.

Директор Сосновоборского городского музея Игорь



Алепко рассказал, что имена пяти миллионов военнослужащих, погибших или пропавших без вести в годы Великой Отечественной войны, так и не установлены до сих пор. И у них остались родственники, которые по-прежнему ищут следы этих солдат. Увы, безымянные воинские могилы появлялись и после — во время локальных конфликтов в России и за ее пределами. И об этом очень хорошо известно Илье Сикорскому — председателю сосновоборского отделения Союза ветеранов Афганистана. Кстати, в этом году «афганцам» и их соратникам по поисковой работе удалось установить несколько имен красноармейцев и краснофлотцев, захороненных в Ракочах. Так что в скорбном

списке тех, кого и по сей день ищут родственники, стало десять имен меньше.

«Имя твое неизвестно, подвиг твой бессмертен». Эти слова стали афоризмом. Павшим в боях посвящено немало стихов, и одно из них прочитала сотрудница Центра развития личности «Гармония» Эрна Ващенко.

В почетном карауле — воспитанники молодежных патриотических объединений. С цветами к могиле Неизвестного солдата на мемориале в Устье пришли в этот день моряки-подводники, бойцы МЧС, школьники и все, для кого важна наша историческая память. Никто не забыт — и не должен быть забыт.

Мария БОРИСЕНКО



НАГРАДЫ ЖУРНАЛИСТАМ

3 декабря на заседании Законодательного собрания 47 региона были подведены итоги творческого конкурса «Дела и лица — 2024».

Среди награжденных — два сосновоборских журналиста: **Нина Кармалитова**, главный редактор СТБК «ТЕРА-студия» получила Специальный приз жюри, посвященный 30-летию Законодательного собрания Ленинградской области за материалы о работе депутата Сергея Мачинского в зоне СВО, и **Валерия Никитина**, радиоканал «Балтийский берег — FM» (в номинации «Лучший радиосюжет»).



ПОЯВЯТСЯ НОВЫЕ СКУЛЬПТУРЫ

В сквере на Молодежной, между домами 12 и 16, появятся новые скульптуры — лось, волк и медведь.

Об этом рассказал глава Сосновоборского городского округа Михаил Воронков. Это стало возможным благодаря тому, что во время конкурсной процедуры получилась экономия. Благоустройство сквера проводится по национальному проекту «Формирование комфортной городской среды».

Обустройство сквера должно завершиться в ближайший месяц. Предполагалось, что сдадут в эксплуатацию этот объект раньше, но предыдущий подрядчик не справился со своими обязательствами, и контракт с ним был расторгнут. Сквер передан новому исполнителю — ИП Мяслицын В. В. Строительство идет хорошими темпами, до наступления настоящих холодов предполагается его завершить. Сейчас там устанавливают малые формы.

ИТОГОВОЕ СОЧИНЕНИЕ - НА СТАРТЕ

Выпускники сосновоборских школ на этой неделе напишут итоговое сочинение — оно является допуском к единому государственному экзамену.

Сочинение ребята будут писать в трех школах. Оценку за него не ставят, можно получить зачет или незачет.

Как рассказала заместитель главы администрации по социальным вопросам Татьяна Горшкова, к приему экзамена все готово. За порядком будут следить общественные наблюдатели — их специально этому учили. В прошлые годы серьезных нареканий на организацию не было.

СОСНОВОБОРЕЦ - ТРЕТИЙ

В Санкт-Петербурге, в «Экспофоруме», завершился финал Всероссийского чемпионата «Профессионалы», и наш Артем Сойчак стал бронзовым призером.

В заключительной части соревнований по профессиональному мастерству участвовала почти тысяча конкурсантов из всех регионов России и 18 стран. Посмотреть состязания пришли более десяти тысяч человек. Сосновоборцы выступали за команду Ленинградской области — трое студентов Политехнического колледжа: Антон Климов, Артем Шведов и Артем Сойчак, который добился наибольшего успеха.

Всего же регион представляли 19 человек. Соревнования проходили по четырем направлениям — основному, юниорскому, индустриальному и международному. Антон Климов соревновался в компетенции «Электромонтаж», Артем Шведов — «Изготовление прототипов», а Артем Сойчак — «Холодильная техника и системы кондиционирования».

СТИПЕНДИИ ОДАРЕННЫМ ШКОЛЬНИКАМ

Стипендии могут получать не только студенты, но и школьники — в частности

НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ



те, кто добивается больших успехов в творчестве.

На прошлой неделе стипендиатов — учащихся творческих школ — награждали в Санкт-Петербурге, в концертном зале Всероссийского музея им. А. С. Пушкина.

Стипендии присудил областной Комитет по культуре и туризму.

Всего стипендии будут получать более тридцати художников и музыкантов, они представляют 21 школу искусств и Ленинградский областной колледж культуры и искусств. Стипендии областного комитета получают две сосновоборские школьницы. Мария Варламова из Детской школы искусств «Балтика» учится играть на домре у Ирины Исаковой, концертмейстер — Надежда Нацвина.

Елизавета Третьяк учится в Детской школе искусств им. Ореста Кипренского, она занимается в классе Елизаветы Шестерниной.

Педагогам и концертмейстерам вручили сертификаты за подготовку стипендиатов.

СОСНОВОБОРСКИЕ ЖАР-ПТИЦЫ

Воспитанники студии декоративно-прикладного творчества «Горница» завоевали несколько наград Международного конкурса детского творчества «Жар-птица России».

Гран-при завоевала Амаль Шупленкова, автор работы «Ангел». Лауреатами первой степени стали Элина Семенов, Анна Мальцева и Надежда Соколова. Вторые места в своих номинациях заняли Александра Боброва и Анастасия Войтенкова.

Студия работает в Андерсенграде, руководит ею Анна Сулова.

СИТУАЦИЯ ОСТАЕТСЯ СТАБИЛЬНОЙ

Пороги эпидемического благополучия в Сосновом Бору не превышены, сообщили в Центре гигиены и эпидемиологии.

За неделю зарегистрировано два случая новой коронавирусной инфекции, два других человека полностью вылечились от этого заболевания.

Что касается ОРВИ, то по этому поводу в медсанчасть обратились за неделю 633 человека, в том числе 367 детей. Пороги эпидемического благополучия не превышены ни по совокупному населению, ни по отдельным возрастным группам.

21 пациент обратился по поводу внебольничной пневмонии, среди заболевших — 12

детей. В основном возбудителем является микоплазма.

Медики зарегистрировали 18 случаев острой кишечной инфекции, 15 из них — у детей. Очагов в детских учреждениях не обнаружено. Три человека заболели ветрянкой, пять — скарлатиной, у троих выявлен энтеробиоз.

Один человек пострадал от собачьих укусов — его укусила домашняя собака.

НЕМНОГО МЕДИЦИНСКОЙ СТАТИСТИКИ

По данным на утро понедельника, в дневном и круглосуточном стационарах находились 270 пациентов. За неделю госпитализированы 226 человек, в том числе 22 — на дневное отделение.

За это время в сосновоборском родильном доме появились на свет семеро малышей. Хирурги провели 74 плановых операций и 55 экстренных. По поводу травм в приемный покой, детскую и взрослую поликлиники обратились 120 человек — примерно столько же, сколько и за предшествующую семидневку. Это ниже, чем обычно бывает в начале зимы. Помощь врачей понадобилась одному пострадавшему в ДТП — лечение он получает амбулаторно.

В городскую поликлинику обратился 7261 человек, в детскую — 2612. Шесть пациентов отправились лечиться в другие медицинские учреждения Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

БУДНИ СОСНОВОБОРСКОЙ ПОЛИЦИИ

Сотрудники Сосновоборского отдела МВД за неделю зарегистрировали 209 заявлений о происшествиях и преступлениях. Заведено 13 уголовных дел, раскрыто 9 преступлений.

Сосновоборцы по-прежнему готовы доверять жуликам и теряют деньги. Сотрудники полиции в очередной раз призывают горожан соблюдать осторожность, несколько раз проверять информацию, не сообщать никому никаких цифровых кодов и не давать личных данных, а также сведений о банковских картах.

К административной ответственности привлечен 31 человек, 12 из них — за пьянство в общественных местах. Зарегистрированы также побои, мелкое воровство, мелкое хулиганство, неисполнение родителями своих обязанностей.

В дежурную часть попали 6 иностранцев. У четверых не было пропусков в погранзону, двое не имели документов, дающих право въезда в Россию.

НАРУШАЕМ ПДД

Сотрудники отделения ГИБДД выявили 108 нарушений Правил дорожного движения. 18 из них допустили пешеходы.

Остальные нарушения — на совести водителей, которые выезжали на встречную полосу, не пропускали пешеходов на переходах, не пристегивались ремнями.

За это время в городе случилось 9 дорожно-транспортных происшествий, в одном — пострадал пешеход. 27 ноября около половины девятого утра возле дома 18 по улице Красных Фортвов водитель автомобиля «Ауди» сбил подростка. Пострадавший получил ушибы, ему оказана амбулаторная помощь.

СООБЩАЕТ О1

Прошлая неделя для пожарно-спасательных подразделений, дислоцированных на территории Соснового Бора, выдалась очень спокойной.

По тревоге они выезжали всего дважды — открывать двери сосновоборцам, заблокированным в своих квартирах в опасной для жизни ситуации.

Пожаров в городе не случилось, как и возгораний мусора на открытой территории. Ложных вызовов тоже не было.

НЕ ТЯНИТЕ С ОФОРМЛЕНИЕМ

В России продолжается гаражная амнистия, однако владельцы гаражей не торопятся оформлять свои объекты в собственность.

Об этом напомнил первый заместитель главы администрации Станислав Лютиков.

Процедура подготовительного согласования прошел 1691 владелец. Однако около семисот из них не торопятся завершать процедуру — нужно оформить свои объекты через Росреестр. Это тоже требует времени.

Станислав Геннадьевич призвал владельцев гаражей не тянуть с подачей документов, а тех, кто процедуру оформления еще даже не начал — поторопиться, потому что пока данных о том, что гаражную амнистию продлят, ни у кого нет.

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

ОТЧЕТ О ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЕ СЛУЖБ ЖКХ

СМБУ «СПЕЦАВТОТРАНС»

Уборка:

Механизованная уборка в соответствии с муниципальным заданием:

- сбор и вывоз растительных остатков: 8 мкр., 4 мкр., 10А мкр., 1 мкр., 2 мкр., 3 мкр., 13 мкр., 15 мкр., ул. Петра Великого (общее количество — 158 м3);
- уборка снега: скверы города, парк Приморский;
- уборка мусора на городских территориях: скверы города, парк Приморский, д. Липово, Ручьи, оз. Калищенское, пойма р. Коваши, велосодорожка;
- очистка метрополитеновой в 10А мкр., 4мкр., 8 мкр., 9 мкр (общее количество — 18м3);
- отсыпка щебнем, грейдерование п. Ручьи;
- отсыпка щебнем ям и провалов на проезде в СНТ «Дружба» (общее количество — 28м3);
- очистка детских площадок,

пешеходных дорожек и лестниц;

- механическая уборка; ул. Соколова, парк Приморский, велосодорожка, р. Глуховка, скверы города;
- очистка внутренних проездов, сбор-вывоз смёта: 2мкр., 3 мкр., 13 мкр.;
- уборка контейнерных площадок: город и СНТ;
- вывоз строительного мусора (общее количество — 8 м3);
- вывоз растительных остатков (общее количество — 4м3);
- вывоз несанкционированной свалки (общее количество — 15 м3);
- замена контейнера 1м3 (по 1 шт.): пр-т Героев, д. 5, ул. Парковая, д. 13, ул. Красных Фортвов, д. 18, ул. Красных Фортвов, д. 41.

Освещение и украшение города к Новому году:

- установка главной елки на площади Победы;
- установка гирлянды на ёлку у мэрии;

- установка гирлянды на кольцо ул. Солнечная;
- сборка конструкции ул. Солнечная;
- установка бижутерии на ёлку;
- ремонт освещения на ул. Ленинградская;
- проверка новогодних гирлянд;
- установка консолей на ул. Комсомольской, ул. Афанасьева;
- подключение арки у моста, на ул. Афанасьева;
- установка новогодних украшений: карета у ТЦ Галактика, дед Мороз и Снегурочка у ДК, арка «Часы» на ул. Комсомольская, ёлка во 2мкр.;

Озеленение:

- удаление поросли, сухих поломанных веток: Липовский проезд, пр-т Героев.
- ОТЧЕТ О ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЕ ОБЪЕКТОВ:**
- завершены работы и восстановлено благоустрой-

ство в рамках контракта по ремонту пешеходных дорожек на пр-те Героев, 33Б и на ул. Малая Земля, 16;

Зам. председателя КУ ЖКХ,
начальник отдела ВБидЖ
П.В. Пржевальский



реклама

КСЕРОКС ПЕЧАТИ И ШТАМПЫ

2-92-36 2-62-36

Здание городской администрации, вход со стороны художественного музея

ГОРОД И ГОРОЖАНЕ

ДЕНЬГИ ЛЮБЯТ ПЛАН

Новый год не за горами, а это значит, что городу самое время определиться, на какие деньги он будет жить в 2025. Именно этим сейчас занимаются сосновоборские депутаты — рассматривают и принимают городской бюджет.

Проект бюджета на 2025 год и плановый период 2026–2027 годов поступил в Совет депутатов из комитета финансов еще 5 ноября. Он уже принят в первом чтении, следом прошли публичные слушания, а сейчас работает согласительная комиссия.

ПОМНИТЬ О РАМКАХ

Доходы в городскую казну составляют почти четыре миллиарда рублей, расходы — чуть больше. Если говорить о точных цифрах, то доходная статья — 3,916 млрд. руб., расходная — 4,027 млрд. Предусмотрен небольшой дефицит — чуть больше ста миллионов. Дефицит составляет около пяти процентов, это вдвое меньше рекомендованного, то есть городской бюджет остается сбалансированным. Дефицит удастся преодолеть благодаря эффективной схеме управления финансами, своевременному заключению контрактов, оперативному использованию остатков и другим мерам, которые в Сосновом Бору применяются довольно грамотно и регулярно.

Планируется, что собственные средства составят 2,3 млрд. руб. — получается, на полтора миллиарда меньше, чем предусматривают доходные статьи.

ОТКУДА ВОЗЬМУТСЯ ОСТАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ?

В этом году Сосновый Бор впервые получит областную дотацию на выравнивание бюджетной обеспеченности. Раньше этой дотации не было, потому что сравнивать Сосновый Бор было не с кем — в нашем регионе других городских округов не было. Теперь есть Гатчинский муниципальный округ, и уровень бюджетной обеспеченности в двух муниципальных образованиях должен быть примерно одинаковым. Сосновый Бор получит примерно 46 млн. руб. в виде непосредственных финансовых поступлений, плюс вводятся дополни-



тельные нормативы отчислений на налог на доходы физических лиц. Раньше город оставлял себе 28%, теперь — будет чуть больше 30%.

Полтора миллиарда — это субсидии и субвенции из бюджетов другого уровня, и это еще не все — как и всегда, будут корректировки, и суммы могут меняться.

Как было отмечено на публичных слушаниях, прогноз социально-экономического развития города лучше областного и в целом по России. По словам председателя комитета финансов Татьяны Поповой, это стало возможным потому, что идет интенсивное строительство замещающих мощностей Ленинградской атомной станции. Увеличивается количество работников, а соответственно, и фонд оплаты труда, и налоги, которые идут в местный бюджет — а именно они являются основой доходной статьи бюджета.

КОМУ И СКОЛЬКО

Муниципальный бюджет и в следующем году останется социально ориентированным.

Есть расходы, определенные федеральным и региональным законодательством. Например, заработная плата работников муниципальных учреждений. В этой сфере в Сосновом Бору работает две с половиной тысячи человек, им положена индексация — на 15%, хотя первоначально предполагалась другая цифра — чуть меньше девяти процентов. Финансирование заработной платы идет из местного и регионального бюджетов,

общая сумма с учетом индексации составит более четырех миллионов рублей.

Увеличится количество горожан, которые получают медико-социальную поддержку, и финансирование этой программы увеличивается в полтора раза.

Будут проиндексированы содержание муниципальных учреждений и меры социальной поддержки, которые предоставляет город, — в среднем на четыре с половиной процента.

Самым крупным бюджетополучателем остается сфера образования.

Финансирование ее осуществляется по программе «Современное образование», и в следующем году школы, садики и учреждения дополнительного образования получат почти два миллиарда рублей — больше, чем в этом году, примерно на десять процентов.

Предусмотрены и серьезные отчисления на учреждения культуры и спорта. Предполагается многое отремонтировать: «Арт-карусель», школы искусств, спортивный комплекс «Малахит», библиотеки, футбольное поле — перечень далеко не полный, финансирование сферы культуры увеличивается более чем в семнадцать раз.

Около двенадцати миллионов направят на подготовку и празднование 80-летия Победы — как на сами мероприятия, так и на то, чтобы поддерживать в надлежащем состоянии воинские захоронения.

РАБОТА ПО ПРОГРАММАМ

Когда имеешь дело с финансами, будь то семейный кошелек или городской бюджет, важно четко планировать

крупные расходы. Это позволяют сделать программы — в Сосновом Бору их сейчас одиннадцать, и 80% городского бюджета распределяется именно по этим программам. «Современное образование» — лишь одна из таких программ, хотя и самая затратная.

Еще одна крупная программа — «Городское хозяйство». В следующем году на нее пойдет более восьмисот миллионов рублей, в полтора раза больше, чем в этом. Это — уборка города, строительство объектов инфраструктуры (очень часто — на условиях финансирования), а также обеспечение стабильной работы того, что уже есть.

Следующее из важных направлений — развитие новых микрорайонов.

Сосновый Бор внесёт свою долю в финансирование этих проектов, остальное добавит областной бюджет. Планируется: второй этап строительства внутриквартальных проездов и коммуникаций в районе гаражного кооператива «Искра», микрорайона «Восточный», проектные работы в микрорайоне «Искра-2». Не останется без внимания и пешеходный мост через Коваш на улице Мира — закрыли его давно, и в следующем году начнут ремонтировать. Предполагается также проложить водопроводные сети в Старом Калище и реализовать еще несколько важных и интересных проектов.

В следующем году предусматривается благоустройство нескольких городских территорий. Конечно, городу самому такие масштабные проекты было бы не потянуть. Но участие в областных и федеральных программах и в конкурсах, сотрудничество с Росатомом позволяет привлечь дополнительные средства. И так, где развернутся работы в следующем году? Самые крупные проекты — обустройство парка «Белые пески» в районе аллеи Ветеранов и двора на Парковой.

Сейчас работает согласительная комиссия — в нее вошли шесть депутатов и столько же представителей администрации. От Совета депутатов — председатель Алексей Афанасьев, заместитель Павел Гредасов и председатели всех профильных комиссий. От администрации — глава Михаил Воронков, все его заместители и председатель комитета финансов Татьяна Попова. Все депутаты уже представили свои предложения, рекомендации и возможные поправки, согласительная комиссия их согласовала. Рассмотрение проекта бюджета с согласованными поправками назначено на 10 декабря.

Марина ПЕТРОВА

СУБСИДИИ НАПРАВЛЯТ ВОЛОНТЕРАМ

Серебряное волонтерство в Ленинградской области получит системную поддержку — движение «старших» добровольцев будет поддерживаться ежегодной субсидией.

Решение озвучила председатель комитета общественных коммуникаций Екатерина Путронен на II ежегодном форуме серебряных добровольцев Ленинградской области «Современные старшие 2024».

«Некоммерческий сектор целен и силен такими людьми, которых не нужно держать за руку, а нужно именно создать условия, и они пойдут сами. Они богаты идеями, не боятся брать

за новые дела, не боятся неизвестного, готовы к изменениям. Для более системного развития и планирования вашей работы мы переводим финансирование в движение с грантового на субсидию. В первую очередь как раз потому, что даже на два года можно будет спокойно планировать и мероприятия, и поездки», — отметила Екатерина Путронен.

Площадка форума объединила 200 волонтеров старше 55 лет со всего 47-го региона. В нем приняла участие сосновоборская делегация.





ОБНОВЛЕНИЕ ВЛАСТИ НА СЕЛЕ

АКТУАЛЬНОЕ ЗАКОНОТВОРЧЕСТВО

11 декабря по предложению Комитета Госдумы по государственному строительству и законодательству депутаты рассмотрят во втором чтении законопроект об организации местного самоуправления (МСУ).

Большинство из поступивших 940 поправок касаются статей, связанных с переходом на одноуровневую систему МСУ и их полномочиями, которые разбросаны более чем по 100 законам и правовым актам и нередко противоречат друг другу. Этот момент должен быть урегулирован буквально на следующей неделе.

А 19 июня 2024 года Государственная Дума приняла закон, который изменяет условия избрания сельских старост.

В этом русле 14 ноября прошло заседание постоянной комиссии по местному самоуправлению, административно-территориальному устройству, государственной и муниципальной службе Законодательного собрания Ленинградской области. Депутаты предложили изменения в областной закон «О содействии участию населения в осуществлении местного самоуправления в Ленинградской области».

Проект закона, инициированный депутатами Дмитрием Рытовым и Родионом Кимом, вносит изменения в статью 4 областного закона «О старостах и общественных советах» в части отдельных вопросов деятельности и избрания старосты сельского населенного пункта — с учетом того, что наша область перешла на одноуровневую систему МСУ.

«В сельской местности немало людей с активной гражданской позицией, готовых участвовать в общественной и политической жизни своего населенного пункта. Своим законопроектом мы расширяем возможности местного населения избирать старост. Если в устав муниципального образования будут внесены необходимые требования, предусмотренные федеральным законодательством, то у большего числа жителей сельского поселения появится возможность участвовать в избрании старост, а значит, и возможность влиять на решение проблем сельского поселения», — пояснил один из авторов законопроекта Дмитрий Рытов.

ОБЯЗАННОСТИ СТАРОСТЫ СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ



ПОЛНОМОЧИЯ СТАРОСТЫ

для решения возложенных на него задач:

- взаимодействует с органами МСУ, предприятиями, учреждениями, организациями по решению вопросов местного значения в сельском населенном пункте;
- взаимодействует с населением, участвуя в сходах, собраниях, конференциях, направляет обращения и предложения граждан для рассмотрения органами МСУ;
- информирует жителей по вопросам организации и осуществления местного самоуправления, доводит до их сведения информацию, полученную от органов МСУ;
- содействует органам МСУ в проведении публичных слушаний и общественных обсуждений, обнародовании их результатов в сельском населенном пункте;
- вправе выступить с инициативой о внесении инициативного проекта по вопросам, имеющим приоритетное значение для жителей сельского населенного пункта;
- осуществляет полномочия и права, предусмотренные уставом или нормативным правовым актом представительного органа МО в соответствии с законом субъекта РФ.
- гарантии деятельности и иные вопросы статуса старосты сельского населенного пункта могут устанавливаться уставом и (или) правовым актом представительного органа МО.

Принят законопроект, определяющий, что делать старостам поселений, если они получат статус иностранного агента. Как и члены общественного совета, теперь они будут лишены своих полномочий, если в течение 180 дней после обретения статуса не смогут обжаловать его.

О СТАРОСТАХ - УТОЧНИЛИ ДЕПУТАТЫ

Кто такие сельские старосты?

Сельский староста — доверенное лицо жителей села, их представитель. Он представляет интересы жителей и своевременно обменивается информацией при взаимодействии с местной властью.

Порядок назначения сельского старосты

Сельский староста назначается представительным органом муниципального образования, в состав которого входит данный сельский населенный пункт, по представлению схода граждан из числа лиц, проживающих на территории данного поселения и обладающих активным избирательным правом.

Что изменилось в избрании старост

Суть нововведения в законе состоит в том, что в сходе для избрания старосты теперь могут участвовать не только граждане, имеющие постоянную регистрацию в населенном пункте, но и владельцы недвижимости (с 18 лет), которые не имеют в нем прописки.

Ограничения для назначения

Сельским старостой не может быть назначено лицо:

- замещающее государственную должность, должность государственной гражданской службы, муниципальную должность или должность муниципальной службы;
- признанное судом недееспособным или ограниченно дееспособным;
- имеющее непогашенную или неснятую судимость.

Срок полномочий сельского старосты

Срок полномочий сельского старосты устанавливается уставом муниципального образования и не может быть менее двух и более пяти лет.

Гарантии деятельности старост

Уставом муниципального образования и могут устанавливаться следующие гарантии деятельности сельского старосты:

- получение удостоверения сельского старосты;
- внеочередной прием должностными лицами органов местного самоуправления;
- оказание содействия должностными лицами органов местного самоуправления в решении возложенных на сельского старосту задач;

возможность присутствовать на заседаниях органов местного самоуправления муниципального образования, на территории которого расположен соответствующий сельский населенный пункт.

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ



Василий Карпенко

ПОДВИГУ ЛИКВИДАТОРОВ ПОСВЯЩАЕТСЯ...

Во Дворце культуры «Строитель» состоялось торжественное мероприятие, посвященное новой памятной дате — Дню памяти подвига ленинградских ликвидаторов Чернобыльской катастрофы — и 25-летию со дня образования Сосновоборского отделения Ленинградской общественной организации инвалидов Союз «Чернобыль».

На мероприятии собрались ликвидаторы последней крупнейшей в истории аварии на ЧАЭС, создатели объекта «Укрытие», члены семей чернобыльцев и те, кто продвигал инициативу сосновоборцев по учреждению памятной даты.

30 ноября 1986 года закончилось сооружение саркофага, что стало символическим Днем победы над ядерной стихией для всех тех, кто принимал в этом участие.

Собравшихся тепло поздравили, поблагодарили за проявленное мужество и героизм, общественную активность: председатель совета депутатов Алексей Афанасьев, заместитель главы администрации по безопасности, правопорядку и организационным вопросам

Андрей Рахматов, историк-архивист Геннадий Москвин, председатель отделения российского Союза ветеранов Афганистана «Наследие» Илья Сикорский, заместитель директора ЛАЭС по общим вопросам Роман Ященко, заместитель директора по персоналу Концерна «Титан-2» Андрей Щербаков и другие.

Председателю правления чернобыльцев Василию Карпенко, возглавляющему организацию последние десять лет, вручены грамоты и благодарности, а также поздравления от Центрального совета Союза «Чернобыль» и других организаций.

На вечеру к своим товарищам-чернобыльцам обратились ветераны Валерий Мехоношин, Олег Карасев, Геннадий Бара-

нов, от секции «Вдовы Чернобыля» — Нина Поликевич.

Сосновоборское отделение Союза «Чернобыль» России по итогам конкурса Центрального Совета организации признано лучшим среди малых городов России, на счету ветеранов — чернобыльцев множество добрых дел и патриотических инициатив, которые всегда находят поддержку админи-

страции и ведущих предприятий атомной отрасли. Яркий пример — создание в Сосновом Бору мемориального комплекса «Жертвам ядерных катастроф и аварий». Активисты-чернобыльцы проводят большую военно-патриотическую работу среди школьников и молодежи города.

К юбилею издана брошюра об истории и делах обществен-

ной организации, в честь 25-летия вручается памятный Знак.

Завершилось мероприятие дружеским общением и выступлением творческих коллективов. На вечере выступили ансамбль «Mezzo Forte» под руководством Юрия Ванаева, солистка Ольга Ракина, ансамбль народной песни «Устьяночка» под руководством Елены Корзиновой.



ЭХО СОБЫТИЯ

СЫНОВЬЯ УХОДЯТ В ВЕЧНОСТЬ...

27 ноября в Сосновоборской городской библиотеке прошла презентация сборника стихов сосновоборского поэта Романа Третьякова «Сыновья уходят в вечность...».

Роман Третьяков шел к этой книге почти два года. С начала специальной военной операции он собирает информацию о тех, кто погиб при исполнении своего воинского долга. Сначала писал посты на своей страничке «ВКонтакте», потом они сами начали складываться в стихи и песни. По словам Романа, посвящая свои стихи героям, он воскрешает ребят, которые погибли в боях. Они остаются со своими родными, со своими друзьями. Навсегда.

Сам Роман говорит о том, что он делает:

— У меня ничего нет, кроме души и сердца. Сегодня люди должны сплотиться и не жрать друг друга. У каждого — своя война. И должны быть свои победы, ведущие к общей.

Ему пишут матери и вдовы погибших ребят, рассказывают о своих мужьях и сыновьях, делятся историями и мыслями. И эти истории становятся стихами и песнями.

Создавать свои песенные рассказы Роман начал без всякой надежды когда-либо их издать, несмотря на то, что гражданская поэзия сейчас — явление довольно редкое.

Любое издательство — коммерческое предприятие, и вкладывает деньги в те

книги, которые с гарантией будут хорошо продаваться, а иначе никто рисковать не станет. Поэтому у того, кто хочет сделать свой сборник, встает вопрос — где взять на это средства.

Но в случае с Романом издатель все-таки нашелся.

Евгения Чернышова продала подмосковную дачу и выпустила сборник на свои деньги. Она считает, что это необходимо в первую очередь для следующих поколений, которые должны знать о том, что происходит.

А организовали встречу в сосновоборской библиотеке члены областной Общественной палаты, в первую очередь — проректор Санкт-Петербургского государственного педиатрического университета Валентин Сидорин. В Общественной палате он является председателем комиссии по взаимодействию со СМИ, а ранее возглавлял пресс-службу областного правительства.

На встрече Валентин Викторович не только представил общественности сосновоборского поэта и его книгу, но и рассказал о работе своего университета и детской клиники, о доступности медицинской помощи детям, в первую очередь об уникальных возможностях современной хирургии. У присутствующих, среди



Роман Третьяков и Валентин Сидорин

которых были в том числе и руководители учреждений образования, возникли вопросы о возможности поступления в вуз и о том, где и как готовят медицинских сестер и фельдшеров — проблема с кадрами в больницах и поликлиниках сейчас стоит очень остро, нужны и врачи, и средний медперсонал.

Слушателей в библиотеке собралось много — читальный зал едва вместил всех желающих. Историки, краеведы, литераторы, директора школ, военнослужащие сосновоборского гарнизона, ветераны локальных войн узнали немало нового. Во встрече участвовали также активисты Общественной палаты при главе Сосновоборского городского округа — Игорь Го-

релов, Юрий Радченко, Сергей Аверьянов и Валерия Никитина.

По словам Валентина Сидорина, сейчас нет второстепенных тем, у каждого человека — свой участок и своя цель, и только общие усилия приближают общую победу. А участники спецоперации должны чувствовать заботу и знать, что их ценят и ждут.

Что касается книги, то на момент встречи она автору еще не поступила, пришла на следующий день. Но сейчас уже есть в библиотеке. А Роман Третьяков при поддержке Общественной палаты представляет ее в разных организациях Ленинградской области и Санкт-Петербурга.

Анастасия СЕМЕНОВА

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



КОМАНДА 47



ПАВЕЛ СТЕПАНОВ: УСПЕХ ЧЕРЕЗ ТРУД

УКАЗОМ ПРЕЗИДЕНТА РОССИИ ПАВЕЛ СТЕПАНОВ
УДОСТОЕН ГОСУДАРСТВЕННОЙ НАГРАДЫ

Павел Степанов, бессменный руководитель АО «Племзавод «Гражданский» в Приозерском районе Ленинградской области, удостоен ордена Александра Невского. Эта высокая награда подчеркивает не только вклад ленинградца в развитие сельского хозяйства, но и силу его характера и интуиции управленца.

Более 37 лет Павел Алексеевич возглавляет одно из ведущих сельхозпредприятий страны, выведя его в лидеры по производству молочной продукции. Сегодня племзавод «Гражданский» демонстрирует рекордные показатели: надои лучших коров достигают 17,6 тысяч килограммов молока в год. Вся продукция — высшего качества, что позволяет поставлять её на «Молочный комбинат «Петмол» для детского

питания. Но эти цифры — лишь отражение работы человека, для которого качество всегда выше компромиссов.

Родители Павла Алексеевича мечтали видеть его врачом, но он выбрал кораблестроение, успешно окончил институт и... неожиданно начал карьеру в сельском хозяйстве. Сначала — главный инженер, через четыре года — директор совхоза, а с 1994 года — генеральный директор акционерного общества.

— Я не терплю полумер и знаю, что успех приходит только к тем, кто предан делу, — говорит он. Этот принцип он вложил в каждую деталь работы предприятия.

Под руководством Степанова «Гражданский» стал не просто хозяйством, а настоящим агрогородком: современное оборудование, автоматизированные процессы, удобные условия труда. Удивительно, но на фермах почти нет запахов, а аккуратность дворов поражает даже опытных гостей. Павел Алексеевич не только руководит, но и создает атмосферу, где каждый сотрудник понимает свою ценность. Благодарности, грамоты, награды — в хозяйстве умеют сказать «спасибо» за труд.

Однако его подход — это не только мотивация и технологии. Павел Алексеевич собирает вокруг себя лучших специалистов, вдохновляя их стремиться к высотам. «Он не командует, а ведёт за собой», — отмечают коллеги. Его природное чутьё на перспективы помогло внедрить мелиорацию, наладить производство кормов, создать системы переработки. Сегодня «Гражданский» — пример устойчивого

развития, где уважают традиции и внедряют инновации.

Коллеги и друзья отзываются о нём как о внимательном и отзывчивом человеке, готовом помочь советом или делом.

— Павел Алексеевич — прекрасный товарищ, можно сказать, один из моих наставников в нашем общем труде, — делится генеральный директор ООО «Идавэнг Агро» Татьяна Владимировна Шарыгина. — Он всегда готов возиться с молодыми и с теми, кто меньше понимает в сельском хозяйстве. Иногда хочется поплакаться кому-то в жилетку, а Павел Алексеевич всегда выслушает, найдет подходящие слова ободрения, подставит плечо.

Его умение вести за собой отмечает и Сергей Иванович Иванов, генеральный директор ЗАО «Петровский».

— Это открытый, отзывчивый и очень порядочный человек, надежный друг и партнёр, которому не безразличны чужая беда и проблемы. Он может прийти на помощь в любое время дня и ночи. Для меня, как начинающего директора, его



Почётный житель Приозерского района Павел Степанов

советы и поддержка стали бесценными, — считает коллега.

Жизнь Павла Алексеевича Степанова — пример того, как личность может стать движущей силой успеха. Его орден — это символ признания не только заслуг, но и принципов, которые сделали «Гражданский» гордостью региона и страны.

ТАТЬЯНА ПЕРОВА
ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ
ПАВЛА СТЕПАНОВА



СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО



В посёлке Тярлево состоялся второй областной конкурс качества сырого молока, который собрал 29 участников — крупных производителей и частные фермерские хозяйства. Конкурс проводился в два этапа: сначала образцы молока проверялись в лаборатории на соответствие физико-химическим показателям, включая жирность, белковый состав, плотность, кислотность, точку замерзания и наличие антибиотиков. Эта строгая процедура позволила выделить молоко, которое прошло на следующий этап, где работали молочные сомелье.

Работа молочных сомелье, которая стала одной из самых интересных особенностей конкурса, заслуживает отдельного внимания. Это настоящие профессионалы, оценивающие продукт по вкусу, аромату и даже текстуре. Их подготовка начинается задолго до дегустации: нельзя есть за полтора часа до работы, а такие продукты, как кофе, чеснок или копчености, и вовсе под строгим запретом. Всё это может сбить «настройки» рецепторов и помешать точно оценить качество молока.

— Молоко должно быть сладковатым и сливочным на

СНЯТЬ САМЫЕ СЛИВКИ

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ НАЗВАЛА ЛУЧШИХ В МОЛОЧНОМ ПРОИЗВОДСТВЕ

вкус. Его запах не должен вызывать отторжения, — рассказала эксперт по качеству молока Юлия Мудрова.

Сомелье начинают работу с анализа запаха. Хорошее молоко не должно обладать резкими или неприятными ароматами, так как это может свидетельствовать о плохих условиях содержания животных. Если коровы живут в чистых помещениях, за ними ухаживают, а оборудование для доения обрабатывается должным образом, молоко сохраняет естественный вкус и аромат. Этот процесс — не просто формальность, а важная часть работы по обеспечению качества молочной продукции.

Как отметила специалист с 25-летним стажем Татьяна Трунова, высокий уровень заботы о животных и внимательное отношение к процессу производства молока — это гарантия качества. Такие подходы позволяют производителям Ленинградской области выходить на

лидирующие позиции не только в регионе, но и в России.

Все участники конкурса уже на этапе подачи заявки показали высокое качество своей продукции, но победителей всё же удалось выделить. В племзаводе «Агро-Балт» из Кингисеппского района — самое качественное сырое молоко, в «Рапти» — самое вкусное, а лучшее фермерское молоко — у фермера Василия Морозова из Волосовского района. Остальным участникам вручили благодарности, отметив, что пройти проверку в два этапа уже достойно уважения.

По словам заместителя председателя правительства Ленинградской области Олега Малащенко, в этом году на поддержку сельского хозяйства региона направлено 2,2 млрд рублей, что на 200 млн больше, чем в прошлом году. Современные технологии, которые активно внедряются на фермах, позволили добиться того, что 98% молока в Ленобласти соответствует высшему сорту.

Подобные дегустации и лабораторные исследования — обычная практика для производителей молока, которые стремятся поставлять на полки магазинов только лучшие продукты. Это подтверждает высокую репутацию Ленинградской области как одного из ведущих регионов России в молочной отрасли.

КСЕНИЯ БОНДАРЕНКО
ФОТО АВТОРА





ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ГОД КОМАНДЫ ЗАБОТЫ

Прийти домой с учёбы или работы, раздеться, надеть тёплые тапочки... Обнять близких, присесть ненадолго, чувствуя приятную усталость... Погрузиться в хлопоты по приготовлению ужина, а потом собраться за столом в предвкушении трапезы и привычных домашних разговоров... Всё это простые, казалось бы, вещи, о которых мы даже не думаем, просто потому что они — как воздух, которым мы дышим. Но для кого-то они давно уже стали чем-то несбыточным, чем-то таким, на что уже и нет надежды. Именно с этой безнадежностью, разрушающей душу, непримиримо борется дружная команда фонда «Благо Дари», разместившегося в старом здании на подворье собора Покрова Божией Матери в Гатчине.

ПОМОЧЬ КАЖДОМУ

Благотворительный фонд «Благо Дари» был основан в 2016 году, однако помощь бездомным людям добровольцы начали оказывать уже с декабря 2013 года. Трижды в неделю у подземного перехода железнодорожной станции «Татьянино» подопечные фонда получают горячее питание. Бездомных обеспечивают одеждой и обувью, при необходимости помогают восстановить документы, оказывают помощь в реабилитации, социализации и трудоустройстве.

Фонд оказывает социальную помощь семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации, одиноким мамам с детьми, старикам, людям с инвалидностью и зависимостью. Несколько лет назад был создан клуб рукодельниц «Гатчинская Хурма», где вяжут тёплые вещи для подопечных фонда — шерстяные носки, шапки, шарфы и варежки для бездомных людей, пледы для жителей интернатов и приютов.

В рамках ещё одного проекта «Незабытые» волонтеры помогают одиноким пациентам гатчинских больниц — привозят питьевую воду, продукты, памперсы, одежду и другие необходимые вещи, навещают их и поддерживают добрым словом. Как говорит руководитель фонда «Благо Дари» Олег Бог-



«НАША ЦЕЛЬ — ПОМОЧЬ ЧЕЛОВЕКУ»

— Наше кредо — комплексный индивидуальный подход в каждом случае, — говорит Олег Богданов. — Мы всесторонне оцениваем потребности человека, его запросы, эффективность предполагаемого результата и свой ресурс. У нас нет задачи создать всем комфортные условия. Есть люди, которым на сегодняшний день невозможно помочь вернуться в социум. Некоторые процессы необратимы. Или обратимы, но для этого нужно множество включённых специалистов для одного человека, а такого ресурса нет ни у кого, даже у государства. Есть те, кому невозможно помочь, потому что им нравится такая жизнь. Встречаются и такие, кто упал, но хочет подняться. Чем меньше времени человек провёл на улице, тем больше вероятность, что мы сможем ему помочь.

Работа волонтеров основана на нескольких принципах. В первую очередь они стараются не делать за человека то, что он мог бы сделать сам. Эта самостоятельность нужна подопечным для того, чтобы они научились справляться без посторонней помощи с трудностями, обрели возможность выстраивать свою жизнь и осуществлять запланированное.

— У нас нет задачи делать что-то вместо нашего подопечного. Мы можем делать что-то вместе с ним, чтобы оказать той опорой, без которой он впоследствии мог бы обойтись, — поясняют нам в организации. — Жить на улице — часто сегодняшний выбор человека. И всё же для нас это не повод ему не помогать. Он находится в этой точке сегодня, но это совершенно не значит, что завтра он не передумает. Поэтому мы продолжим помогать...

За два года в «ОтДУШину» обратились за помощью 120 человек. 16 человек восстановили документы, 13 человек добрались до дома, 50 человек так или иначе покинули улицу.

ЮЛИЯ ЛИСНЯНСКАЯ
ФОТО: БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ
ФОНД «БЛАГО ДАРИ»

СПАСЕНИЕ ЧЕРЕЗ ЗАБОТУ

НЕРАВНОДУШНЫЕ ЛЕНИНГРАДЦЫ УЖЕ НЕСКОЛЬКО ЛЕТ ПОМОГАЮТ БЕЗДОМНЫМ

данов, основная задача проекта «Незабытые» — борьба с одиночеством. На самом деле, то же самое можно сказать о любом другом проекте фонда, ведь чаще всего именно одиночество становится причиной всех наших бед.

НАЙТИ СВОЮ «ОТДУШИНУ»

В 2022 году в старом доме у Покровского собора Гатчины открылся дневной центр социальной адаптации для бездомных людей «ОтДУШина». Этот центр практически сразу завоевал славу поистине народного: ремонт и благоустройство этого ветхого здания проводились исключительно на средства и силами волонтеров фонда и его друзей.

По словам Олега Богданова, основная задача этого проекта — социальная адаптация бездомных людей. Здесь ждут тех, кто голоден, одинок или просто потерялся в этой жизни. Помощь можно получить даже при

отсутствии каких-либо документов: паспорта, регистрации...

Центр открывает свои двери для бездомных людей два раза в неделю — по вторникам и субботам. Здесь можно принять душ, постирать и высушить одежду, отдохнуть и перекусить. Но самое главное, люди могут получить то, чего, наверное, не хватает им больше всего — принятие и внимание. Речь идёт о целом комплексе социальных услуг, в который входят не только бесплатные гигиенические процедуры, но и социальная поддержка от специалистов фонда, психолога и социального работника.

В эти дни в «ОтДУШине» работает слаженная команда из трёх волонтеров. Один из них — обязательно мужчина, который обеспечивает порядок и контролирует безопасность. Ещё один волонтер — санитарный работник — занимается уборкой, выдаёт банные принадлежности и одежду. Самые важные обязанности у социального работника: он беседует с пришедшим, знакомится с ним, если тот пришёл в первый раз.

жет следить за собой. К нам он может прийти помыться, сменить одежду. И это ни в коем случае не иждивенчество, ведь гигиена сама по себе просто необходима. Люди приходят к нам за чистотой, а для нас это становится поводом для разговора социального работника с бездомным человеком. Важно вызвать у пришедшего доверие, настроить на открытость, а открытость уже позволяет искать инструменты для помощи...

Узнав о проблемах и запросах гостя, в центре решают, что делать дальше.

— Вместе с ним, шаг за шагом, помогаем ему выстраивать индивидуальный план выхода из кризиса. От имени фонда опытный социальный работник может предложить помощь в восстановлении документов, в поисках временного приюта или реабилитационного центра, в налаживании контактов с родными или отправке домой. При необходимости здесь могут оказать доврачебную помощь или направить в медицинское учреждение, — рассказывает Олег.

ГИГИЕНА — ПРЕЖДЕ ВСЕГО

Беседа с вновь прибывшим включает опрос и анкетирование. Волонтеры узнают, кто он, откуда, что с ним произошло, почему он пришел сюда. Запросы о помощи могут быть разными — возможно, человек пришел просто помыться, согреться и выпить чаю. Но часто бывает так, что у гостя утрачены документы, он не может вернуться домой или хочет попасть в приют.

— Можно сказать, что принимая людей в «ОтДУШине», мы закрываем их первичные потребности, — говорит Олег Богданов. — Одна из важнейших таких потребностей — гигиена. Даже не имея пристанища, человек мо-



Бездомные могут рассчитывать на стрижку, баню и другие гигиенические процедуры



Традиционная раздача тёплой еды для бездомных в Гатчинском округе

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА



ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА

Впервые в Ленинградской области представители фонда «Защитники Отечества» вручили ключи от новеньких LADA Granta двоим ветеранам специальной военной операции, получившим тяжёлые ранения при выполнении боевых задач.

Торжественная церемония передачи автомобилей состоялась в городе Гатчине, во дворе филиала фонда «Защитники Отечества» в Ленинградской области.

Как напомнил руководитель ленинградского филиала Сергей Галяев, одной из важнейших задач фонда является помощь ветеранам СВО, получившим тяжёлую инвалидность во время боевых действий. Предложение о выдаче автомобилей бойцам, потерявшим обе ноги, внесла председатель фонда «Защитники Отечества» Анна Цивилёва. Как считают представители организации, автомобили послужат для наших воинов подспорьем в социализации и скорейшем возвращении к полноценной мирной жизни — работе, обучению, поддержке семьи и близких, решению бытовых проблем.

Эта инициатива была поддержана Президентом России Владимиром Путиным и Правительством Российской Федерации. После внесения соответствующих изменений в федеральное законодательство фонд «Защитники Отечества» получил право закупать транспортные средства из собственного бюджета.



НОВЫЕ АВТОМОБИЛИ — ГЕРОЯМ СПЕЦОПЕРАЦИИ

ВETERАНЫ СВО ПОЛУЧИЛИ НОВЫЕ АВТОМОБИЛИ ОТ ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»

Автомобили LADA Granta с ручным управлением и автоматической коробкой передач разработаны «АвтоВАЗом» специально для бойцов, потерявших обе ноги. Процесс запускается с помощью рычага,

который переключает газ и тормоз. Для универсальности в автомобилях оставили педали, чтобы пользоваться ими можно было и обычным способом.

В Ленинградской области специализированные маши-

ны получили пока два ветерана СВО — Сергей Гришилиин из Бокситогорского района и Александр Очеретько из Всеволожского района. Чтобы управлять этими автомобилями, они прошли бесплатное обучение

в ДОСААФ, с которым взаимодействует фонд «Защитники Отечества».

Сергей Гришилиин получил тяжёлое ранение во время боевых действий под Соледаром. Из-за непрекращающихся обстрелов его не могли эвакуировать в течение четырёх дней. Ленинградец чудом выжил, но потерял обе ноги. Боец награждён медалью «За отвагу». Сергей — опытный автомобилист, и переход на ручное управление не стал для него проблемой. Получив ключи, он садится в автомобиль и делает уверенный круг по двору фонда.

Александр Очеретько приехал за автомобилем в Гатчину вместе со своей супругой. Будущие молодожёны познакомились при исключительных обстоятельствах — в реанимации военно-медицинской академии им. Кирова. Александр проходил там лечение после тяжелейшего ранения под Лисичанском, Ольга приходила в больницу как волонтер. У Александра большой водительский стаж — почти тридцать лет, так что управление специализированной машиной его также не смущает.

По словам Сергея Галяева, к настоящему времени по всей России ключи от автомобилем со специальным управлением вручены уже 400 ветеранам СВО. Сейчас готовятся документы на вручение автомобилей ещё двум ветеранам-ленинградцам.

ЮЛИЯ ЛИСНЯНСКАЯ
ФОТО АВТОРА

ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ

СИЛЬНЕЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

ИСТОРИЯ ВETERАНА СПЕЦОПЕРАЦИИ ИЗ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ДОРОТТИ ГОРЕЛОВА

Герой СВО получил тяжёлое ранение на фронте, но не потерял крепость духа. Сегодня он продолжает трудиться в тылу после возвращения со специальной военной операции в родную Ленинградскую область.

Доротти Горелов — ветеран специальной военной операции из 47-го региона. Ленинградца назвали в честь знаменитого испанского командира и героя гражданской войны в Испании Буэнавентуры Дуррути. Можно сказать, жизнь готовила нашего земляка к будущим боевым испытаниям и борьбе за справедливость.

До участия в боевых действиях житель Ленобласти работал водителем, но жизнь перевернулась на 180 градусов после попадания на фронт.

— После окончания учёбы отработал 12 лет водителем в крупной строительной компании. Потом, набравшись опыта в строительном деле, открыл семейное предприятие по домостроению в 47 регионе. А уже в 2022 году получил повестку и отправился на СВО, — вспоминает наш земляк.

Как рассказал Доротти, сомнений в том, что нужно идти защищать Родину, не было. Он понимал, что происходит у рубежей России, поэтому ещё до повестки был готов уйти на фронт.

— Было желание отправиться на защиту Родины ещё раньше, но останавливала семья. А когда уже пришла повестка, раздумий совершенно не было. Я видел, что происходит в мире, и понимал, что рано или поздно нам всем придётся отдать долг Отчизне. Понимал, что там наших бьют, и меня зовут на помощь! — говорит Доротти Горелов.

Благодаря опыту в мирной жизни наш герой получил должность водителя-электрика в 25-й мотострелковой бригаде. — Ездил на КАМАЗах и УРАЛах, отвечал за обеспечение и связь в бригаде, которая выполняла задачи на Харьковском направлении. За этот период времени и был награждён руководством медалью Суворова, — отмечает Горелов.

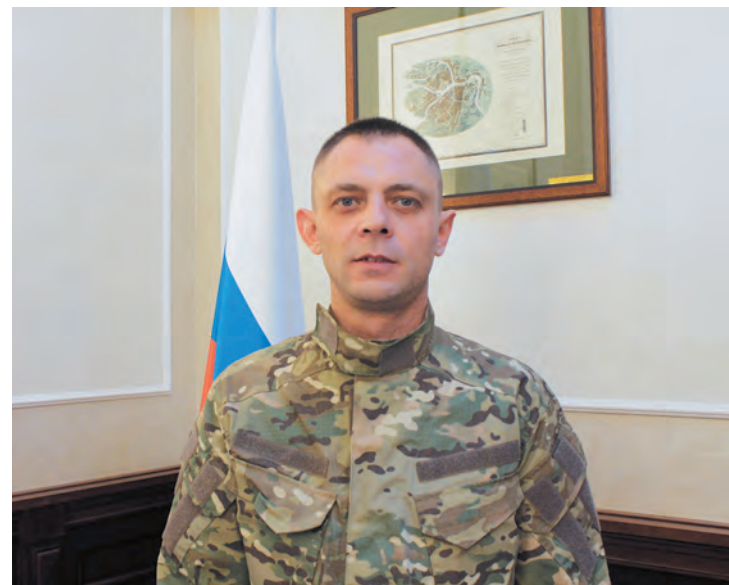
На вопрос о том, какие моменты из боевой жизни Доротти вспоминает с улыбкой на ли-

це, он сразу сказал о первых письмах, полученных от родных.

— Наверное, самое трогательное — это первые письма, пришедшие от родных людей в гуманитарной помощи. Когда ты слышишь человека по телефону — это одно, а когда человек излагает все свои мысли в письме и ты проникаешь в каждое слово — это дорогого стоит, даже порой читал со слезами на глазах, — признаётся ленинградец.

После потери пальцев на руках житель Ленобласти уже не смог вернуться в строй, но проявил невероятное мужество и вновь занялся строительным делом, которое помогло ему быстрее пройти реабилитацию.

— После сложной операции у меня не работали руки и правая нога. По срокам мое восстановление должно было длиться не менее года, но уже на 4-й месяц реабилитации стал разрабатывать ногу, больше ходить. А потом начал ездить на тракторах, где постоянно была работа рук и ног. И вообще, когда занимаешься делом, не акцентируешь внимание на боли, которая постоянно со мной после опе-



рации. Так и вернулся в семейный бизнес по модульному домостроению, — делится ветеран.

Как отметил Доротти, мужчины, вставшие на защиту родной страны и людей, отличаются сильным духом и истинным патриотизмом.

— Одни из главных качеств мужчины — это доброта и крепость духа! А мужчины, вставшие на защиту Родины — это люди, которые очень сильны духом. Многим приходится расставаться со своей семьей, детьми и, уходя, понимать, что ты можешь не вернуться таким, какой был раньше... — считает Доротти.

Закончил беседу с «Ленинградской панорамой» Доротти Горелов пожеланиями сослуживцам и тем, кто собирается встать на защиту России.

«Желаю крепости духа, будьте всегда сплочённой командой со своими ребятами, с которыми будете идти до конца, как бы ни было тяжело и больно, потому что только впереди нас ждёт светлое будущее. Победа будет за нами! Это однозначно, потому как в России живут самые лучшие люди!»

МАТЕРИАЛ ПРЕДОСТАВЛЕН ФОНДОМ
«ЛЕНИНГРАДСКИЙ РУБЕЖ»



ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ДОСТИЖЕНИЯ

Мастер спорта СССР по тяжёлой атлетике, многократный рекордсмен чемпионатов России в троеборье, призёр чемпионатов Европы и мира Геннадий Семёнович Ли стал призёром Чемпионата мира по пауэрлифтингу. Наш богатырь занял 3 место среди ветеранов старше 40 лет и завоевал золото в возрастной категории 80+, поставив мировой рекорд. О жизненном пути и достижениях ленинградца — в материале «Ленинградской панорамы».

Биография нашего земляка насыщена интересными событиями и преодолением трудностей на жизненном пути. Куда там супергеройским голливудским фильмам! Не все рождаются богатырями с выдающимися природными данными. Кто-то, как Геннадий Семёнович, долго и упорно идёт к успехам и победам благодаря морально-волевым качествам.

Геннадий Семёнович появился на свет в 1940 году в городе Кызылорда в Казахстане. В 10 лет после поездки с отцом на Камчатку заболел скарлатиной, неделю находился в летаргическом сне, а когда очнулся, выяснилось, что отказали ноги. Мать учила ослабевшего мальчика ходить заново, в школе были проблемы на физкультуре. В целом парнишка учился хорошо, «пятерки» были по всем предметам, кроме русского языка и литературы.

По окончании школы у Геннадия произошло судьбоносное знакомство со спортсменом Владимиром Тяном. Они серьёзно увлеклись тяжёлой атлетикой, встав у её истоков



ГЕННАДИЙ ЛИ: БОГАТЫРЬ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛ

84-ЛЕТНИЙ БОГАТЫРЬ ИЗ КИНГИСЕППА ПОСТАВИЛ МИРОВОЙ РЕКОРД

в Кызылорде. В 1960 году Геннадий поступает в Казахский государственный университет, по его окончании работает в прокуратуре, позже — 20 лет адвокатской практики в Кызылординской областной коллегии адвокатов.

Всё это время он и Владимир продолжают усиленно тренироваться, и в 1963 году Геннадий

выполняет норматив мастера спорта СССР.

В Кингисепп Геннадий Ли с семьёй переезжает в 1995 году по предложению дочери. И здесь знакомится с ещё одним легендарным тяжелоатлетом, Анатолием Патрино, который предлагает нашему герою заняться пауэрлифтингом. В 2009 году атлеты едут на Чемпионат России, где Геннадий

занимает 1 место, устанавливая рекорд в сумме троеборья 270 кг. В 2018 году поднимает этот рекорд России до 285 кг, а в 2019 — до 295 кг. На чемпионатах Европы и мира в Швеции (2018–2019) занимает 2 и 3 места. И все последующие годы — только победы и высокие места на призовом подиуме.

И вот в ноябре этого года свершилось восхождение нашего спортсмена на спортивный Олимп. 14 ноября 2024 года он занимает 3 место на Чемпионате Мира по пауэрлифтингу в Москве среди ветеранов старше 40 лет, а в категории 80+ становится чемпионом мира.

На наш вопрос, как прийти к такому высокому результату, Геннадий Семёнович ответил просто и ёмко: «Отдаваться любимому виду спорта полностью, но при этом не навредить себе».

Тренируется легендарный спортсмен в Кингисеппе в клубе «Атлет» и, пользуясь случаем, выражает благодарность адми-

нистрации клуба за уважительное отношение и поддержку.

Посещение тренировок стало для него образом жизни. Но чемпион уверен, что главная сила человека — не в мышцах, а в правильных, стройных мыслях. Спорт должен быть умным, — считает наш герой.

Конечно же, у любого спортсмена должны быть понимание



Геннадий Ли в юности

и поддержка со стороны семьи. Главным другом и спутником по жизни у Геннадия Семёновича является супруга Римма Владимировна. Для дочери, внуков и правнуков Геннадий — настоящий образец для подражания. Дочь занимается йогой, старшая внучка — фитнесом, правнучка танцует в балете Аллы Духовой, правнук — футболист. А ещё Геннадий Семёнович обожает трудиться на любимой даче, занимается там строительными работами, гордится хорошими урожаями на огороде. Рекордсмен мира признался, что он совершенно простой человек.

Молодому поколению Геннадий Ли желает вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой и спортом, больше бывать на свежем воздухе, уважать родителей и любить Родину. А мы желаем Геннадию Семёновичу здоровья и спортивного долголетия!

ВЛАДИСЛАВА ГУСАРОВА
ФОТО: АРХИВ ГЕННАДИЯ ЛИ

ПОРТРЕТ

Татьяна Лапсакова занимается подготовкой гимнасток в Кировском районе Ленобласти. Тренер высшей категории и судья международного класса. В этом году за заслуги в области физической культуры и спорта, а также многолетнюю добросовестную работу Президент РФ Владимир Путин присвоил ей почётное звание «Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации».



Вице-президент региональной общественной организации «Федерация художественной гимнастики Ленинградской области», старший тренер отделения художественной гимнастики Кировской спортивной школы, главный тренер сборной команды Ленинградской области, почётный работник образования Российской Федерации, отличник физической культуры и спорта Российской Федерации — вот далеко не весь список её регалий.

Татьяна Лапсакова родом из Пензы. В Кировскую спортшколу устроилась тренером в 1985 году, сразу после окончания института. С 1993 года — главный тренер сборной команды Ленинградской области по художественной гимнастике. По результатам спортивной и педагогической карьеры в 2012 году награждена почётным знаком «За заслуги в развитии физической культуры и спорта».

Под руководством Татьяны Лапсаковой ленинградская сборная на протяжении последних трёх десятилетий регулярно завоёвывает призовые места на чемпионатах и соревнованиях Северо-Западного федерального округа России, представляет 47-й регион на всероссийских и международных турнирах. Её стараниями в большой спорт выпущено более 30 мастеров спорта, 2 мастера спорта международного класса и 3 представителя сборной команды России.

Татьяна Анатольевна активно поддерживает командный подход в работе, объединив вокруг себя группу единомышленников, в которую входят свыше десяти тренеров, хореографов и аккомпаниаторов. Благодаря её методам и стратегиям отделение художественной гимнастики Кировской спортшколы сохраняет прочные позиции на спортивном олимпе. И, как говорит «мама ленинград-

МАМА ЛЕНИНГРАДСКИХ ГИМНАСТОК

ТРЕНЕР ТАТЬЯНА ЛАПСАКОВА ИЗ КИРОВСКОГО РАЙОНА ВОСПИТАЛА НЕ ОДНО ПОКОЛЕНИЕ ГИМНАСТОК

ских гимнасток», в этом заслуга каждого члена большой семьи.

— Любый вид спорта имеет свои плюсы и минусы. Так и в художественной гимнастике. С одной стороны — зрелищность, красота, грация, а с другой — изнурительные тренировки, диета и режим дня. Я всегда говорю: хотите — ешьте всё, что душа пожелает. Но если начинаешь поправляться — уйди в сторону, дай дорогу тем, кто в силах сдержаться, — отмечает тренер.

Татьяна Анатольевна отличается трудолюбием, принципиальностью и стремлением к высоким стандартам как в отношении себя, так и по отношению к окружающим. Она активно занимается саморазвитием и постоянно работает над улучшением своих навыков. Того же ожидает от своих учениц, придавая особое значение воспитательному процессу и патристическому направлению своей работы.



— Необходимо работать над собой, и всё получится. Зачастую так бывает, что гимнастка с хорошими физическими данными с лёгкостью выполняет все элементы и встаёт на пьедестал не благодаря своему упорству и труду, а в силу природных данных. Ей легко всё даётся, психика свободная, от старта к старту она растёт как спортсменка. А та, которая тяжело тянется, льёт слёзы, но стоит на своём до конца, за счёт этих трудностей — становится крепче. И поверьте, победа для неё намного слаще! — добавляет Татьяна Анатольевна.

Главный тренер Ленобласти по гимнастике уверена, главное качество спортсмена — целеустремлённость. Без неё — результата не жди.

— С тихим, скромным, застенчивым человеком, как правило, ничего и не происходит. Победитель — это всегда лидер! Если внутри есть стержень, то он сделает всё, чтобы стать первым. Скажу больше — зачастую понятия тщеславия и подлость соседствуют. Так было и так будет всегда. Особенно это касается состоявшихся спортсменов, успешных личностей. Мы объясняем своим девочкам, что надо быть готовыми ко всему.

ЮЛИЯ ТЕТАРСКАЯ
ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ
ТАТЬЯНЫ ЛАПСАКОВОЙ



18 и 19 ноября проводился муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре. (18 ноября — 7–8 классы, 19 ноября — 9–11 классы).

Среди 7–8 классов:

Среди юношей: 1 место занял Лупов Иван (СОШ № 9 имени В. И. Некрасова, 8 класс).

Среди девушек: 1 место заняла Комарова Ксения (гимназия № 5, 8 класс).

Среди 9–11 классов:

Среди юношей: 1 место — Сухов Константин (гимназия № 5, 9 класс).

Среди девушек: 1 место — Морозова Варвара (СОШ № 2 имени Героя РФ А. В. Воскресенского, 10 класс).

С 24 ноября по 03 декабря воспитанники ДЮСШ принимают участие в Первенстве Северо-Западного федерального округа по шахматам в г. Санкт-Петербурге.

24 ноября на платформе lichess.org прошел первый этап лично-командного Первенства Ленинградской области по онлайн-шахматам среди мальчиков и девочек 2010 года рождения и младше, в котором приняло участие 82 юных шахматиста, из них — 10 обучающихся отделения шахмат МБОУ ДО «ДЮСШ».

Победителями соревнований стали:

Павлова Анна — среди девочек 2012 года рождения и младше.

Мальчики Мельничук Мирослав — среди мальчиков 2014 года рождения и младше.

(Тренеры: Соколова Н. В., Жданович Г. Г.)

ДЮСШ

С 25 ноября по 3 декабря воспитанницы ДЮСШ принимают участие во Всероссийских соревнованиях «Небесная Грация» среди команд-партнеров по художественной гимнастике в г. Сочи.

С 26 по 27 ноября воспитанницы ДЮСШ принимали участие во Всероссийских соревнованиях по художественной гимнастике «Феникс» в г. Орел.

С 28 по 29 ноября воспитанницы ДЮСШ принимали участие во Всероссийских соревнованиях по художественной гимнастике «На призы двукратной олимпийской чемпионки Елены Посевиной» в г. Тула.

С 2 по 3 декабря воспитанницы ДЮСШ принимают участие во Всероссийских соревнованиях по художественной гимнастике «На призы заслуженного работника физической культуры Риммы Фроловой» в п. Жаворонки Московской области.

4 декабря команды МБОУ «СОШ № 3» и МБОУ «СОШ № 6» принимают участие в финальных соревнованиях по ОФП среди школ первой и второй групп областной спартакиады школьников в г. Кириши.

7–8 декабря в игровом зале ДЮСШ (улица Космонавтов, 21) пройдут муниципальные спортивные соревнования по художественной гимнастике «Снежинка». Начало в 10.00.

ШОТОКАН КАРАТЭ



В первый день Зимы девять наших каратистов приняли участие в дружеском турнире клуба «Дзэнсин» проходившем в Санкт-Петербурге.

Этот турнир интересен тем, что соревнования проходят по поясам спортсменов (белый, желтый, оранжевый, зеленый...) в двух категориях: кихон и ката. Он стал подготовкой и проверкой сил перед Чемпионатом и Первенством Ленинградской области, которые пройдут на следующей неделе в Отрадном.

Сосновоборские спортсмены показали хорошую технику в обеих дисциплинах и результаты таковы:

Евстафьев Кирилл — 1 место в гохон-кумите, 1 место в ката;
Станев Ростислав — 1 место в гохон-кумите, 2 место в ката;
Милохин Миша — 1 место ката, 2 место гохон-кумите;
Синицин Костя — 2 место в ката;
Авдюшин Саша — 3 место в гохон-кумите;
Авдюшин Дима — 3 место в гохон-кумите, 3 место в ката;
Янголенко Анатолий — 2 место в ката.

Наши девочки тоже не подкачали:

Прокопенко Арина сразу два первых места в ката и гохон-кумите;
Коваль Марианна — два вторых места в ката и гохон-кумите.

Станев Ростислав, Авдюшин Саша и Милохин Миша выступили в командном ката с бункаем (выполнение ката с разбором боевых приемов) и заняли 2 место.

Судейский корпус был представлен квалифицированными судьями из г. Сосновый Бор в составе: Новикова Ирина, Тир Сергей, Тир Яна, Коротин Олег.

ПРОБЕЖКА ДЛЯ ВСЕХ



С этого воскресенья мы начали ерью пробежек, которые будут проходить каждое воскресенье.

Сбор в 10:00 утра на площадке у начала велодорожки напротив памятника морякам-подводникам.

Мы обеспечим удобное место для хранения вещей и горячий чай после пробежки.

Пробежка будет проходить в любую погоду — каждый сможет найти себе компанию и пробежать любое количество километров. Палатка с чаем будет работать до 12:00.

Приглашаем всех желающих присоединиться к нам! Не упустите возможность зарядиться энергией и пообщаться с единомышленниками.

Будем рады видеть вас на старте!
#спорт_лаэс #бег



КОННЫЙ СПОРТ

23–24 ноября в КСК Комарово проходили региональные соревнования имени Яковлева по выездке и конкуру. Это серьезные старты с сильнейшим спортивным составом и судьями высшей категории.

Отстаивать честь нашего города в данных спортивных состязаниях поехали 13 воспитанников «Канди-клуба» из числа детей, студентов и молодежи и 6 их четвероногих партнеров, сформировав таким образом 28 спортивных пар по двум дисциплинам: выездка и конкур.

В тяжелой конкурентной борьбе спортивные пары под руководством тренеров школы получили отличные результаты, завоевав несколько первых, вторых, третьих и призовых мест.

Поздравляем спортсменов и тренеров!

https://vk.com/kandi_club



1 декабря, во Всероссийский день хоккея, в рамках реализации проекта «Атомная шайба», при поддержке Концерна Росэнергоатом, в загородном клубе «Репино-Ленинское» состоялся мастер-класс Мастера спорта России по хоккею, призера молодежного Чемпионата мира, Президента Федерации хоккея Ленинградской области Валерия Александровича Покровского с юными хоккеистами из города Сосновый Бор Ленинградской области.

Программа мастер-класса была разделена на два направления: ледовая и общефизическая подготовка. Участниками стали 70 юных хоккеистов и 5 тренеров, также в мастер-классе приняла участие Мастер спорта России по художественной гимнастике Альбина Мурадовна Мамаева.

В ходе мастер-класса Валерий Александрович поделился с ребятами основными принципа-

ми хоккейной техники и тактики, а также обучил различным приемам и упражнениям, которые помогут им улучшить свои навыки игры в хоккей.

Участники мастер-класса получили уникальную возможность не только перенять бесценный опыт и знания, но и зарядиться позитивной энергией и мотивацией для дальнейших тренировок и соревнований.

<https://vk.com/feed>



30.11–01.12.2024 состоялся лично-командный Чемпионат Сосновоборского городского округа по настольному теннису. Подробные итоги опубликованы на странице Дворца настольного тенниса г. Сосновый Бор по адресу <https://vk.com/club159970025>



ЖИМ ЛЕЖА



В СШ «Малахит» состоялся Открытый Чемпионат и Первенство Федерации WRPF по жиму лёжа с присвоением спортивного разряда «КМС» при поддержке:

— ООО «СМЗ» «Сосновоборский парк машиностроительный завод» (sbmz.ru)

- сеть канцелярских маркетов «SAVVA»

- сеть кофеен и ресторанов «Мой Сосновый Бор»

- авторазборка «North West Parts»

- тренажерный зал «Fitness Drive»

- фитнес клуб «МИРТ»

Первенство проводилось среди мужчин и женщин всех возрастных категорий в соответствии с техническими правилами «WRPF», а победителя определяли по формуле Уилкса.

Все участники проявили силу духа, упорство и показали высокие результаты.

Поздравляем победителей и призёров, а также благодарим всех спортсменов за участие. Увидимся на следующих соревнованиях города!

#сборжим2024
Вселенная силы /
Universe of power

ФУТБОЛ

Детский футбол в Сосновом Бору не потерялся на питерских полях. В Кубке Ленинградской области по футзалу наша команда выходит в плей-офф с первого места в группе.

Пожелаем удачи юным футболистам ФК Смена-ЛАЭС. Болеем за вас, парни! Вперед, Сосновый Бор!!!



КУБКИ С КОНКУРА

23–24 ноября в Санкт-Петербурге в самом крупном конно-спортивном комплексе Санкт-Петербурга «Дерби» прошли соревнования по конному спорту на Кубок Всеволожского района, организованные Федерацией конного спорта Ленинградской области.

В соревнованиях приняли участие сильнейшие спортсмены Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Сосновоборскую команду на конном турнире представляла ученица 9-й школы Мария Журба, ученица частной

школы Анна Михеева и Любовь Дербуш из 8-го лицея. Тренируются юные спортсмены и защищают честь города на профессиональной конной базе КСК «Эллегия» в Шепелево. Тренер Надежда Иванова.

Сосновоборские конкурстки покорили Санкт-Петербург.

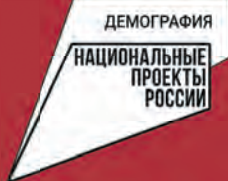
Итоги соревнований: первые места на высотах 110 см и 115 см забрали сосновоборцы! Анна Михеева и Мария Журба показали мастерство и увезли кубки в Сосновый Бор. Пополнила свою призовую коллекцию Мария Журба: 120 см — 2 место.

Сосновоборские спортсменки весь летний и осенний сезон показывали свои спортивные навыки на больших площадках Санкт-Петербурга, завоевали Кубки Гатчинского, Ломоносовского района. Поднялись в рейтинге сильнейших спортсменов-конкурристов России, представляя наш город на профессиональном уровне.



ОБРАЗ ЖИЗНИ — ЗДОРОВЫЙ!

здоровоепитание.рф
rosпотреbnadzor.ru



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

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

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

Пользу этих плодов переоценить сложно: в них много витамина С, который укрепляет иммунную систему, защищает организм от вирусов и бактерий, ускоряет заживление ран и выполняет много других функций. Цитрусовые богаты и витаминами группы В, необходимыми для поддержания здоровья нервной системы и головного мозга. В плодах также много пектинов — растворимой клетчатки, полезной для пищеварения.

Не забывайте о наших традиционных яблоках — в декабре на первый план выступают зимние сорта яблок, например «антоновка», «пепин шафранный», «бабушкино» и другие. Продолжается сезон хурмы, гранатов, киви, груш, айвы.

Не забывайте про авокадо — чрезвычайно полезный продукт. Он богат олеиновой кислотой, содержит омега-3 и омега-6 кислоты, насыщенные жиры, калий, витамины К и В9, много клетчатки; прекрасно утоляет голод и способствует снижению веса. Авокадо сочетается с самыми разными блюдами: рыбой, салатом, яйцами.

Еще один невероятно ценный экзотический фрукт, который стоит включить в рацион, — манго. В нем много витаминов С, А, Е, витаминов группы В и высокое содержание клетчатки. Благодаря составу манго укрепляет иммунитет, благотворно влияет на состояние кожи и волос, улучшает зрение и снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. А еще во фрукте есть эндорфины, они улучшают настроение и память. Очень вкусно сушеное манго, но тем, кто следит за весом, следует помнить, что некоторые производители посыпают кусочки сахарной пудрой или вымачивают в сахарном сиропе, чтобы сделать их более сладкими. Поэтому при покупке нужно внимательно читать состав продукта.

Старайтесь по максимуму разнообразить свой рацион, выбирайте качественные фрукты и овощи, и вы встретите новый год здоровыми и полными сил.

Началась календарная зима — какие продукты помогут поддержать организм.

Наступил декабрь — прекрасная пора подготовки к праздникам. Новый год и Рождество уже не за горами. Однако это также и время холодов и нехватки солнечного света, поэтому сейчас организм особенно нуждается в витаминах, полезных микро- и макроэлементах.

Зимой рацион должен быть максимально разнообразным: в него обязательно должны входить и мясо, и рыба, и молочные продукты, и домашние разносолы. Сейчас хорошо тем, кто успел осенью наделать заготовок: насушить и заморозить летних овощей и фруктов, сварить варенья и соусы, засолить огурцы, помидоры, перцы и другие овощи. Самое время выставлять эти лакомства на стол.

И конечно, нельзя забывать про свежие овощи, фрукты и зелень — главные источники полезных элементов. Благо, сейчас в продаже много продуктов растительного происхождения, способных поддержать здоровье. Например, капуста разных видов присутствует в магазинах и на рынках круглый год: белокочанная, краснокочанная, цвет-



СЕЗОННОЕ ПИТАНИЕ ДЕКАБРЯ

ная, брюссельская. На последнюю стоит обратить особое внимание — урожай некоторых популярных сортов собирают как раз в ноябре и декабре, так что кочаны будут свежими. Даже если вы купите замороженную брюссельскую капусту, скорее всего, ее собрали недавно.

Конечно, зимний рацион не обойдется без наших традиционных овощей: картофеля, моркови, свеклы, репчатого

лука, репы и тыквы. Разнообразить блюда можно цикорием, сельдереем, салатом. А если захочется заменить чем-то интересным картофель — есть пастернак и топинамбур.

Что касается фруктов, в декабре на пике популярности цитрусовые: апельсины, мандарины, грейпфруты, лимоны, помело, лаймы, свити. Все они в это время года свежие, сочные и ароматные.

ТРИ Р ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ: РЕДИС, РЕДЬКА, РЕПА

Корнеплоды помогают поддерживать здоровье в период авитаминозов и простуд.

РЕДИС

Корнеплод в основном состоит из воды и пищевых волокон. Волокна служат пищей для полезных бактерий кишечника, помогают пищеварению. Это делает редис диетическим продуктом — всего 16 ккал на 100 г, поэтому его можно есть практически без ограничений.

В овоще, увы, не слишком много витаминов и минералов. Исключение составляют витамин С, витамины группы В и калий. Также в редисе есть антиоксиданты, которые защищают клетки от окисления и старения. Они усиливают влияние витамина С на кровеносную систему. А он, в свою очередь, делает сосуды менее ломкими и разжижает кровь.

Редис может быть полезен не всем. При употреблении натощак он может вызвать вздутие

живота. Худеющим же следует знать, что корнеплод повышает аппетит. В нем содержатся вещества, которые раздражают стенки желудка. По этой причине редис не следует употреблять при обострении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатите, желчнокаменной болезни.

РЕДЬКА

Редька, так же как и редис, состоит из воды и клетчатки. Особый вкус ей придают эфирные масла и гликозиды. Эти вещества обладают антибактериальными свойствами. Поэтому корнеплод незаменим при сезонных простудах. Редька — отличная витаминная поддержка организма. Также она поможет восполнить недостаток калия, натрия, магния, кальция и железа.

Как диетический продукт редька весьма эффективна. Несмотря на малое количество калорий (35 ккал на 100 г), редька вызывает чувство сытости, потому что когда клетчатка попадает в желудочно-кишечный тракт, она разбухает. Правда, в свежем виде на голодный желудок редька скорее разожжет аппетит, потому что содержит едкий сок. Поэтому ее лучше есть вместе с другими продуктами и в середине приема пищи. Салат из зеленой редьки с огурцом (со сметаной или подсолнечным маслом) получается свежим, сочным и не слишком острым.

РЕПА

Этот низкокалорийный овощ (32 ккал на 100 г) содержит легко усваиваемые полисахариды, а также клетчатку. Это



делает его хорошим диетическим блюдом, полезным для кишечника. Витаминов в репе много — больше всего в ней витамина С, витаминов группы В и провитамина А.

В корнеплоде высоко содержание микроэлементов: медь, железо, марганец, цинк, йод и другие. По содержанию серы репа на первом месте среди других овощей, а фосфора содержится больше, чем в редисе и редьке.

Репка обладает противогрибковыми и антибактериальными свойствами. В ней присутствует растительный антибиотик, задерживающий рост некоторых гриб-

ков, а также лизоцим — вещество с антимикробной активностью. Высокое содержание клетчатки делает корнеплод очень ценным для пищеварительной системы — она нормализует перистальтику.

Но с репой тоже нужно быть осторожным. В сыром виде она противопоказана людям с воспалительными заболеваниями ЖКТ, печени и почек. При чрезмерном употреблении сырого овоща может спровоцировать газообразование и вздутие живота. Кормящим мамам есть репу также не рекомендуется, чтобы не вызвать аллергическую реакцию у ребенка.

Смотрите телеканал «ТЕРА-СТУДИЯ»

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



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

- в ВКонтakte 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»



Подключение дома
многолетней семьи Кравцовых к газу



«Всероссийский день самбо»
в Сосновом Бору



«Что? Где? Когда?»

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

ЛЕНТВ 24

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

9 ДЕКАБРЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

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 «Метод Фрейда» Сериал. Детектив. Россия. 2012 г. (16+)

11:15 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

12:05, 13:15 «Черная вдова» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2021 г. (16+)

14:10 «Научные сенсации» Док. цикл. Россия. 2019–21 гг. (12+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Удиви меня» Трэвел-шоу. Россия. 2019–21 гг. (12+)

18:05 «Порочная связь» Документальная драма. Россия. 2017 г. (16+)

19:15 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:35, 02:40 «Розыскник» Мини-сериал. Боевик. Россия. 2013 г. (16+)

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

21:10 «Бриллиантовое сердце» Мелодрама. Россия. 2021 г. (16+)

23:40 «Наш отец» Драма. Италия. 2020 г. (16+)

01:45 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

02:40 «Авантюристы» Приключения. Россия. 2014 г. (16+) (с субтитрами)

04:15 «Банкиры» Драма. Швейцария, Франция, Аргентина. 2021 г. (16+)

11 ДЕКАБРЯ, 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 «Метод Фрейда 2» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)

11:15 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

12:05, 13:15 «Призрак в кривом зеркале» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2015 г. (16+)

14:10 «Научные сенсации» Док. цикл. Россия. 2019–21 гг. (12+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Удиви меня» Трэвел-шоу. Россия. 2019–21 гг. (12+)

18:05 «Порочная связь» Документальная драма. Россия. 2017 г. (16+)

19:15 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:35 «Розыскник» Мини-сериал. Боевик. Россия. 2013 г. (16+)

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

21:10 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

23:40 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

01:30 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

10 ДЕКАБРЯ, 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 «Метод Фрейда 2» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)

11:15 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

12:05, 13:15 «Черная вдова» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2021 г. (16+)

14:10 «Научные сенсации» Док. цикл. Россия. 2019–21 гг. (12+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Удиви меня» Трэвел-шоу. Россия. 2019–21 гг. (12+)

18:05 «Порочная связь» Документальная драма. Россия. 2017 г. (16+)

19:15 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:35 «Розыскник» Мини-сериал. Боевик. Россия. 2013 г. (16+)

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

21:10 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

23:40 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

01:30 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Удиви меня» Трэвел-шоу. Россия. 2019–21 гг. (12+)

18:05 «Порочная связь» Документальная драма. Россия. 2017 г. (16+)

19:15 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:35, 02:40 «Розыскник» Мини-сериал. Боевик. Россия. 2013 г. (16+)

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

21:10 «Бриллиантовое сердце» Мелодрама. Россия. 2021 г. (16+)

23:40 «Наш отец» Драма. Италия. 2020 г. (16+)

01:45 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

02:40 «Авантюристы» Приключения. Россия. 2014 г. (16+) (с субтитрами)

04:15 «Банкиры» Драма. Швейцария, Франция, Аргентина. 2021 г. (16+)

12 ДЕКАБРЯ, 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 «Метод Фрейда 2» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)

11:15 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

12:05, 13:15 «Призрак в кривом зеркале» Мини-сериал. Детектив. Россия. 2015 г. (16+)

14:10 «Научные сенсации» Док. цикл. Россия. 2019–21 гг. (12+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Удиви меня» Трэвел-шоу. Россия. 2019–21 гг. (12+)

18:05 «Порочная связь» Документальная драма. Россия. 2017 г. (16+)

19:15 «Точки роста» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:35 «Розыскник» Мини-сериал. Боевик. Россия. 2013 г. (16+)

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

21:10 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

23:40 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

01:30 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

Инф. программа. Прямой эфир (12+)

21:10 «Банкиры» Драма. Швейцария, Франция, Аргентина. 2021 г. (16+)

23:40 «Авантюристы» Приключения. Россия. 2014 г. (16+) (с субтитрами)

01:15 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

02:40 «Бриллиантовое сердце» Мелодрама. Россия. 2021 г. (16+)

04:25 «Одуванчик» Мелодрама. Россия. 2011 г. (16+)

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

13 ДЕКАБРЯ, 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 «Метод Фрейда 2» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)

11:15, 13:15 «Семейное дело» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2018 г. (16+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Одуванчик» Мелодрама. Россия. 2011 г. (16+)

19:15 «Государственная грамота. Наука» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:30 «Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

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

21:10 «Королевы ринга» Комедия. Франция. 2013 г. (16+)

23:40 «Рада Рай. Все скажет музыка за нас». 2 часть Концерт. Россия 2019 г. (16+)

01:10 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

02:40 «Звездочка» Драма. Россия. 2022 г. (16+) (с субтитрами)

05:00 «Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

14 ДЕКАБРЯ, СУББОТА

06:00 «Конные забавы» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

06:30 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2021–22 гг. (12+) (с субтитрами)

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

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

09:00 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

09:25 «Гала концерт IX Международного фестиваля народной песни Добровиление Донбассу» Россия. 2024 г. (12+)

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

11:15, 02:55 «Императорская кухня» Сериал. Драма. Китай. 2022 г. (16+)

13:00 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

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 «Метод Фрейда 2» Сериал. Детектив. Россия. 2014 г. (16+)

11:15, 13:15 «Семейное дело» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2018 г. (16+)

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

15:35 «Рассекреченная история» Док. цикл. Россия. 2018–2023 гг. (16+)

16:05 «Россия XXI век» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)

16:30 «Моя любовь — Россия!» Док. цикл. Россия. 2018–22 гг. (12+)

17:15 «Одуванчик» Мелодрама. Россия. 2011 г. (16+)

19:15 «Государственная грамота. Наука» Док. цикл. Россия. 2023–24 гг. (12+) (с субтитрами)

19:30 «Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

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

21:10 «Королевы ринга» Комедия. Франция. 2013 г. (16+)

23:40 «Рада Рай. Все скажет музыка за нас». 2 часть Концерт. Россия 2019 г. (16+)

01:10 «Тайна на карте» Док. цикл. Россия. 2022 г. (16+)

02:40 «Звездочка» Драма. Россия. 2022 г. (16+) (с субтитрами)

05:00 «Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

15 ДЕКАБРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

06:00 «Конные забавы» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

06:30 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2021–22 гг. (12+) (с субтитрами)

07:00 Программа мультфильмов (6+)

07:20 «Смелые люди» Военный фильм. СССР.1950 г. (16+)

09:00 «Гала концерт IX Международного фестиваля народной песни Добровиление» Россия. 2024 г. (12+)

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

11:15 «Императорская кухня» Сериал. Драма. Китай. 2022 г. (16+)

12:55 «Талисман» Комедия. Россия. 2021 г. (16+)

14:20 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

15:15 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» (окончание) Биография, драма. Режиссер: Нильс Тавернье. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

16:40 «Звездочка» Драма. Россия. 2022 г. (16+) (с субтитрами)

19:15 «Гостиница «Россия» Сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

21:00 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

23:00 «Королевы ринга» Комедия. Франция. 2013 г. (16+)

00:40 «Гала концерт IX Международного фестиваля народной песни Добровиление» Россия. 2024 г. (12+)

02:30 «Гостиница «Россия» Сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

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

Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

15:15 «Блиндаж» Мини-сериал. Военная драма. Россия. 2012 г. (16+)

19:15 «Гостиница «Россия» Сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

21:05 «Цивилизация» Россия: Аналитическая программа. Россия. 2024 г. (12+)

21:35 «Смелые люди» Военный фильм. СССР.1950 г. (16+)

23:15 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

01:00 «Талисман» Комедия. Россия. 2021 г. (16+)

02:40 «Забывтое ремесло» Док. цикл. Россия. 2019–20 гг. (12+)

15 ДЕКАБРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

06:00 «Конные забавы» Док. цикл. Россия. 2016 г. (12+)

06:30 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2021–22 гг. (12+) (с субтитрами)

07:00 Программа мультфильмов (6+)

07:20 «Смелые люди» Военный фильм. СССР.1950 г. (16+)

09:00 «Гала концерт IX Международного фестиваля народной песни Добровиление» Россия. 2024 г. (12+)

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

11:15 «Императорская кухня» Сериал. Драма. Китай. 2022 г. (16+)

12:55 «Талисман» Комедия. Россия. 2021 г. (16+)

14:20 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» Биография. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

15:15 «Идеальный дворец Фердинанда Шевалье» (окончание) Биография, драма. Режиссер: Нильс Тавернье. Франция, Бельгия. 2018 г. (16+)

16:40 «Звездочка» Драма. Россия. 2022 г. (16+) (с субтитрами)

19:15 «Гостиница «Россия» Сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

21:00 «Гагарин. Первый в космосе» Драма. Россия. 2013 г. (16+) (с субтитрами)

23:00 «Королевы ринга» Комедия. Франция. 2013 г. (16+)

00:40 «Гала концерт IX Международного фестиваля народной песни Добровиление» Россия. 2024 г. (12+)

02:30 «Гостиница «Россия» Сериал. Детектив. Россия. 2016 г. (16+)

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

ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА



Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ «ЧЕРНОБЫЛЬ» РОССИИ

ОБЪЯВЛЕНИЕ

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

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

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

Правление Сосновоборской организации Союз «Чернобыль» России

Изготовление ШТАМПОВ и ПЕЧАТЕЙ

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

Здание городской администрации, вход со стороны школы искусств

2-62-36 • КСЕРОКС

ТРЕБУЕТСЯ ВИДЕООПЕРАТОР

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

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

(813 69) 2-92-36 или 2-62-36

Сувенирная продукция

магниты жетоны кружки
брелоки футболки тарелки

Здание городской администрации,
вход со стороны художественного музея

2-92-36 2-62-36

www.terastudio.com

ТОВАРЫ И УСЛУГИ

КУПЛЮ

Куплю ёлочные игрушки СССР, значки, статуэтки СССР и другие предметы старины.
Тел: 8-911-949-98-66

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

Куплю 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)

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)

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

АКЦИЯ СУДЕБНЫХ ПРИСТАВОВ

УЗНАЙ О СВОИХ ДОЛГАХ

По традиции, в преддверии новогодних праздников, судебные приставы Ленинградской области проводят акцию «Узнай о своих долгах».

Управление Федеральной службы судебных приставов по Ленинградской области

УЗНАЙ О СВОИХ ДОЛГАХ
на сайте
www.r47.fssp.gov.ru

Банк данных исполнительных производств

Оплати задолженность посредством портала Госуслуг или скачай и распечатай квитанцию для оплаты

Акция включает максимальную отработку исполнительных производств, проведение совместных рейдовых мероприятий, а также привлечение внимания граждан к необходимости контролировать наличие долгов и погашать их своевременно, с использованием электронных ведомственных ресурсов.

Сотрудники структурных подразделений УФССП России по Ленинградской области проведут информационные мероприятия в общественных местах и образовательных учреждениях: расскажут о возможности дистанционно получить достоверные сведения об исполнительных производствах путём использования официальных источников: сервиса «Банк данных исполнительных производств» на интернет-сайте ФССП России и личного кабинета на портале Госуслуг.

Особое внимание будет уделено информированию граждан о процедуре ограничения выезда должников за пределы Российской Федерации и о порядке снятия данного ограничения: государственная услуга «Ход снятия ограничения выезда из России» на портале Госуслуг доступна для пользователей в рамках суперсервиса «Цифровое исполнительное производство».

Сервис позволяет мгновенно получить сведения об ограничении выезда за пределы страны, которые отобразятся на главной странице личного кабинета. Помимо сведений об ограничении выезда за пределы страны расширенную информацию о принятых судебным приставом мерах можно получить в сервисе «Ход исполнительного производства». Ведомственные сервисы позволяют не только узнать об имеющихся задолженностях и ограничениях, но и принять меры по погашению долга.



Напомним, размер задолженности по судебным решениям, при которой может быть установлено ограничение выезда, составляет 30 тысяч рублей, за исключением некоторых категорий исполнительных производств, например, о взыскании алиментов или о возмещении морального вреда, причиненного преступлением. В таких случаях минимальный порог для вынесения ограничения составляет сумму в 10 тысяч рублей.

Необходимо также учитывать, если должником требования исполнительного документа не будут исполнены по истечении двух месяцев со дня окончания срока для добровольного исполнения, судебный пристав вправе ограничить должнику выезд из страны при сумме задолженности, превышающей 10 тысяч рублей.

В текущем году судебными приставами структурных подразделений УФССП России по Ленинградской области временное ограничение на выезд должников из Российской Федерации применялось в рамках порядка 164 тысяч исполнительных производств, в том числе в отношении должников по алиментам — в рамках более 6 тысяч производств.

Пресс-служба УФССП России по Ленинградской области

КУЛЬТУРНЫЙ ПЛАСТ

А во Дворце культуры — премьера! Театр танца «Эвридика» подготовил новый спектакль — «Муха-цокотуха».

Казалось бы, что нового можно извлечь из сказки, которую читали буквально все — и современные малыши, и их прабабушки и прадедушки? А вот можно. Потому что каждый режиссер видит в пьесе (ну, или в том, что стало основой для пьесы) что-то новое. Муха мечтала стать балериной — и стала, конечно. Хотя в жизни ее бывало всякое, в том числе и не очень приятное.

Поставили сказку Народный коллектив театр танца «Эвридика» и Детская

хореографическая студия «Гном» (да-да, место на сцене нашлось и самым-самым маленьким танцорам, которые только начинают свой путь в искусстве — «Пчелки» буквально покорили зал). Руководит коллективами Ирина Иванова, а хореографы — Юлия Шеховцова и Анастасия Иванова.

И было много радости, ярких красок, хорошей музыки. А кто не успел... Нет, он не опоздал, потому что спектакль повторят уже через несколько дней, так что следите за афишами.



С 1 января 2025 года вступают в силу новые правила регистрации домашних животных на территории Ленинградской области

(Постановление правительства Ленинградской области от 15.04.2024 № 242).

Управлением ветеринарии Ленинградской области разработаны информационные материалы по регистрации домашних животных.

ПОРЯДОК РЕГИСТРАЦИИ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ



СОБАКИ ПОДЛЕЖАТ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ РЕГИСТРАЦИИ, КОШКИ – ПО ЖЕЛАНИЮ ВЛАДЕЛЬЦА



ВЛАДЕЛЕЦ СОБАКИ ОБЯЗАН ПРЕДОСТАВИТЬ СОБАКУ ДЛЯ РЕГИСТРАЦИИ В ТЕЧЕНИЕ 30 ДНЕЙ С МОМЕНТА ДОСТИЖЕНИЯ ЕЮ ТРЕХМЕСЯЧНОГО ВОЗРАСТА.

Незарегистрированные собаки, возраст которых превышает три месяца, приобретенные после 1 января 2025 года, подлежат регистрации в течение 30 календарных дней после приобретения.



Регистрацию осуществляют только специалисты государственной ветеринарной службы.



Регистрация, снятие с регистрационного учета домашнего животного, внесение изменений в Реестр – процедура бесплатная.



Присутствие домашнего животного в учреждении при его регистрации является обязательным.



В паспорте животного будет обязательно проставлен номер учетной записи из Реестра.



В реестр будет вноситься номер чипа, который уже был ранее установлен, либо номер нового чипа. При этом чипирование осуществляется за счет владельца.



Альтернативный способ маркирования животных, для владельца бесплатный – это биометрическая идентификация. Проще говоря, идентификация по фотографии.



Приюты (питомники, зооволонтеры, заводчики) обязаны регистрировать всех животных.



Выписка из Реестра с регистрационной записью о регистрации, снятии с регистрационного учета домашнего животного либо о внесении изменений в Реестр отдается владельцу.



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

Зарплатная 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

