



ПРИХОДИТЕ
К НАМ
В КОНТАКТЕ



ТЕЛЕФОН/ФАКС:

2-62-36



2-92-36



8-921-584-87-25

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ



ПРЯМОЙ
ЭФИР ТВ
«ТЕРА-СТУДИЯ»



Город – это МЫ с ВАМИ!

ПРЕСС



Выходит еженедельно с 11 февраля 1994 г.

www.terastudio.com

12+

№3 [1707]

22 января 2026 г.



red-tera@yandex.ru



reklama-tera@yandex.ru

Какую
территорию
у нас нужно
благоустроить
следующей?

ВЫБИРАЕМ ВМЕСТЕ!

С 19 января по 19 февраля в Ленинградской области проходит региональное голосование по выбору общественных территорий, подлежащих благоустройству в 2027 году.

Участует более 340 потенциальных скверов, аллей, бульваров, площадей и набережных.

Принять участие может каждый житель Ленобласти старше 14 лет.

В Сосновом Бору на рейтинговое голосование представлены 4 территории:

- ул. Ленинградская, 6–18 (Малая Копорская крепость);
- ул. Космонавтов в окружении домов № 8, 10, 12;
- сквер напротив Гимназии 5
- ул. Сибирская вдоль домов № 8, 10, 12.

Голосуйте по ссылке: [xn-47-dlcma4bxbi.xn--plai/golosovani...](https://xn--47-dlcma4bxbi.xn--plai/golosovani...)

Регистрация на сайте займёт несколько минут.



**РАБОТАЕТ ЕДИНЫЙ
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ
ТЕЛЕГРАМ-ЧАТ МЕДИЦИНСКОЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ СЕМЕЙ
ВОИНОВ ОТЕЧЕСТВА
И УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ
ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ**

Чат работает в режиме «24/7», бесплатно, ежедневно и круглосуточно, включая выходные и праздничные дни.

Обратиться в чат анонимно может житель любого региона, независимо от часового пояса.

Организаторы проекта: Комитет семей воинов Отечества и Фонд «Социальная сфера» (команда федерального проекта «ЗдравКонтроль»).

Пресс-центр администрации
Сосновоборского городского округа

ОБЯЗАНЫ СНЕСТИ ПОСТРОЙКИ

Внимание!

Администрация Сосновоборского городского округа (администрация) уведомляет, что в соответствии с решением Арбитражного суда Санкт-Петербурга и Ленинградской области от 29 октября 2025 года по исковому требованию ПАО «Россети Ленэнерго» администрация обязана снести (демонтировать), находящиеся в охранной зоне воздушных линий электропередачи ВЛ 110 кВ Сосновоборская 3/4 и Сосновоборская-5 несанкционированно возведенные объекты, расположенные на земельном участке по адресу: г. Сосновый Бор, кадастровый номер земельного участка 47:15:0000000:25507.

Гражданам предлагается своими силами и за счет собственных средств в срок до 15 марта 2026 демонтировать и вывезти все возведенные объекты и имущество с данного земельного участка (заборы, теплицы, строения, колодцы).

По истечении указанного срока к работам по демонтажу всех незаконных построек приступит подрядная организация.

НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ

ПОДРАБОТАТЬ ПОСЛЕ УРОКОВ

Молодежный центр «Диалог» и отдел молодежной политики администрации начали принимать заявки от подростков на временное трудоустройство.

Ребята от четырнадцати до семнадцати лет смогут начать работать в марте, в свободное от учебы время. Для оформления понадобятся копии паспорта, СНИЛС, ИНН, реквизиты банковской карты «Мир», оформленной в Сбербанке, согласие на работу от родителей и медицинская справка.

Подробности об условиях труда и оплате можно узнать по телефонам (81369) 9–30–07 и (81369) 6–28–21.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ НА ЛЬДУ

Спасатели 72-й пожарно-спасательной части просят быть особенно осторожными на льду.

Они предупреждают: нельзя выходить одному на неокрепший лед, выезжать на лед на автомобиле, мотоцикле или внедорожнике. Не стоит испытывать судьбу и ходить по льду там, где поблизости находится сброс теплой воды. Следует избегать скопления людей на небольшом участке. Следите за тем, чтобы лунки для подледного лова не находились слишком близко друг к другу. Разумеется, не стоит выходить на лед в состоянии опьянения, а также проверять прочность льда ударами ног, палками или клюшками. Если все же группе нужно перейти водоем, идите на расстоянии

друг от друга, выньте руки из карманов, а рюкзак несите так, чтобы его можно было быстро снять.

КУДА СДАТЬ ЕЛОЧКУ?

В Ленинградской области проходит традиционная акция «Елки, палки и щепы» по сбору и переработке новогодних хвойных деревьев.

Деревья будут переработаны в щепу и использованы в качестве подстилки и прикормки для животных. Принимаются ели, сосны и пихты, как зеленые, так и сухие, как целыми деревьями, так и ветками. Осыпавшиеся иголки можно сдать отдельно. Главное требование: все деревья и ветки должны быть очищены от мишуры, блесков, игрушек и не должны быть обработаны искусственным снегом.

Адреса пунктов приема и подробности проведения размещены на сайте акции: clck.ru/3FeEuk

СХЕМУ ТЕПЛОСНАБЖЕНИЯ ПЕРЕСМОТРЯТ

Контракт на 370 тысяч рублей по итогам конкурса заключен с компанией «Сибэнергосбережение 2030» — по нему в Сосновом Бору обновят схему теплоснабжения.

Документация будет подготовлена к 10 апреля. В пакет документов входят собственно схема, рассчитанная на ближайшие шесть лет, ее электронная модель, а также обоснование.

Подрядчик должен провести анализ ситуации с теплоснабжением в городе и учесть планы застройки

Соснового Бора, предложить варианты развития теплосетей и практические решения по их строительству и модернизации. Актуальная схема теплоснабжения должна согласовываться с планами развития других коммуникаций — сетями водо-, газо- и электроснабжения.

ДВА ПОЖАРА ЗА ОДИН ДЕНЬ

На прошлой неделе в Сосновом Бору горел дом — пожар на Пограничной улице случился 13 января около полудня.

В результате пожара выгорело помещение площадью 30 кв. м на первом этаже двухэтажного частного дома. Пострадавших нет, причины выясняет отдел надзорной деятельности.

В тот же день вечером поступило сообщение о пожаре в СНТ «Красногорские покосы» Ломоносовского района. В результате пожара полностью сгорел двухэтажный бревенчатый частный дом размером 6х6 метров. Погибших, пострадавших нет.

ЭПИДПОРОГИ НЕ ПРЕВЫШЕНЫ

Дмитрий Ткаченко доложил: по итогам недели пороги эпидемического благополучия по ОРЗ-ОРВИ в Сосновом Бору не превышены.

Государственный санитарный врач города уточнил, что всего по с признаками простуд и вирусных инфекций к врачам обратились 653 сосновоборца, в том числе 239 де-

тей. Случаев новой коронавирусной инфекции не зарегистрировано. Гриппом заболели четыре человека — возбудителем является сезонный вирус А. 13 человек лечатся от внебольничной пневмонии, в том числе четверо детей.

Медики зарегистрировали 19 случаев острой кишечной инфекции, все у детей. Очагов в детских учреждениях не выявлено. В нескольких случаях возбудителем стал ротавирус. У двоих пациентов выявлен энтеробиоз, один человек заболел скарлатиной, 40 (в том числе 37 детей) — ветрянкой.

Одного человека покусала бродячая собака.

НЕМНОГО МЕДИЦИНСКОЙ СТАТИСТИКИ

По данным на утро понедельника, в стационаре медсанчасти находился 261 пациент. За неделю госпитализировано 240 человек.

Хирурги сделали 20 операций, 5 из них — плановые. С травмами в приемный покой, детскую и взрослую поликлиники обратились 145 человек. «Скорая помощь» выезжала на вызовы 317 раз. Лечиться в другие клиники отправились 13 пациентов, 6 из них — по маршрутизации и 7 — в порядке перевода.

Во взрослую поликлинику пациенты обратились 9501 раз, в детскую — 3323 раза.

Всегда хорошая новость — в сосновоборском родильном доме появились на свет трое малышей. Обстановка там спокойная.

Трагическое происшествие в родильном доме в Новокузнецке, когда за несколько дней погибло девять новорожденных, вызвал тревогу многих. В понедельник на планерке в администрации начальнику ЦМСЧ-38 Павлу Рязанову задали вопрос, как обстоят дела в сосновоборском родильном отделении. Из ответа явствует, что в нашем городе в роддоме никаких инфекционных заболеваний нет. Роддом у нас маленький, в среднем появляется триста новорожденных в год. В таких условиях у персонала есть возможность полностью соблюдать все предписания, что и делается.

САМОЗАХВАТ ПРИДЕТСЯ ЛИКВИДИРОВАТЬ

Незаконные постройки в районе Ракопежей необходимо ликвидировать до 15 марта.

Этого требует ЛОЭСК, так как теплицы и сараи на огородных участках находятся в охранный зоне ЛЭП.

Как рассказал глава Сосновоборского городского округа Михаил Воронков, участки выделялись под огороды, и на них нельзя было не только строить что-то капитальное, но даже сажать кусты и деревья. Однако не все пользователи огородов это учли — под ЛЭП появились теплицы и домики, и есть люди, которые живут там постоянно. Постройки, как и сами участки, нигде не зарегистрированы.

Сотрудники администрации постарались встретиться с теми, у кого там огород, и убедить в том, что имущество следует забрать, а постройки — ликвидировать.



НА АТОМНЫХ СТРОЙКАХ

Студенческие строительные отряды приступили к работе в Сосновом Бору.

Славную традицию, сложившуюся еще в советское время, продолжает Холдинг «ТИТАН-2». В этом году на основных стройках холдинга работают более двухсот бойцов.

Для многих это не просто работа, а настоящая профессиональная школа под руководством опытных наставников. Больше всего студентов участвуют в Межрегиональном проекте «Мирный атом — ЛАЭС». Новые энергоблоки строят почти сто тридцать человек.

Тридцать три бойца работают в Северске, на строительстве комплекса «Брест-300», еще тридцать трудятся в Турции, на площадке атомной станции «Аккую», и столько же в Египте. Для будущих профессионалов в Холдинге «ТИТАН-2» разработаны программы развития, которые открывают отличные возможности для роста.



НАГРАДЫ ЗА НОВОГОДНИЕ ЗАТЕИ

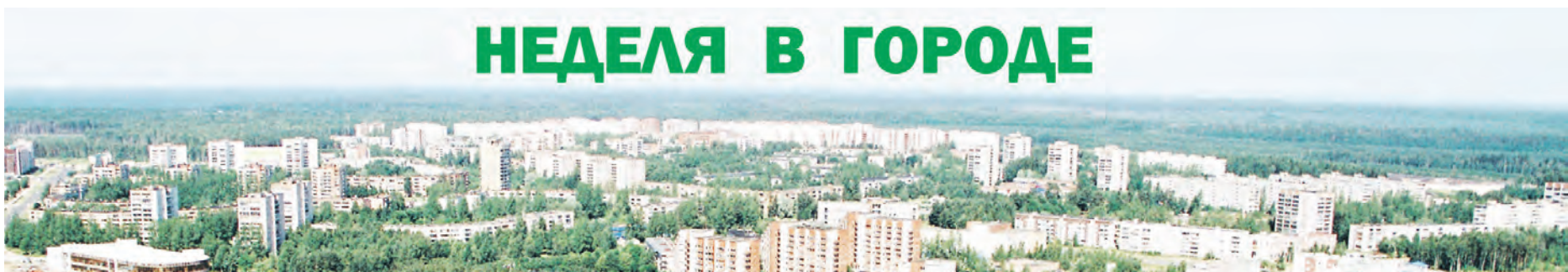
Ученики детского объединения «Лепка из полимерной глины» из Центра развития творчества стали победителями нескольких творческих конкурсов.

Павел Кузьмин стал победителем конкурса «Экологичная елка». А Светлана Девяткина получила диплом «За оригинальность художественного замысла» на городском конкурсе декоративно-прикладного творчества «Новогодние затеи». Она же была отмечена на Всероссийском конкурсе «Экологичная елка» и стала участницей международного конкурса «Новогоднее чудо».

Ребята вложили в свои работы душу, фантазию и мастерство — и это принесло свои плоды. Занимаются юные мастера у Анны Юшковой.



НЕДЕЛЯ В ГОРОДЕ



ЗИМНИЕ СКАЗКИ ЮНЫХ ХУДОЖНИКОВ

В первые же недели наступившего года воспитанники Центра развития творчества добились высоких результатов.

Амир Корзов стал победителем международного конкурса детско-юношеского творчества «Рождественская палитра». Амир представил работу «Домик Деда Мороза», которая покорила жюри своей атмосферой и мастерством исполнения. Андрей Дарзниец занял первое место на Всероссийском конкурсе детско-юношеского творчества «В ожидании новогодних чудес». Андрей впечатлил судей оригинальной работой — механическими часами — демонстрирующей не только художественный вкус, но и инженерную смекалку. Учатся ребята у Марины Москвиной.



РОЖДЕСТВЕНСКИЙ БАЛ

В Доме детского творчества состоялся Рождественский юнармейский бал.

К сосновоборским юнармейцам приехали гости из Мурино, Кудрово, Гатчины, Красного Бора. Участники познакомились с богатством историко-культурного наследия нашей Родины. Танцевальная программа была насыщенной и разнообразной: юнармейские отряды

представили яркие выступления, а гости погрузились в атмосферу светских салонов XIX века. Полонез, вальс, русский лирический, мазурка, па-де-грас, полька и зажигательный галоп под живую классическую музыку подарили море эмоций и впечатлений.

Педагог дополнительного образования Анна Мухина вместе с ребятами из детского объединения «САМ» раскрыли секреты этикета на балах, сделав вечер ещё интереснее и познавательнее. Педагоги ДДТ Ирина Лютова и Лидия Ведмецкая провели мастер-классы по изготовлению карнавальных масок и изучению таинственного языка веера.



ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО

В Центре развития творчества проходят форсайт-сессии «Профессии будущего. Картина мира 2030».

Это профориентационные мероприятия, где школьники вместе со своими наставниками выполняют увлекательные командные задания, проводят дискуссии о технологиях и трендах, осваивают практические инструменты для планирования карьеры.

Во время игры участники пытаются заглянуть в будущее развития таких сфер, как: образование, медицина, масс-медиа

и другие. Проекты ребят получили высокую оценку от экспертов — сотрудников Центра занятости населения — и отмечены дипломами.

Первое место на очередной сессии заняли команды школы № 9 имени В. И. Некрасова и школы № 6. На втором месте — лицей № 8 и школа № 6, на третьем — гимназия № 5. Организует мероприятия Ирина Спивакова.



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ОЛИМП

Педагоги ЦРТ стали лауреатами международного конкурса лучших практик по дополнительным общеобразовательным программам.

Конкурс «Образовательный Олимп 2025» организовал Московский государственный технологический университет «СТАНКИН».

Евгения Каширина стала лауреатом первой степени за программу «Зелёные пионеры». Ольга Ведерникова завоевала два диплома. Она стала лауреатом второй степени за программу «Психолог коммуникативный практикум „Креатив“» и третьей степени — за программу «ПозитивФак».

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕСС-ЦЕНТРА АДМИНИСТРАЦИИ

Уважаемые жители Ленинградской области!

Архивное управление Ленинградской области и Ленинградский областной государственный архив в г. Выборге приглашают к совместной работе по созданию фондов личного происхождения всех, чья судьба и деятельность тесно связаны с жизнью, развитием и достижениями Ленинградской области, а также тех, кто работал на благо России в разных ее уголках и сегодня проживает в нашем регионе.

Мы хотим вместе с вами сохранить документальную историю людей, которые трудились в разных отраслях экономики, создавая великую историю нашей Родины, запечатлеть роль, как известных, так и простых людей в этой работе, а также попытаться сохранить восприятие исторических событий и фактов глазами современников, сохранить историю трудовых династий и семей с традициями нашего региона.

Мы будем признательны за сотрудничество по сохранению документов и ждем отклика от:

- участников и очевидцев исторических событий в жизни общества, государства, Ленинградской области;
- представителей профессиональных династий.
- ветеранов войн и тружеников тыла, участников военных конфликтов;
- участников ликвидации последствий стихийных бедствий и техногенных катастроф;
- архитекторов, реставраторов;
- заслуженных и простых врачей и учителей;
- руководителей знаковых для отрасли или для региона предприятий;
- героев труда, ветеранов труда;
- реабилитированных лиц;
- почетных граждан;
- краеведов;
- писателей, деятелей культуры и искусства, представителей творческих профессий;
- ученых;

АРХИВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ПРИГЛАШАЕТ

АРХИВНАЯ СЛУЖБА ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

ПРИГЛАШАЕТ

к совместному созданию фондов личного происхождения всех, чья судьба и деятельность тесно связаны с жизнью и развитием Ленинградской области!

- ТВОРЧЕСКИЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ
- НАУЧНЫЕ РАБОТЫ
- ЛИЧНЫЕ ПИСЬМА
- ДНЕВНИКИ
- МЕМУАРЫ

ЗАПОЛНИТЕ АНКЕТУ ПО ФОРМЕ И НАПРАВЬТЕ НА ЭЛЕКТРОННЫЙ АДРЕС arh@lenreg.ru

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ И АНКЕТА ПО QR-KODY:



- фотографов-документалистов, занимающихся профессиональной фотосъемкой архитектурных и природных объектов, общественно-политических, культурных акций и мероприятий, известных людей;
- общественно-политических, общественно-экономических деятелей;
- известных представителей средств массовой информации;
- военных деятелей;
- известных спортсменов и тренеров;
- других лиц, в том числе не имеющих выдающихся заслуг;
- наследников (потомков) известных людей;
- жителей, имеющих иные родственные и дружеские связи с известными людьми.

В архив могут быть переданы мемуары, дневники, личные письма, научные работы, творческие произведения различных жанров и др.

Документы личного происхождения представляются на различных носителях, в разнообразных формах.

Это текстовые, изобразительные, аудиовизуальные (фото, видеодокументы).

При передаче документов архивы гарантируют:

- обеспечение физической сохранности документов, их государственного учета и научного описания;
- проведение, при необходимости, реставрации архивных документов;
- обеспечение с согласия фондодатчиков всестороннего исполь-

зования документов в архиве (наличие в архиве читального зала, возможность проведения выставок, телепередач, встреч с общественностью и др.).

Для рассмотрения вас в качестве фондодатчика просим вас заполнить анкету по форме и направить на электронный адрес — arh@lenreg.ru.

Форма анкеты размещена на официальном сайте Архивного управления Ленинградской области в разделе «Передать документы в архив».

Специалист Архивного управления Ленинградской области внимательно изучит вашу анкету и свяжется с вами для обсуждения условий передачи документов и заключения договора.

ЗА ЛЮБОВЬ И ВЕРНОСТЬ

С 1 февраля начинается приём документов для награждения медалью «За любовь и верность» в 2026 году.

Медалью «За любовь и верность» награждаются супружеские пары, прожившие в зарегистрированном браке 25 и более лет, показавшие пример крепости семейных устоев, взаимной любви и верности, сохранения традиционных семейных ценностей, добросовестного труда на благо Отечества, а также воспитавшие детей достойными членами общества.

Перечень документов:

- ходатайство с обоснованием к награждению медалью: история семьи, увлечения, сведения об участии супружеской пары и членов семьи в общественной деятельности, культурной, творческой, спортивной жизни;
- копии паспортов супругов;
- копия свидетельства о браке;
- копии грамот, благодарностей и других документов, полученных супругами и членами их семьи за достижения

в различных видах деятельности (не более 2–3 документов для каждого члена семьи);

- публикации в средствах массовой информации о семье (при наличии);
- цветная фотография супругов (в электронном виде или на бумажном носителе).

Выдвижение кандидатур супружеских пар для награждения медалью «За любовь и верность» может осуществляться предприятиями и организациями всех форм собственности, общественными организациями, супружескими парами, а также их родственниками.

Документы принимаются в отделе социальных программ администрации Сосновоборского городского округа (ул. Ленинградская, 46, каб. 256) с 1 февраля по 16 марта 2026 года.

Телефон для справок: 8(81369)6–27–95.



Поступившие комплекты документов будут рассмотрены межведомственной комиссией по реализации на территории муниципального образования Сосновоборский городской округ Ленинградской области региональной гендерной и семейной политики и направлены в Комитет по социальной защите населения Ленинградской области в количестве, согласно установленной квоте (3 кандидатуры от города).

ПАМЯТЬ

В ЯНВАРЕ 1944-ГО



Январь богат на памятные даты. 18 января 1943 года была прорвана блокада, 27 января 1944 — полностью снята. 19 января мы отмечаем День памяти защитников Ораниенбаумского плацдарма.

Если попробовать сформулировать совсем коротко, что же значил плацдарм размерами 65 на 25 километров в истории Великой Отечественной войны, получится совсем простая и судьбоносная фраза: он не дал врагу возможности взять Ленинград с моря.

Если бы плацдарм не выстоял — не удержались бы и укрепления Кронштадта, которые, несмотря на весь героизм защитников, устарели еще к началу Первой мировой войны. Но все получилось так, как получилось — вложенные в создание Ижорского укрепленного района силы и средства полностью себя оправдали. Плацдарм продержался два с половиной года, и именно отсюда началась операция «Январский гром», положившая конец блокаде Ленинграда. А деревня Керново вошла в историю как самая западная точка Советского Союза, которую фашисты так и не заняли. Войска, с легкостью форсировавшие Сену, Маас и Вислу, не сумели перейти Воронку, и это — объективный факт, а факты, как известно, самая упрямая вещь на свете.

До Ораниенбаумского плацдарма у официальной истории долгое время «не доходили руки». Плацдарм вообще до 60-х годов назывался иначе — Ораниенбаумским пятачком, Таменгонтской республикой, Лебяженской республикой. История порой совершает крутые повороты — и так уж получилось, что в послевоенные годы очень многие пострадали по печально знаменитому «Ленинградскому делу», и плацдарм вместе со своими защитниками тоже, как говорится, попали под раздачу.

Однако в деревнях, находившихся на территории «пятачка», изучение этой страницы истории началось сразу после войны и продолжается до насто-

ящего времени. Просто не было других вариантов. Леса — буквально завалены военными «артефактами», которые и по сей день представляют опасность. И безымянные могилы в тех лесах встречались тут и там — довольно часто находили их школьники, для которых походы в лес были делом самым что ни на есть обыденным. Были живы многие защитники плацдарма и родственники тех, кто погиб. Во всем этом надо было навести какой-то порядок — его и навели, без всяких громких слов об исторической памяти. Только-только зарождалось движение «красных следопытов» — оно возникло в Ленинграде, по инициативе редакции детской газеты «Ленинские искры».

Первый школьный музей на территории будущего Соснового Бора появился в Устье, в школе, которая находилась в полуразвалившемся ныне Доме Петрова, но вообще-то занимала несколько зданий. Потом он вместе с детьми и педагогами перекочевал в «старую» школу — ту самую, где сейчас Центр патриотического воспитания. Через несколько лет открыли первую новую — и музей переехал туда, и существует до сих пор — в отличие от подавляющего большинства школьных музеев, исчезнувших в 90-е.

В школе всегда находился учитель-энтузиаст, который вместе с детьми все это собирал и оформлял. В один прекрасный день в Сосновом Бору появилась Александра Ивановна Крутякова. Уроженка Кингисеппского района, она пошла на фронт добровольцем. За спиной уже были работа медсестрой в больнице имени Мечникова в Ленинграде и учительские курсы. Служила фельдшером 241 стрелковой дивизии, сражалась под Кингисеппом, затем на Ораниенбаумском плацдарме. По-

том были Невский пятачок, сражения под Брестом, Шауляем, Прагой — уже в качестве командира противотанковой батареи. Четыре ранения, возвращение в строй, Победа, работа в школе во Львове... В Сосновый Бор она переехала в 1969 году, и все последующие годы собирала информацию о защитниках Ораниенбаумского плацдарма. Она умела заинтересовать детей своими рассказами. «Красные следопыты» искали адреса родственников бойцов, похороненных на Устьинском мемориале — и находили, и писали письма, и с нетерпением ждали ответов. Каждый ответ был самым настоящим праздником — читали его все, и радовались всей школой. Следопытские отряды были во всех школах, как и школьные музеи. Создавали их действительно энтузиасты, такие как Анна Андреевна Сучкова, Ольга Андреевна Гречихина и многие другие.

Итогом богатой событиями жизни Александры Ивановны стала книга «Искры вечного огня» — в основу легли материалы о защитниках плацдарма, обработали их сосновоборские журналисты под руководством Олега Тарасова, оформил художник Владимир Антонов.

Примерно в те годы появился и Совет ветеранов войны и при нем секция ветеранов Ораниенбаумского плацдарма. Их было много, они часто собирались в Сосновом Бору — у нового памятника «Берег мужественных», открытого 28 октября 1967 года по инициативе жителей Смольнинского района Ленинграда и Ломоносовского района Ленинградской области. Бывали они и в школах, рассказывали о том, что и как происходило на плацдарме.

Огромная заслуга в сохранении исторической памяти принадлежит еще одному нашему земляку — Антону Антоновичу Фролю. Родился он в Царском Селе. На фронт тоже ушел добровольцем — в 1939 году, во время советско-финской войны. Добровольцем пошел и в Великую Отечественную — в народное ополчение. Пулеметчик, минер, связист — далеко не полный перечень его военных профессий. Сражался сначала на Лужском рубеже, а закончил войну в норвежском Киркинесе. Окончил мореходную школу, работал на Ручьевском рыбозаводе механиком, потом — в НИТИ. Его за-

интересовали окрестности молодого поселка. Очень уж много тайн хранили здешние леса. Тут и там попадались военные могилы. От когда-то красивых и богатых деревень — одни развалины. Война еще чувствовалась во всем. Он начал изучать историю и географию здешних мест — если можно так выразиться, на практике. Вместе с единомышленниками ходили в походы, ставили памятники на местах боев и воинских захоронений — в Верхних Лужках на месте последнего боя Героя Советского Союза Виктора Вересова и пулеметного расчета Бухтиярова, у железнодорожного моста через Воронку, в Средних Лужках... Восемь скромных мемориалов, не позволяющих забыть те события, что когда-то происходили в наших краях. То, что начинал когда-то Фроль, продолжают участники поискового движения — отряд «Сосновый Бор» работает и на Ораниенбаумском плацдарме, и в других местах, где шли кровопролитные бои.

Несмотря на то, что после Победы прошло уже больше восьмидесяти лет и в наших краях очень многое изменилось, не все военные тайны пока раскрыты. Не все имена известны, продолжаются поиски в архивах и на местности. Находки последних лет — яркое подтверждение тому, что главные открытия еще впереди. Два с половиной года назад открылся памятник в деревне Сюрье — там, где был когда-то 216 медсанбат. Работал он в тяжелейших условиях двойной блокады, продовольственные нормы были еще ниже, чем в Ленинграде — те самые «125 блокадных грамм» в первую военную зиму были на плацдарме недоступной роскошью. Инициатором установки памятника стал работник ЛАЭС и староста деревни Михаил Михалев. Местные жители идею поддержали. Поначалу поставили самодельную пирамидку, потом — обустроили мемориальный сквер.

Поиски в архивах продолжаются. Так, в 2024 году появились 10 имен на мемориале в Ракопехах. До этого там была надпись, что захоронены разведчик Михаил Андрианов и два его боевых товарища. Кстати, могилу эту в свое время нашли школьники из Ракопелей и Смолокурки. Новые имена появились благодаря членам Союза ветеранов Афганистана Михаилу Солодких и Илье Сикорскому. И даже родственники одного из бойцов нашлись.

Центром обороны Ораниенбаумского плацдарма были, конечно, наши форты — «Красная Горка» и «Серая Лошадь». По сути, границы «Таменгонтской республики» определялись тем, куда достают выстрелы из дальноточных орудий. Сейчас на «Красной Горке» — несколько музеев, рассказывающих о разных периодах жизни форта. В прошлом году здесь появился первый в регионе музей Малой дороги жизни — сети дорог, связывавших плацдарм с Большой Землей и с островами. Появился он (как, впрочем, и другие музеи на территории форта) благодаря Александру Ивановичу Сенотрусову и его единомышленникам.

А что еще хранят военные архивы? Не все они пока рассекречены — у каждого документа свой срок хранения и уровень секретности, но тайны постепенно открываются. И на поверхности оказывается даже то, что, казалось бы, исчезло навсегда.

Ирина ПОЛЯКОВА



ЛЕНИНГРАДСКАЯ
АЭС
РОСАТОМ

ЛИЦЕНЗИИ ПРОДЛЕННЫ

Ленинградская АЭС получила лицензии на продление срока эксплуатации энергоблока № 4 РБМК-1000 и наработку на нём изотопной продукции до 2030 года.

Оценка технического состояния энергоблока позволила экспертам сделать вывод о принципиальной возможности его эксплуатации до 50 лет.

Решение о выдаче лицензии на продление срока эксплуатации было принято после проведения представителями Ростехнадзора комплексного анализа и проверки состояния оборудования и документации энергоблока № 4 Ленинградской АЭС.

Вывод о принципиальной возможности его эксплуатации до 50 лет подтвердили проектные и научно-исследовательские организации АО «Атомэнергoproject», АО «НИКИЭТ» им. Н. А. Доллежалея, НИЦ «Курчатовский институт».

Также Ростехнадзор принял решение о выдаче лицензии на обращение с радиоактивными веществами при их производстве, транспортировании и хранении, то есть

на производство изотопной продукции на энергоблоке № 4 РБМК-1000 до 2030 года.

Ранее после проведенной модернизации срок эксплуатации четвертого энергоблока уже продлевали на 15 лет. Продление срока эксплуатации действующих энергоблоков — общемировая практика.

Продление срока эксплуатации позволит сохранить и повысить достигнутый уровень надежности энергосистемы России, минимизировать рост цен на электроэнергию для потребителей и сохранить безуглеродные источники энергии в энергобалансе Российской Федерации.

«Работы по продлению сроков эксплуатации действующих энергоблоков российских АЭС ведутся с 1998 года. Наши блоки — не исключение. Дополнительный период эксплуатации — это не только выработка электроэнергии.



Это и рабочие места, и продолжение наработки уникальной изотопной продукции, и планомерная работа по сооружению и вводу в эксплуатацию двух новых блоков ВВЭР-1200», — отметил директор Ленинградской АЭС Владимир Перегуда.

Канальные реакторы РБМК-1000 позволяют непосредственно в процессе производства электроэнергии и тепла осуществлять радиационную обработку материалов, а также получать дополнительную высокотехнологичную продукцию в виде общепромышленных и медицинских изотопов.

Эти изотопы широко применяются в промышленности, в том числе пищевой, а также в медицине, решении ряда экологических задач и многом другом.

В настоящее время Росэнергоатом обладает возможностями ритмичной наработки на энергетических реакторах Ленинградской АЭС: молибдена-99 (активационного), йода-125, йода-131, самария-153, лютеция-177, используемых при диагностике и лечении различных заболеваний.

По запросам российских и зарубежных производителей радиофармпрепаратов Росэ-

нергоатом производит и регулярно расширяет линейку производимых на энергетических реакторах медицинских радиоизотопов. Кроме того, генерирующая компания производит на энергетических ядерных реакторах около 30% мирового потребления стерилизационного кобальта-60.

Выполнение отраслевой программы по продлению срока эксплуатации позволит российским атомным станциям выйти на уровень лучших мировых показателей по выработке электроэнергии, повысить экономическую эффективность.

Ленинградская атомная станция обеспечивает более 55% потребления электроэнергии в Санкт-Петербурге и Ленинградской области

25 декабря 2025 года в 13:32 Ленинградская АЭС выработала годовое государственное плановое задание Федеральной антимонопольной службы (ФАС) на текущий год в объеме более 31 млрд. кВт-часов электроэнергии. Это сравнимо со среднегодовым потреблением электроэнергии всеми категориями потребителей северной столицы России — Санкт-Петербурга.

«Досрочное выполнение годового плана ФАС России по выработке электроэнергии — это результат слаженной работы всего коллектива Ленинградской атомной станции, л — подчеркнул директор Ленинградской АЭС Владимир Перегуда. — Мы не только обеспечили стабильное энергоснабжение Санкт-Петербурга и Ленинградской области, но и продемонстрировали эффективность работы наших энергоблоков. Это



ГОДОВОЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕН ДОСРОЧНО!

стало возможным благодаря качественной эксплуатации оборудования, своевременному проведению планово-предупредительных ремонтов и, конечно, высочайшему профессионализму наших специалистов. Особо хочу отметить, что план выполнен с безусловным приоритетом безопасности — все работы проводились в строгом соответствии с требованиями ядерной и радиационной безопасности. В следующем году мы продолжим работу в штатном режиме, обеспечивая бесперебойное снабжение потребителей чистой и безопасной электроэнергией».

В 2025 году Ленинградская АЭС совместно с Курской и Смоленской атомными станциями досрочно завершили еще одну ключевую производственную задачу — на 111% выполнили годовую план по производству и отгрузке кобальта-60. Он широко используется для стерилизации медицинских изделий и материалов, продления сроков хранения и обеззараживания пищевых продуктов, а также для модификации полимерных свойств материалов и решения экологических вопросов.

Материалы подготовлены Управлением информации и общественных связей Ленинградской АЭС

СЛУЖУ ОТЕЧЕСТВУ !

ПАМЯТНИК РОСГВАРДЕЙЦАМ-УЧАСТНИКАМ СВО ОТКРЫЛИ В ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



Командующий Северо-Западным округом Росгвардии Герой России генерал-полковник Сергей Бураков открыл скульптурную композицию, увековечивающую память военнослужащих, погибших в вооруженных конфликтах в разные годы.

Мемориал установлен на территории 33-й бригады оперативного назначения Северо-Западного округа Росгвардии и посвящен военнослужащим, погибшим в Великую Отечественную войну, в ходе боевых действий на Северном Кавказе и на СВО.

В церемонии приняли участие начальник Воен-

ной академии Росгвардии генерал-лейтенант Андрей Кийко, замкомандующего округом по военно-политической работе полковник Владимир Тихонов, вице-губернатор Ленинградской области по безопасности Ярослав Серов.

Ветераны, матери, вдовы погибших, командование округа и росгвардейцы возложили цветы и в знак скорби минутой молчания почтили память погибших. Затем родственники погибших поделились воспоминаниями о них.



ОФИЦИАЛЬНО

ВЫПЛАТЫ НА КАПРЕМОНТ

В соответствии с Областным законом от 13.10.2014 № 62-оз предоставляется единовременная денежная выплата на проведение капитального ремонта жилого дома (до 610000 руб. в зависимости от доли собственности) и единовременная выплата на проведение текущего ремонта квартиры (до 200000 руб. в зависимости от доли собственности), которая предусматривает заявительный характер.

Право на получение единовременной выплаты на проведение капитального ремонта жилых домов имеют следующие категории граждан:

1) ветераны Великой Отечественной войны и приравненные к ним лица;

2) члены семей погибших (умерших) участников специальной военной операции, а именно:

- родители (не лишённые родительских прав) погибшего (умершего) участника специальной военной операции;

- супруга (супруг) погибшего (умершего) участника специальной военной операции, не вступившая (не вступивший) в повторный брак;

- дети (пасынки и падчерицы) погибшего (умершего) участника специальной военной операции в возрасте до 18 лет;

- дети (пасынки и падчерицы) погибшего (умершего) участника специальной военной операции в возрасте от 18 до 23 лет, обучающиеся в образовательной организации по очной форме обучения, — до окончания ими такого обучения;

3) участники специальной военной операции, ставшие инвалидами вследствие ранения, контузии, увечья или заболевания, полученных при исполнении обязанностей военной службы (пункт введен 22.12.2025 г);

Право на получение единовременной выплаты на проведение текущего ремонта квартиры имеют следующие категории граждан:

1) инвалиды Великой Отечественной войны;

2) участники Великой Отечественной войны;

3) лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда».

Единовременная денежная выплата на проведение капитального ремонта жилого дома и текущего ремонта квартиры предоставляется вышеуказанным гражданам при соблюдении следующих условий:

1) жилые дома/квартира принадлежат на праве собственности, в том числе совместной или долевой собственности, гражданам;

2) граждане не менее пяти лет постоянно проживают в жилых домах/квартирах (за исключением



детей (пасынков и падчериц) погибшего (умершего) участника специальной военной операции в возрасте до 5 лет);

3) граждане не имеют на праве собственности или ином вещном праве иное жилое помещение, а также им не предоставлено по договору социального найма иное жилое помещение;

4) граждане ранее не обеспечивались жилыми помещениями за счет средств федерального бюджета и (или) областного бюджета Ленинградской области;

5) граждане не участвуют в государственных программах Российской Федерации, государственных программах Ленинградской области, муниципальных программах в целях реализации конституционных прав на жилище или улучшения жилищных условий.

Для информации о получении единовременной выплаты нужно обратиться в администрацию Сосновоборского городского округа (по тел. 8 (81369) 6–28–27, 8 (81369) 6–28–20, каб. № 319).

ЭХО СОБЫТИЯ

НА СТРАЖЕ МОРСКИХ ГЛУБИН

Научиться жить под водой люди мечтали, наверное, с того момента, как появилась первая лодка. Слишком уж заманчиво выглядели морские глубины. Но первые известные эксперименты начались примерно триста лет назад, а в боевых действиях на море субмарины начали участвовать и того позже.

Подводный флот России родился 120 лет назад, и именно этой дате посвящена выставка «Подводные стражи», которая 14 января открылась в Сосновоборском городском музее.

Первыми посетителями новой выставки стали моряки-подводники. Об экспозиции им рассказала научный сотрудник Сосновоборского городского музея Оксана Никитина. А в роли экскурсовода выступил начальник Учебного центра моряков-подводников, капитан I ранга Сергей Белобородов.

Начинался русский подводный флот с «Потаенного судна» Ефима Никонова — крепостного крестьянина, который предложил Петру Первому эту идею. Первые испытания были неудачными, сначала у лодки расколослось дно, потом, после починки, образовалась течь. В конце концов Никонов все же испытал свое судно, но Петр к тому времени умер, а потомки его не слишком жаловали сподвижников царя-реформатора. Тем не менее, именно Никонов доказал, что плавание под водой — в принципе возможно. Из чего строили? Из того, что было под рукой в эпоху парусного флота: металлических листов, досок, кожи.

Сто лет спустя свою лодку построил русский военный инженер, Карл Шильдер — и это тоже произошло в эпоху парусного и гребного флота, в 1834 году. И на этой подлодке никакого двигателя не было. А что было? Были гребцы. Тем не менее, лодка была способна продержаться под водой около трех часов, незаметно подойти к вражескому кораблю и поразить его миной, оснащенной электрическим взрывателем. В середине 60-х появились первые серийные субмарины — они тоже были гребными, небольшого водоизмещения, но их было уже пятьдесят. Через тридцать лет сделал свою лодку с пневматическим двигателем Иван Александровский — воздух подавался из двух сотен чугунных баллонов... — это был прорыв!

Днем же образования подводного флота России стало 19 марта 1906 года, когда двадцать лодок-миноносцев были выведены из состава минных подразделений. Строились подлодки и в других странах, их закупали и для российских военно-морских сил. А свои строили на



Сергей Белобородов

Адмиралтейских верфях и Балтийском заводе.

Прошлый век был чрезвычайно бурным. Русско-японская война, Первая мировая, революция, Великая Отечественная... Постоянно появлялись новые виды оружия. И если сравнить сегодняшний атомный подводный крейсер с лодкой времен русско-японской войны — это, как говорится, две не просто большие разницы, а примерно как расстояние от Земли до Марса.

После революции судьбы моряков складывались по-разному. Например, экипаж лодки «Пантера» поддержал революцию, активно участвовал в сражениях гражданской войны — и в июле 1919 года в Копорской губе атаковала английские субмарины, которые действовали в этом районе, а 31 августа этого же года — потопила английский эсминец «Виттория». Это была первая военная победа советских подводников, и командовал эсминцем бывший лейтенант императорского флота Александр Бахтин.

Довольно большая часть выставки посвящена подводному флоту времен Великой Отечественной войны. Подводные лодки участвовали в Таллинском прорыве. Из-за двойной минной блокады флот оказался заперт в Финском заливе. Однако в битве за Ленинград он сыграл огромную роль, причем, если можно так выразиться, корабли и экипажи действовали отдельно. Дальнобойные корабельные орудия защищали подступы к городу и ленинградское небо, а моряки... Моряки образовали костяк морской пехоты — сначала морпехами и были именно члены экипажей кораблей и подлодок Балтийского флота, сражавшиеся на суше. Огромную роль 2 и 5 бригады морской пехоты сыграли в образовании и обороне Ораниенбаумского плацдарма, задержав врага на два с половиной года... На заключительном этапе Великой Отечественной войны

многое узнать на мемориале «Защитникам Отечества» в Устье.

Поселок с сухопутным названием «Сосновый Бор» появился на карте Ленинградской области в 50-е годы — и с самого начала оказался связан с подводным флотом. Нет, у нас не первый Учебный центр подводников — первый появился в Обнинске. Потом — еще несколько. Но практически сразу после того, как появился поселок, стал строиться НИТИ — тогда еще не имени академика Александрова, а при непосредственном участии самого Анатолия Петровича. И другие атомные объекты, которые, конечно, и электроэнергию должны были давать, и медицинские изотопы выпускать, но в то же время стать частью ядерного щита нашей страны. Это все произошло за фантастически короткое время. А иначе и быть не могло — внешняя угроза тогда была абсолютно реальной. Вот и появлялись ядерные программы, велись подводные исследования, разрабатывались новые виды вооружений. Появлялись и подводные лодки спецназначения, которые разрабатывала корпорация «Рубин» — к примеру, автономный подводный аппарат, исследовавший Марианскую впадину.

Есть на выставке материалы, переданные друзьями Сосновоборского городского музея, и подводников среди них немало, потому что он и начинался как Музей морской славы. Есть там личные вещи, фотографии... И картины сосновоборского художника-мариниста Бориса Рыкова.

На все собранное для экспозиции можно посмотреть до марта.

Мария БОРИСЕНКО

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Сосновоборский городской музей»

ВЫСТАВКА
с 14 января по 31 марта
Подводные стражи
К 120-летию подводного флота России

Режим работы:

понедельник, вторник	13.00 - 17.00
среда - пятница	10.00 - 17.00
суббота, воскресенье	12.00 - 17.00

Адрес музея: ул. Афанасьева, д.50
(мемориал «Защитникам Отечества»)
справки и заказ экскурсий по тел.:

8 (813 69) 2-46-22
8 (911) 258-36-65

КУЛЬТУРНЫЙ ПЛАСТ

У каждого города — свои обычаи и свой характер. Чтобы это понять, нужно обязательно побродить по нему пешком. Только тогда откроются стороны его жизни, которые невозможно заметить из окна автомобиля. Случайно открывшийся дворик, притаившаяся среди домов церквушка, просто красивое дерево, которое почему-то выросло именно здесь... А если у тебя при себе мольберт и краски — так и совсем хорошо, можно все это запечатлеть и показать другим.

И даже устроить выставку.

Именно так и случилось 14 января в арт-галерее Дворца культуры «Строитель», где представила свои работы сосновоборская художница Алена Алексеева.

Она работает в Детской школе искусств им. О. А. Кипренского, участвует в работе клуба «Художник», вместе с друзьями организует эмбиент-вечеринки — своеобразную творческую среду, когда одни позируют, другие рисуют, а кто-то успевает делать и то, и другое.

Вообще Алена — человек творческий. Она увлекается народным пением — поет в ансамбле «Устьяночка». Любит танцы, рукоделие, она — замечательная мама двух прекрасных детей.

Но в первую очередь Алена — художник.

Устраивать персональную выставку немного опасалась — думала, что не хва-

ЛИКИ ГОРОДОВ С МОЛЬБЕРТА АЛЕНА АЛЕКСЕЕВОЙ



тит работ. Потом оказалось, что вполне даже хватит. И вот в самой середине зимы, когда снаружи темно и холодно, во Дворце культуры поселилось самое настоящее лето — яркое и красочное. Лето, когда особенно хочется отправиться в путешествие. Алена Алексеева любит путешествовать — по окрестно-

стям Соснового Бора, в соседние и даже не очень соседние регионы. Еще любит писать с натуры. Вот и получилась выставка работ, выполненных примерно за двенадцать лет.

Своих учеников она тоже учит работать на пленэре — вообще-то эта традиция Художественной школы,

каждое лето будущие живописцы выходят на пленэрную практику. А учитель не только помогает и подсказывает, но и подает ученикам пример. Кстати, работа, выполненная в деревне, где родился великий русский художник Орест Адамович Кипренский, чье имя носит школа, на выставке тоже есть. Это деревня Нежново, и там установлен памятник Кипренскому.

Вообще-то экспозиция состоит из двух частей. Открывают ее графические работы. Графика — основа художественного мастерства, когда образ создается минимумом выразительных средств. Алена это умеет — работы ее очень выразительны.

Вторая часть — живопись. Яркие и интересные пейзажи, в чем-то даже сказочные. Художник — не фотограф. Он создает свой мир, у него — свой взгляд на вещи. Он играет линиями и цветовыми пятнами, и в результате получается, что переданный им образ полностью совпадает с твоим. Что отметили, кстати, многие зрители, в том числе и весьма сведущие в искусстве. Алена владеет разными художественными техниками, но особенно любит пастель.

Для выставки она выбирала работы из таких, что сама считает законченными. Когда уже не надо (да и не хочется) ничего добавлять или изменять. Когда самой нравится сюжет — а это значит, скорее всего, он будет интересен и другим.

Поздравить Алену с открытием персональной выставки пришли коллеги из клуба «Художник». Были в этот вечер и творческие подарки — от Александры Бабошиной, Сергея Глухих, Юлии Денисовой-Груздевой и других исполнителей. И много, много поздравлений теплых слов — абсолютно заслуженных!

Прогуляться по российским городам вместе с Аленой Алексеевой можно до 3 февраля.

Анастасия СЕМЕНОВА

В минувшую субботу клуб самодеятельной песни «Ингрия» отправился в самое настоящее сказочное путешествие.

И ничего, что совсем недалеко — в Ломоносов. В Доме культуры на Ораниенбаумском проспекте настоящие приключения только начинались! А дальше — была Дорога из Желтого кирпича, Изумрудный город, удивительные встречи... Словом, клуб «ЛомБард» встречал Новый год.

Что нужно, чтобы появилась новая сказка? Да ничего особенного. Главное — нужно этого захотеть — и все получится. И в знакомом с детства сюжете найдется место для персонажей из других сказок, на то он и Новый год, когда Баба-Яга аккомпанируют Медведь и Страшила, Кот спокойно беседует со Львом (и никто уже никого не боится), когда появляется целая компания Обломовых и много кто еще. И у каждого — своя песня.

Новый год в «ЛомБарде», которым уже много лет руководит Ольга Лаврентьева,

всегда проходит весело. Соединяют несоединимых персонажей в единую программу Ирина Югова и Денис Тверитин. А гости... В гости едут друзья — в этот раз это были Музыкальный кабачок Дарьи Бурковой и сосновоборцы Сергей Грибков, Владимир Малышев, Павел Меденников и Анатолий Коваленко.

Как и положено в сказке об Изумрудном городе, в конце появился Гудвин, который, как известно, исполняет все желания. В «ЛомБарде» он обязательно дарит новые песни.

Соб. инф.

НОВОГОДНЕЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

ВИДЕОСЮЖЕТ
СМОТРИТЕ
ЗДЕСЬ:





С 12 по 16 января воспитанники ДЮСШ принимали участие во Всероссийских соревнованиях по художественной гимнастике «Краса Руси» в г. Уфа.

По 2 разряду (гимнастки 2015 года рождения) 1 место заняла команда «Атомkids» в составе: Давыдова Алла, Быстрова Александра, Кашина Варвара, Титова Маргарита, Дьяченко Василина, Макаrchук Мария. (Тренеры: Кутлаева К.А., Сибирякова Е.Д.)

С 12 по 17 января воспитанники ДЮСШ принимали участие в Открытом турнире «Saint Basketball» среди юношей 2009 года рождения и младше в г. Санкт-Петербург.

С 15 по 18 января воспитанники ДЮСШ принимали участие в Первенстве и Чемпионате Ленинградской области по художественной гимнастике в г. Кировск.

По итогам Первенства Ленинградской области по второ-

му разряду команда в составе: Алексеева Бажена, Цветкова Валерия, Корзухина Ксения, Чуркина Ксения, Гредасова Мия, Андреева Кира заняла 1 место. (Тренеры: Анисимова Я.В., Сибирякова Е.Д.)

В Чемпионате Ленинградской области по программе мастеров спорта команда в составе: Басковцева Алина, Маланчук Александра, Аниксон Арина, Быстрова Мария, Иванова Василиса заняла 1 место. (Тренеры: Кутлаева К.А., Сибирякова Е.Д.)

14, 16, 19 января в клубе «Белая ладья» проводилось Первенство по шахматам среди общеобразовательных школ города на приз «Белая ладья». Результаты — в следующем номере газеты.

16 и 17 января воспитанники ДЮСШ принимали участие в Первенстве Ленинградской области по дзюдо среди юношей и девушек до 18 лет в г. Выборг.

18 января воспитанники ДЮСШ принимали участие

ДЮСШ



в турнире по дзюдо, посвященном снятию блокады г. Ленинграда (обучающиеся 2016 года рождения в младше), который проходил в СК «Малахит». 1 место занял Зеленой Всеволод. (Тренер: Муратов Р.Ф.)

ИНФОРМАЦИЯ О ЗАПЛАНИРОВАННЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ МБОУ ДО «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

С 21 по 25 января в клубе «Белая ладья» (проспект Героев, дом 62) проводится Первенство Ленинградской области по шахматам. Начало в 10.00 и 15.30.



СЕМИНАР ПО ВБЕ

17 и 18 января в г. Санкт-Петербург прошел технический семинар под руководством А. И. Латкина (6 Дан ЖКА, член квалификационной комиссии USKO, старший тренер сборной России по Восточному Боевому Единоборству «Сётокан», президент USKO России). В семинаре приняли участие спортсмены и тренеры Федераций по ВБЕ «Сётокан» г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Были рассмотрены технические вопросы правильного построения перемещений, блоков, ударов, разбрана базовая техника ката Сётокан (ЖКА). Для старших и черных поясов подробно рассматривались техники совершенствования кихон, увеличения точности и скорости движений, логика при их исполнении.

Все участники тренировок проявили хорошие знания базовой техники Сётокан и с большим желанием проходили ее совершенствование, несмотря на разный уровень поясов и возраст.

Этот семинар стал хорошим этапом базовой подготовки для сосновоборских спортсменов к Всероссийским соревнованиям «Кубок Юрия Долгорукого», которые пройдут в феврале г. Люберцы.

Сергей Тир



18 января в СШ «Малахит» прошел традиционный турнир по дзюдо, посвященный очередной годовщине снятия блокады Ленинграда.

Его итоги:

1 место: Фролова Мирослава, Петров Миша, Гаврилуца Вова, Николаев Степа, Новожилов Артем, Зеленой Всеволод, Рыбак Артем;
2 место: Беляев Миша, Можейко Сережа, Велиев Миша, Никоноров Ярослав, Михайлов Тимофей;

3 место: Таганов Артемий, Юнусов Артем, Рябцев Максим, Лебедь Валера, Стельник Илья, Анцуков Егор, Терешкин Женя, Ульшин Кирилл.

В эти же выходные в Тосно прошла лига по ДЗЮДО «Здоровое Поколение». Среди победителей — сосновоборские ребята.

1 место: Селькова Мирослава, Кашфулисламова Анна, Валуцкий Ярослав;

2 место: Григорьев Александр, Дмитриева Елизавета;

3 место: Гаврилуца Владимир, Климов Тимофей.

Тренирует юных спортсменов Фролов А.А.

Если бы растения участвовали в конкурсе на самое большое количество прозвищ, зорька обыкновенная забрала бы главный приз. Горицвет, огненный цвет, барская спесь, татарское мыло — и это только начало списка! Но самое интригующее во всей этой истории — как один и тот же цветок умудрился стать одновременно поэтическим символом рассвета и банальным хозяйственным мылом.

Дело в том, что корнях и стеблях зорьки содержатся сапонины — природные пенообразующие вещества, которые при контакте с водой дают обильную пену. Когда измельчённые корни зорьки трут в воде, получается настоящая мыльная пена, которая отлично удаляет жир и грязь. А название «татарское мыло» появилось не случайно. В XVIII–XIX веках татарские купцы активно торговали этим растительным сырьём на ярмарках.

Но если бы зорька была только мылом, вряд ли она собрала бы такую коллекцию романтических названий. «Горицвет», «огненный цвет», «зорька» — все эти имена родились из восхищения невероятной яркостью соцветий. В русской поэзии XIX века зорька стала символом пылкой любви и страсти.

Название «барская спесь» тоже не случайно. В дворянских усадьбах зорьку часто высаживали на парадных клумбах — яркие шапки соцветий создавали эффектные цветовые акценты.



РАСТЕНИЕ С ДВОЙНОЙ ЖИЗНЬЮ:

КАК ОГНЕННЫЙ ЦВЕТОК СТАЛ ТАТАРСКИМ МЫЛОМ

Сегодня зорька переживает второе рождение в ландшафтном дизайне. Дизайнеры обожают её за неприхотливость и длительное цветение — при правильном уходе растение радует глаз больше месяца, с июня по август. Секрет продления цветения прост: нужно регулярно удалять отцветшие соцветия, тогда растение будет выбрасывать новые цветоносы.

Если вы решили поселить зорьку в своём саду, учтите: растение это неприхотливое, но со своими предпочтениями. Любит солнце или лёгкую полутень, умеренно влажную почву без застоя воды. Морозы переносит прекрасно — всё-таки наше, российское растение. Размножается семенами или делением куста, причём самосев даёт обильный — будьте готовы делиться излишками с соседями.

ВО САДУ ЛМ В ОГОРОДЕ



Рубрику ведёт Надежда Полторацкая

ЖГУЧИЙ КРАСАВЕЦ



Речь пойдет о горьком перце. Выращивать его можно как в теплице, парничке, так и просто на подоконнике в городской квартире или на балконе. Мы хотим предложить вам несколько очень популярных сортов острого перца, которые подходят для выращивания на подоконнике.

Сорт горького перца Алладин скоро-спелый: плоды созревают через 95–100 дней после появления всходов. Перец невысокий, поэтому прекрасно подходит для выращивания в квартире и на балконе. В открытом грунте высота кустика достигает 50–60 см, в условиях квартиры обычно не превышает 35 см.

Еще один популярный сорт горького перца, который подходит для выращивания на подоконнике, — Бабье лето. Куст компактный, вырастает до 30–40 см в высоту. Идеально подходит для выращивания в квартире, причем не только из-за небольшого размера, но и благодаря тому, что прекрасно себя чувствует даже в условиях низкой освещенности.

В период плодоношения выглядит очень декоративно, т.к. просто усыпан небольшими (2–3 см) плодами округлой формы ярко-красного цвета.

Гибрид Медуза F1 полюбился любителям горького перца, в первую очередь, за необычный внешний вид. Причудливость ему придают тонкие острые плоды конусовидной формы, которые направлены вверх и напоминают голову Медузы Горгоны. Стручки длиной 5–7 см на разных этапах созревания имеют разный цвет: вначале они бледно-зеленые, затем окраска постепенно меняется на желтую, со временем переходящую в ярко-оранжевую. В состоянии биологической спелости плоды становятся красными. Куст остается привлекательным в течение длительного времени.

Пиковая дама — один из самых миниатюрных сортов горького перца, который выращивают в квартире: его высота не превышает 20–30 см. Куст компактный, плотный, округлой формы. Растение неприхотливое, растет и плодоносит даже в условиях пониженной освещенности. Может выращиваться круглый год: в холодное время года в квартире, а на лето, когда температура воздуха установится выше 15 °C, его можно вынести на балкон или на улицу.

Для тех, кто захочет выращивать горький перец в теплице, совет: не высаживайте его рядом со сладким перцем, так как все перцы имеют способность переопыляться. В результате этого горькому перцу сладости не добавится, а сладкий перец может превратиться в жгучий.



КРЫЖОВНИК БЕЗ НЕРВОВ: 5 СОРТОВ, КОТОРЫЕ ПРОСТЯТ ВАМ ВСЁ (ИЛИ ПОЧТИ ВСЁ)

Если вы цените ягодные растения, не требующие постоянной опеки, то крыжовник — это то, что надо. Ключ к успеху — выбор неприхотливого сорта.

Мы собрали пятерку настоящих «спартанцев» среди сортов, которые мирятся с любыми условиями, устойчивы к главному врагу — мучнистой росе, и при этом дарят отменные урожаи вкусных ягод.

Берилл. Нежность без колючек. Этот сорт — гордость Южно-Уральского НИИ плодовоовощеводства и картофелеводства. Его главный козырь — почти полное отсутствие шипов на плодоносящих побегах. Сбор урожая превращается в удовольствие, а не в битву с кустом. У этого сорта высокая зимостойкость, крупные вкусные ягоды, хорошая устойчивость к мучнистой росе, стабильно высокая урожайность (с куста можно собрать 3–5 и более кг). Ягоды подходят для всех видов переработки (варенье, компоты, вино).

Грушенька. Урожайный универсал с необычной формой. Сорт Грушенька, созданный во ВСТИСП (Москва), получил свое название за оригинальную грушевидную форму ягод. У него слабая шиповатость, обильное плодоношение, высокая зимостойкость, устойчивость к основным заболеваниям крыжовника. Ягоды среднего размера (4–5 г), темно-фиолетовые, почти черные при полном созревании. Идеальны для

заморозки, приготовления желе, вина (дают насыщенный цвет), компотов.

Уральский изумруд. Сибиряк с изумрудными ягодами. Выведенный на Свердловской селекционной станции садоводства, Уральский изумруд — эталон зимостойкости и раннего урожая. Этот сорт создан для суровых условий и прощает многие огрехи в уходе. «Уральский изумруд» — один из самых вкусных зеленоплодных сортов.

Колобок. Классика неприхотливости. Проверенный временем сорт селекции ВСТИСП (Москва). Колобок давно заслужил любовь садоводов именно за свою беспроblemность и щедрость. Куст буквально ломится от ягод. У него крупные темно-красные ягоды приятного кисло-сладкого вкуса. Отличный сорт для компотов и варенья.

Малахит. Старый, но надежный сорт с уникальным цветом.

Еще один «старожил» советской селекции (ВСТИСП), Малахит не теряет актуальности благодаря своей феноменальной выносливости и необычным изумрудно-зеленым ягодам. Сорт для тех, кто ценит надежность выше модных новинок.

У него абсолютная устойчивость к мучнистой росе. Сорт с крупными ягодами малахитово-зеленого цвета. Ягоды идеальны для приготовления знаменитого «изумрудного» варенья, компотов, употребления в свежем виде. Урожайность очень высокая и стабильная из года в год. Шипы есть, но они не очень агрессивны.

Посадите любого из этих «неубиваемых» красавцев, и вы убедитесь, что крыжовник — это не сложно, а очень вкусно и полезно.

ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЗДОРОВЫЙ!



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

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

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

тина (волосы состоят из него примерно на 90%, а ногти практически на 100%). «Готовый» кератин нельзя получить с пищей. Но можно употреблять те продукты, которые содержат набор полноценных аминокислот и способствуют его синтезу.

Это в первую очередь мясо, лучше постное, рыба, птица и яйца. Белками богаты кисломолочные продукты, сыры. Содержатся они и в некоторых фруктах (яблоках, ананасах, грушах), крупах (гречке, пшенице). Для синтеза кератина необходимы сера, медь, кремний, железо, цинк и кальций, а также целый ряд витаминов: А, С, Е и группы В. Самые главные аминокислоты, входящие в состав кератина, — это цистеин и глицин. Их можно получить из мяса и субпродуктов, семян подсолнечника, сои, грецких орехов, пшеницы.

КАК СОХРАНИТЬ КРАСОТУ

Внешний вид во многом зависит от образа жизни: курение, алкоголь, неправильное питание, нарушение правил личной гигиены и избыток солнечных лучей оказывают негативное влияние на кожу и волосы.

О ЧЕМ ВАЖНО ПОМНИТЬ:

Внимательно относитесь к своему здоровью, своевременно лечите острые и хронические заболевания, не пренебрегайте рекомендациями лечащего врача.

Питайтесь рационально. С помощью правильного питания можно регулировать поступление в организм белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов.

Употребляйте достаточное количество жидкости. В среднем человеку требуется около 2 литров воды в сутки. Однако надо ориентироваться на свои ощущения. Кому-то будет достаточно и 1,5 литра. А, например, человеку крупного телосложения может понадобиться больше 2 литров в день.

Откажитесь от вредных привычек. Алкоголь и сигаретный дым негативно воздействуют на любой орган человеческого организма, в том числе на состояние кожи, волос и ногтей.

Соблюдайте work-life баланс: полноценный отдых не менее важен, чем работа, здоровый сон и отсутствие постоянного стресса способствуют сохранению не только красоты, но и здоровья в целом.

ПРОДУКТЫ ДЛЯ КРАСОТЫ

Чтобы выглядеть хорошо, нужно не только заботиться о своей внешности, но и укреплять организм изнутри. Узнайте, какие продукты помогут улучшить состояние кожи, волос и ногтей.

СИЯЮЩАЯ ГЛАДКАЯ КОЖА

Первое место в рейтинге полезных для кожи продуктов занимают морепродукты и рыба. В них содержатся омега-3 жирные кислоты — именно они отвечают за питание, увлажнение и восстановление коллагеновых волокон, от которых зависит упругость кожи. При выборе полезной для красоты рыбы все просто: чем она жирнее, тем больше в ней омега-3.

Кроме того, морепродукты богаты витаминами А и Е, улучшающими здоровье кожи, а также цинком, который влияет на выработку организмом коллагена, необходимого для ее упругости. Наиболее благотворно на кожу влияют устрицы и мидии.

Витамин А можно получить из моркови, тыквы и других оранжевых овощей. И, кстати, они помогут улучшить цвет лица. Витамин А лучше усваивается вместе с жирами, поэтому в морковный сок или тыквенный суп надо добавить немного сливок.



Важные продукты для здоровой кожи — орехи, поскольку в них содержится витамин Е. Именно он отвечает за правильный баланс жира и влаги в коже, что особенно важно для жителей больших городов. Регулярно съедайте горсть миндаля, грецких орехов и фундука, чтобы поддержать кожу изнутри.

Кожа любит оливковое и кокосовое масла — они отличаются высоким содержанием витаминов А, D, Е и насыщенных жирных кислот, которые отвечают за гладкость и упругость.

БЛЕСТЯЩИЕ ВОЛОСЫ, КРЕПКИЕ НОГТИ

Кстати, кокосовое масло понравится и волосам — смешайте его с репейным маслом, немного подогрейте и нанесите на голову, подержите 20 минут, затем смойте. Такая маска поможет восстановить сухие и ослабленные волосы.

Однако вернемся к еде. Конечно, все перечисленные продукты полезны не только для кожи, но также для волос и ногтей. Кроме того, их состояние во многом зависит от синтеза белка кера-

ЧЕСНОК - ДЛЯ ВКУСА И ЗДОРОВЬЯ

Чеснок — одна из древнейших культур, которую люди начали использовать в кулинарии и медицине. Еще четыре тысячи лет назад его выращивали в Средней Азии, Иране и Пакистане. Он был обязательным продуктом и в рационе древних египтян. Также им кормили рабов, занятых тяжелым трудом, чтобы придать им сил и предупредить возникновение болезней. При раскопках древней гробницы фараона Тутанхамона были найдены головки чеснока.

Однако не всем по душе резкий запах овоща. Индийцы широко использовали его ценные свойства в лечебных целях, но при всей своей любви к пряностям не применяли в кулинарии. Греки и римляне поначалу тоже не жаловали растение — уж очень резким и стойким был запах.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРО ЧЕСНОК?

ЧЕСНОК

ТРОЙНАЯ ЗАЩИТА

Противовирусная
Помогает предотвратить вирусы гриппа, ОРВИ, герпеса, стоматита.

Антибактериальная
Обладает высокой активностью против кишечной палочки, стафилококков, сальмонеллы.

Противогрибковая
Эффективна в борьбе с грибковыми заболеваниями.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

Стимулирует иммунитет

Понижает уровень холестерина

Укрепляет сердце и сосуды

Снижает риск развития болезни Альцгеймера

Витамины

A C B1 B6

Минералы

Ca Mg Fe Cu Se *

РОССИЯ

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

ДЕМОГРАФИЯ

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Целебные свойства чеснока:

- Помогает избавиться от патогенной микрофлоры в кишечнике, улучшает секрецию ферментов и выделение желудочного сока, улучшает усвояемость пищи и ускоряет обменные процессы. Чеснок используется как лекарство при метеоризме, колите и энтероколите, запорах.
- Укрепляет иммунную систему. При простуде, насморке, болях в горле, инфекционных заболеваниях верхних дыхательных путей, в том числе и гриппе, чеснок будет вашим надежным помощником в борьбе с болезнью. Также активные вещества чеснока разжижают мокроту и способствуют ее быстрому выведению.
- Оздоровливает сердечно-сосудистую систему. Снижает уровень «плохого» холестерина, делает стенки сосудов более эластичными и таким образом предупреждает атеросклероз, образование тромбов, инфаркт. Применяется при гипертонии, уменьшает нагрузку на сердце, повышает работоспособность сердечной мышцы и улучшает кровообращение.
- Благодаря наличию аллицина чеснок способен служить профилак-

тике рака. Вещество выводит из организма свободные радикалы, которые могут негативно воздействовать на клетки и провоцировать их неправильное развитие.

- Используется при болезнях печени и желчного пузыря, так как способствует восстановлению клеток, разжижает желчь и предотвращает образование камней.

- Для мужчин и для женщин в равной мере чеснок полезен при проблемах в мочеполовой сфере. Благодаря дезинфицирующим качествам он быстро устраняет воспалительные процессы.

- Полезен для нормализации работы нервной системы и при умственных нагрузках. У пожилых людей предупреждает появление старческого слабоумия и развитие инсульта.

- Используется как антигельминтное средство. Для детей этот способ профилактики и лечения наиболее приемлемый.

- Стоит отметить, что чеснок используют также для выведения мозолей и бородавок, при облысении, лечении нарывов и гнойных ран.

tera_03_2025-01-22_d.indd 12

20.01.2026 14:50:57

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



- онлайн VK видео

ЛУЧШИЕ ВИДЕО ТЕЛЕКАНАЛА «ТЕРА-СТУДИЯ»



Рождественский бал юнармейцев



Кукольный спектакль в театре Волшебный фонарь



Выставка картин Алены Алексеевой
«Лики российских городов»

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

ЛЕНТВ 24

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

26 ЯНВАРЯ, 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 «Серебряный бор» Сериал. Мелодрама. Россия. 2017 г. (16+)
11:15, 13:15 «Жена генерала» Мини-сериал. Мелодрама. Россия. 2011 г. (16+)
15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
15:35 «Герои среди нас» Док. цикл. Россия. 2025 г. (16+)
15:50 «Девочки» Док. фильм. Россия. 2015 г. (12+)
17:15 «Отец Матвей» Сериал. мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
19:15 «Область счастливых людей» Док. цикл. Россия. 2025 г. (12+)
19:30, 05:05 «Крик совы» Сериал. Детектив. Россия. 2013 г. (16+)
20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
21:10 «Ленинградская симфония» драма. СССР. 1957 г. (16+)
23:40 «Осеню 41-го» Мелодрама. Россия. 2016 г. (16+) (с субтитрами)
01:20 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
02:40 «Венок сонетов» Драма. СССР. 1976 г. (16+)
04:10 «Эхо блокады» Док. фильм. Россия. 2020 г. (12+)

27 ЯНВАРЯ, 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 «Серебряный бор» Сериал. Мелодрама. Россия. 2017 г. (16+)
11:15, 13:15 «Линия Марты» Мини-сериал. драма. 2014 г. (16+)
15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
15:35 «Неизвестная блокада» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)
16:00 «Эхо блокады» Док. фильм. Россия. 2020 г. (12+)
17:15 «Отец Матвей» Сериал. мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)

19:15 «Область счастливых людей» Док. цикл. Россия. 2025 г. (12+)
19:30, 05:05 «Крик совы» Сериал. Детектив. Россия. 2013 г. (16+)
20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
21:10 «Ленинградская симфония» драма. СССР. 1957 г. (16+)
23:40 «Осеню 41-го» Мелодрама. Россия. 2016 г. (16+) (с субтитрами)
01:20 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
02:40 «Венок сонетов» Драма. СССР. 1976 г. (16+)
04:10 «Эхо блокады» Док. фильм. Россия. 2020 г. (12+)

28 ЯНВАРЯ, 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 «Ленинградская симфония» драма. СССР. 1957 г. (16+)
10:45 «Герои среди нас» Док. цикл. Россия. 2025 г. (16+)
11:15 «Кавказский пленник» Док. цикл. Россия. 2019 г. (12+)
12:00, 13:15 «Вольная грамота» Сериал. Мелодрама. Россия. 2018 г. (16+)
14:15 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
15:35 «Неизвестная блокада» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)
16:15 «Чапаев. Без анекдота» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)
17:15 «Отец Матвей» Сериал. мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
19:15 «Люди нашего круга» Док. цикл. Россия. 2023 г. (12+)
19:30, 05:05 «Крик совы» Сериал. Детектив. Россия. 2013 г. (16+)
20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
21:10 «Ветка сирени» Драма. Россия. 2007 г. (16+)
23:40 «Влюбленный Ван Гог» Комедия. Франция. 2021 г. (16+) (с субтитрами)
01:15 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)

02:40 «Одиноки вместе» Мелодрама. США. 2022 г. (16+)
04:20 «Чапаев. Без анекдота» Док. фильм. Россия. 2021 г. (12+)

29 ЯНВАРЯ, 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 «Ветка сирени» Драма. Россия. 2007 г. (16+)
10:45 «Герои среди нас» Док. цикл. Россия. 2025 г. (16+)
11:15 «Кавказский пленник» Док. цикл. Россия. 2019 г. (12+)
12:00, 13:15 «Вольная грамота» Сериал. Мелодрама. Россия. 2018 г. (16+)
14:15 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
15:35 «Неизвестная блокада» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)
16:15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
17:15 «Отец Матвей» Сериал. мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
19:15 «Люди нашего круга» Док. цикл. Россия. 2023 г. (12+)
19:30 «Восьмь бусин на тонкой ниточке» Детектив. Россия. 2018 г. (16+)
20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
21:10 «Одиноки вместе» Мелодрама. США. 2022 г. (16+)
23:40 «Сельский врач» Киноповесть. СССР. 1951 г. (16+)
01:30 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2022–23 гг. (12+) (с субтитрами)
02:40 «Влюбленный Ван Гог» Комедия. Франция. 2021 г. (16+) (с субтитрами)
04:15 «Восьмь бусин на тонкой ниточке» Детектив. Россия. 2018 г. (16+)

30 ЯНВАРЯ, 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 «Сельский врач» Киноповесть. СССР.

1951 г. (16+)
11:15 «Кавказский пленник» Док. цикл. Россия. 2019 г. (12+)
12:00, 13:15 «Вольная грамота» Сериал. Мелодрама. Россия. 2018 г. (16+)
14:15 «Ледоколы войны» Док. цикл. Россия. 2022 г. (12+)
15:15 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
15:35 «Неизвестная блокада» Док. цикл. Россия. 2024 г. (12+)
16:15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной» Док. цикл. Россия. 2020 г. (12+)
17:15 «Отец Матвей» Сериал. мелодрама. Россия. 2014 г. (16+)
19:15 «Люди нашего круга» Док. цикл. Россия. 2023 г. (12+)
19:30 «Восьмь бусин на тонкой ниточке» Детектив. Россия. 2018 г. (16+)
20:30, 23:00, 02:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
21:10 «Влюбленный Ван Гог» Комедия. Франция. 2021 г. (16+) (с субтитрами)
23:40 «Михаил Шулфутинский — «Love Story» — Юбилейный концерт в день рождения» Россия. 2013 г. (16+)
01:30 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2022–23 гг. (12+) (с субтитрами)
02:40 «Идеальная ложь» Драма. Франция. 2022 г. (16+)
04:30 «Подземелье ведьм» мелодрама. СССР. Чехословакия. 1990 г. (12+)

31 ЯНВАРЯ, СУББОТА

06:00 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2022–23 гг. (12+) (с субтитрами)
06:30 «География вкуса» Кулинарная программа. Россия. 2023 г. (12+)
07:00, 08:00 «ЛентВ24 Акценты» Инф. программа. (12+)
07:40, 08:40 «ЛентВ24 Актуальный разговор» Инф. программа. (6+)
09:00 Мультфильмы советского детства (6+)
09:25 «Жар-птица» приключения. Чехия, Германия. 1997 г. (6+)
11:00, 15:00, 19:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
11:15 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» Драма. Россия. 2016 г. (12+)
13:00, 15:35 «Юрочка» Мини-сериал. Лирическая комедия. Россия. 2015 г. (16+)

16:55 «Возвращение мушкетёров, или Сокровища кардинала Мазарини» Приключения. Россия. 2009 г. (12+)
19:15, 04:25 «Загадочные убийства Агаты Кристи 2» Сериал. Детектив. (16+)
20:50 «Идеальная ложь» Драма. Франция. 2022 г. (16+)
22:45 «Одинокая женщина желает познакомиться» Мелодрама. СССР. 1986 г. (16+)
00:15 «Иди за мной» Телевизионный музыкальный проект. Россия. 2021–24 гг. (12+)
01:00 «Юрочка» Мини-сериал. Лирическая комедия. Россия. 2015 г. (16+)

1 ФЕВРАЛЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

06:00 «Вместе по России» Док. цикл. Россия. 2022–23 гг. (12+) (с субтитрами)
06:30 «Наука есть» Док. цикл. Россия. 2017 г. (12+)
07:00 «Ледяная принцесса» мультфильм. Германия, Канада. 2018 г. (6+)
08:35 «Подземелье ведьм» Мелодрама. СССР, Чехословакия. 1990 г. (12+)
10:00 «Святыни России» Док. цикл. Россия. 2018 г. (12+)
11:00 «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. Прямой эфир (6+)
11:15 «Одинокая женщина желает познакомиться» Мелодрама. СССР. 1986 г. (16+)
12:50 Первенство национальной молодежной хоккейной лиги. Прямая трансляция. (0+)
По окончании: «ЛентВ24 Новости» Инф. программа (6+)
15:35 «Девочки» Док. фильм. Россия. 2015 г. (12+)
16:50 «Чемпионат России по волейболу. Суперлига. 2025–26гг» Прямая трансляция (6+)
По окончании: «ЛентВ24 Новости» Инф. программа. (6+)
19:15, 04:25 «Загадочные убийства Агаты Кристи 2» Сериал. Детектив. (16+)
20:55 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» Драма. Россия. 2016 г. (12+)
22:45 «Унесённые ветром» мелодрама. США. 1939 г. (16+) (с субтитрами)
02:35 «Святыни России» Док. цикл. Россия. 2018 г. (12+)
03:30 «Иди за мной» Телевизионный музыкальный проект. Россия. 2021–24 гг. (12+)
06:00 «Новое утро» на ЛентВ24. Инф. канал (12+)



Общероссийский Союз Общественных Объединений
СОЮЗ "ЧЕРНОБЫЛЬ" РОССИИ

С ЮБИЛЕЕМ!

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

Драгуна Виктора Тихоновича
с 80-летием

Желаем здоровья, радости и долгих лет жизни!



ВСЕРОССИЙСКИЙ
Виртуальный
концертный зал

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ «СТРОИТЕЛЬ»
26 ЯНВАРЯ

18:00

БОЛЬШОЙ ДЖАЗОВЫЙ ОРКЕСТР
ПОД УПРАВЛЕНИЕМ ПЕТРА ВОСТОКОВА

**ФЕСТИВАЛЬ
РУССКОЙ МУЗЫКИ**

РУССКАЯ
КЛАССИЧЕСКАЯ МУЗЫКА
В ДЖАЗОВЫХ
АРАНЖИРОВКАХ

В ПРОГРАММЕ:
ЧАЙКОВСКИЙ / ПРОКОФЬЕВ / РИМСКИЙ-КОРСАКОВ
ФИНЕГАН / КЛИНГОВ / ЭВАНС / ЭЛЛИНГТОН
СТРЕЙХОРН / ДЖАФФЕ / БУЛГАН / ДЭВИД / ДЭВИС
КОТЕЛАНЕЦ / БАРМОВ / ХАРРИС / РОДЖЕРС
ПАУЭЛ / РАЙТ / ФОРРЕСТ / ЭВАНС / КИНКЕНД
ХАЧАТУРЯН / ВАЙЛЬ

продолжительность - 1 час 40 минут

ВХОД СВОБОДНЫЙ

12+

ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА

УЧАСТНИК СВО?

Проблемы с трудоустройством?
Нужна хорошая профессия
в короткие сроки?

ЗВОНИ +7 921 377-47-47

ИНФОРМАЦИЯ СФР



С 1 января 2026 года региональную соцдоплату к пенсии выплачивает Отделение Соцфонда по Санкт-Петербургу и Ленобласти

В Санкт-Петербурге и Ленинградской области региональную социальную доплату к пенсии теперь начисляют в Отделении Соцфонда. Получателями доплат в беззаявительном порядке стали почти 200 тысяч пенсионеров региона.

«Региональная социальная доплата назначается, если размер пенсии меньше, чем прожиточный минимум для пенсионеров, установленный в субъекте федерации. В 2026 году эта граница составляет: в Санкт-Петербурге — 17 754, в Ленинградской области — 17 428 рубля. Таким образом все, чей доход оказался ниже приведенных цифр, получают необходимую доплату», — напомнил управляющий Отделением Социального фонда по СПб и ЛО Константин Островский.

Пенсионерам не пришлось собирать какие-либо документы и приходить в клиентские службы Соцфонда для оформления выплаты. Право на соцдоплату определено на основании сведений, имеющихся в Отделении СФР по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Дополнительная информация по телефону круглосуточного контакт-центра 8(800) 100-00-01, или в клиентских службах регионального Отделения СФР.



Изготовление
**ШТАМПОВ
и ПЕЧАТЕЙ**

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

Здание
городской администрации,
вход со стороны школы искусств





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

ТОВАРЫ И УСЛУГИ

КУПЛЮ, ПРОДАМ

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

**Сувенирная
продукция**


www.terastudio.com

магниты жетоны кружки
брелоки футболки тарелки


Здание городской администрации,
вход со стороны художественного музея

2-92-36 2-62-36


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



**БЕЗОПАСНОСТЬ
НА ЛЬДУ**



НЕ СПАЛИВАЙТЕСЬ
НА ЛЬДУ БОЛЬШИМИ
ГРУППАМИ




НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЬД
В ПЕРИОД ЕГО ЗАМЕРЗАНИЯ.
ТАЯНИЯ И В ТЕМНОЕ
ВРЕМЯ СУТОК



НЕ ПРОПЕРИТЕ
ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА
НОГОЙ



НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЬД
В СОСТОЯНИИ
АЛКОГОЛЬНОГО
ОПЬЯНЕНИЯ



В СЛУЧАЕ
ПОТРЕСКИВАНИЯ ЛЬДА
ОСТОРОЖНО ВЕРНИТЕСЬ
НАЗАД



НЕ ИГНОРИРУЙТЕ
СПАСАТЕЛЬНЫЕ
ЖИЛЕТЫ И
НАГРУДНИКИ




НЕ БУРИТЕ МНОГО
ЛЮДЕЙ РЯДОМ
ДРУГ С ДРУГОМ



ДЛЯ ПЕРЕХОДА
ВОДОЕМОВ ИСПОЛЬЗУЙТЕ
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЛЕДОВЫЕ
ПЕРЕПРАВЫ



**ТЕЛЕФОН ЕДИНОЙ
СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ
112**



ПАМЯТКА

о действиях при объявлении сигнала «ВОЗДУШНАЯ ОПАСНОСТЬ»

- Сигнал, полученный посредством СМС, информирует о возможности атаки БПЛА на объекты промышленности, транспорта, энергетики региона.
- Для повышения эффективности защиты от БПЛА возможно снижение сигнала мобильного интернета с 4G до 2G.
- Рекомендуется сохранять спокойствие, по возможности, не находиться вблизи объектов, которые могут быть целью БПЛА.
- Специальных мер безопасности не требуется.
- При фиксации пролёта БПЛА – сообщить по тел. 112.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ВОЗДУШНОМ НАПАДЕНИИ СИГНАЛ «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!», РАБОТАЮТ СИРЕНЫ!



НА УЛИЦЕ:

- отойдите в сторону и назад, против направления движения БПЛА;
- для укрытия подходят защитное сооружение, подземный переход и др.;
- опасны современные здания, которые содержат большое количество стеклянных элементов;
- при падении БПЛА не прикасайтесь к обломкам.



В ПОМЕЩЕНИИ:

- не подходить к окнам;
- не пользоваться лифтом;
- спуститься на нижние этажи, в укрытие, в подвал или подземную автостоянку;
- найти место без окон, между несущих стен (как правило, это ванная комната, кладовая), сесть на пол.



В ТРАНСПОРТЕ:

- остановить автомобиль, переместиться в противоположную сторону от опасности, лечь на землю, закрыв голову руками;
- покинуть автобус, пригнувшись отбежать от дороги в направлении от зданий и лечь на землю;
- если рядом есть более надёжное укрытие – постарайтесь укрыться в нём.



ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ БПЛА ИЛИ ЕГО ОБЛОМКИ:

- не пытайтесь самостоятельно сбить или повредить БПЛА;
- отойдите на безопасное расстояние (более 100 метров);



- сообщите о факте обнаружения БПЛА по тел. 112;
- распространять видео- и фотоматериалы в сети Интернет ЗАПРЕЩЕНО: это может помочь противнику выполнить корректировку и повторить атаку.

СКАНВОРД

Прокан-ник маль-чишка

Скучное дело

Первый рейс-скан-длер Германии

Японский "Байко-нур"

Его Суво-ров штур-мовал

Углероди-стое сое-динение

Её назы-вают глав-ной ули-цей Рима

Птица с "погнутым" клювом

Уважи-тельно к грузину

ВАЗ-2109 - "Спутник", ВАЗ-2108 - ...

Сколи-ще по-церков-ному

Почти 40 лет правил Кубой

Удо-воль-ствие

Неумол-кающая трещот-ка (разг.)

Амери-канский фантаст

Хороший - с правила-ми, а дур-ной - без

Псевдоним Чехова ... Чехонте

На чужой ... хлеб русский не родится

... как сноп под-кошенный

"Я коньяч-ку принял полкило" (бард)

Мис ... - самый западный в Европе

Его жан-ры - блюз и свинг

Искро-мётная железяка

Лицо без граждан-ства

Былина финна

Все слу-жители церкви

Дарвин, тезка Диккенса

КАК ПРОВЕСТИ ВЫХОДНЫЕ

ДАТА, ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	НАЗВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВОЗР. КАТ.
МАУК «ДК «Строитель»			
24.01 19:00	Вечер отдыха «Ах, карнавал, карнавал» (с А. Бубно-вой)	ДК «Строитель»	18+
СМБУК «ГТЦ «Волшебный Фонарь»			
25.01 12:00	Спектакль «Битый небитого везёт»	СМБУК «ГТЦ «Волшеб-ный Фонарь»	2+
МАУК «ГКЦ «Арт-Карусель»			
23.01 18.30	Патриотический концерт вокальной студии "Синко-па" и вокального ансамбля «Горлица» «Нам дороги эти позабыть нельзя!»	Диско зал.	7+
25.01 16.00	"Запомню, оставлю в душе этот вечер", вечер твор-чества В. Высоцкого	Диско зал.	16+
СМБУК «ЦРЛ «Гармония»			
24.01 17.00	«Медведь» по пьесе А.П. Чехова спектакль Народного театра «КриМ»	Пр. Героев д.61а	14+
МАУК «СПКиО»			
24.01 15:00-16:00	Тематическая программа "Блокадный свет" к 82-й годовщине освобождения г. Ленинград от фашист-ской блокады	Парк «Белые пески»	5+
МБУК «Сосновоборский городской музей»			
Постоянная экспозиция	«Блокадная комната». Макет.	Музей, ул. Афанасье-ва, д.50	0+
Постоянная экспозиция	Выставка «Вахта памяти»	Музей, ул. Афанасье-ва, д.50	0+
Постоянная экспозиция	Командный пункт 5 ОБМП. Макет.	Музей, ул. Афанасье-ва, д.50	0+
Постоянная экспозиция	Выставка «Из истории нашего края»	Музей, ул. Афанасье-ва, д.50	0+
Постоянная экспозиция	Выставка «В гостях у рыбака»	Дом рыбака, ул. Бере-говая, д. 12	0+
Временная экспозиция по 27.05	Выставка под открытым небом «Они строили город»	У часовни Николая Чудотворца (мемо-риал «Защитникам Отечества»)	0+
Временная экспозиция по 31.03	Выставка «Подводные стражи» (к 120-летию подво-дного флота России)	Музей, ул. Афанасье-ва, д.50	0+
24.01 13.00.	Тематическая программа «В гостях у рыбака»	Дом рыбака, ул. Бере-говая, д. 12	0+

Муниципальное бюджетное учреждение «Сосновоборская централизованная библиотечная система»			
Библиотека семейного чтения, ул. Солнечная, д.23а			
22.01 17:00	«Читаем Михаила Салтыкова-Щедрина» (200 лет со дня рождения). Громкие чтения. Цикл: «Литератур-ный четверг»	ул. Солнечная, 23а	16+
22.01	«Со стихами целый день» (27.01. – 45 лет со дня рождения детского писателя и поэта Анастасии Орловой). Книжная выставка	ул. Солнечная, 23а	6+
23.01	«Сказки доброго волшебника» (24.01 - 250 лет со дня рождения Э.Т.А Гофмана). Книжная выставка	ул. Солнечная, 23а	14+
25.01 13:00; 14:00	«Рукотворушка» Мастер-класс	ул. Солнечная, 23а	6+
25.01 15:00	«Особенности русской государственности» (2026 год народов единства России). Беседа-знакомство. Цикл: «Вместе мы едины и непобедимы»	ул. Солнечная, 23а	16+
Центральная детская библиотека, пр. Героев, д.5			
24.01 15:30	«Бумастер». Мастер-класс	пр. Героев, д.5	6+
24.01 16:00	«Операция «Пласталин». Творческое занятие	пр. Героев, д.5	3+
24.01 17:00	«Настолка». Час настольных игр	пр. Героев, д.5	6+
Центр молодежного чтения «Точка Сбора», ул. Ленинградская, д.62			
22.01 17:30	«English speaking club/Английский разговорный клуб»: общение на иностранном языке	ул.Ленинградская,62	16+
24.01	«Непокоренный Ленинград»: книжная выставка ко Дню снятия блокады	ул.Ленинградская,62	12+
24.01 14:00	«Час поэзии Эдит Сёдергран»: литературно-музы-кальная встреча	ул.Ленинградская,62	16+
25.01 13:00	«Точка зрения»: кинопоказ с обсуждением ко Дню студента.	ул.Ленинградская,62	16+
25.01 16:00	«СБорИгра»: клуб любителей настольных игр	ул.Ленинградская,62	16+

ПЕЧАТИ И ШТАМПЫ

2-92-36 2-62-36

Здание городской администрации, вход со стороны художественного музея

Предыдущий номер газеты вы можете посмотреть и почитать здесь:



Тера

ПРЕСС

ГОРОД — ЭТО МЫ С ВАМИ!

12+

индекс 29383

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Западному федеральному округу (регистрационный номер ПИ № ТУ 78 – 02201 от 30.11.2020 г.)

Учредитель: Общество с ограниченной ответственностью Сосновоборская телерадиокомпания «Тера - студия» (ОГРН 1034701759377), Генеральный директор Ю.П. РАДЧЕНКО

Главный редактор: Н.П. КАРМАЛИТОВА

Материалы со знаком ■ печатаются на правах рекламы

За достоверность и точность рекламы ответственность несет рекламодатель. Газета не всегда разделяет мнение автора. За содержание рекламы отвечает рекламодатель. ПРИ ПЕРЕПЕЧАТКЕ МАТЕРИАЛОВ ССЫЛКА НА «ТЕРА-ПРЕСС» ОБЯЗАТЕЛЬНА.

Адрес редакции и издателя газеты «ТЕРА-пресс»: 188541, г.Сосновый Бор, ул.Ленинградская, 46. Тел./факс: 2-92-36, 2-62-36, реклама: 8-921-584-87-25, E-mail: glavred-tera@ya.ru, red-tera@ya.ru

Газета отпечатана в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 190 020, Санкт-Петербург, Вн. тер. г. МО Екатеринбургский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть. Подписание номера в печать по графику: 21.01.2025 12.00 Номер подписан в печать фактически: 21.01.2025 12.00 Цена свободная. Тираж 3000 экз. Заказ № ДБ000183-3



37 ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНЫЙ ОТРЯД ФПС ГПС ГУ МЧС РОССИИ ПО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



ПРИГЛАШАЕТ НА ДОЛЖНОСТЬ: Диспетчер пожарной связи (гражданская должность)

Удобный сменный график работы - 1/3

Мы предлагаем:

- Официальное трудоустройство;
- Материальная помощь один раз в год;
- Основной отпуск 30 календарных дней дни на дорогу к месту отпуска;
- дополнительный отпуск за выслугу лет;
- Бесплатное профессиональное обучение;
- Льготная пенсия;
- Возможность обслуживания в медицинских и санаторно-курортных учреждениях МВД и МЧС;
- Обязательное государственное страхование жизни и здоровья сотрудников.

По всем вопросам обращаться по адресу: **г. Сосновый Бор, улица Ленинградская, д.1**
или по телефонам: **8-911-946-51-00, 8-921-870-35-20**

СМОТРИТЕ ТЕЛЕКАНАЛ ТЕРА В ФОРМАТЕ LIVE!



НА ТЕЛЕВИЗОРЕ: телеканал ТЕРА можно смотреть на ТВ в блоке МТС на 552 канале.

НА КОМПЬЮТЕРЕ: телеканал ТЕРА можно смотреть в формате LIVE на сайте terastudio.com в разделе ТВ, нажав на кнопку ПРЯМОЙ ЭФИР.

НА ТЕЛЕФОНЕ: телеканал ТЕРА можно смотреть в формате LIVE в социальной сети Вконтакте по ссылке https://vkvideo.ru/@terastudio?z=video-18426903_456245106%2Fclub18426903



Бюро Гостиничных Услуг



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

**ПРЕДЛАГАЕТ
ПРОЖИВАНИЕ**
в 1-но, 2-х и 3-х комнатных
БЛАГОУСТРОЕННЫХ
КВАРТИРАХ

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



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

ПОБЕДА БУДЕТ ЗА НАМИ!

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ
В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РФ

Телефон горячей линии
8 800 444-11-47

Подробности на сайте
ЗАЩИТНИК47.РФ



Гарантированная выплата
от **2 800 000 Р**
от **210 000 Р** ежемесячно
в зоне СВО

*подробности при подписании контракта



Зарплатная плата за первый год
5 320 000 Р