



ЧИТАЙТЕ В ЭТОМ НОМЕРЕ

2 КОНЦЕРТ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ И ВЕТЕРАНОВ СВО ПРОШЕЛ В ВЫБОРГЕ

3 УЧАЩИЕСЯ ВЫБОРГСКИХ ШКОЛ СТАЛИ ПРИЗЕРАМИ «БОЛЬШОЙ ПЕРЕМЕНИ»

6 КАК МОШЕННИКИ ПОЛУЧАЮТ ДОСТУП К ЛИЧНЫМ КАБИНЕТАМ МАРКЕТПЛЕЙСОВ?

8 ТЕЛЕПРОГРАММА



Выборг – город кренделей

СТР. 1

РЕКВИЗИТ

Газету «Реквизит» можно **БЕСПЛАТНО** приобрести:

1. Магазин «Светофор» (Батальонная, 1)
2. Межпоселенческая библиотека Выборгского р-на (Пионерская, 4)
3. Центр занятости населения (Куйбышева, 4)
4. Администрация (Советская, 12)
5. ТЦ «Сетка» (Дмитрова, 4)
6. Телекоммуникационная компания «Успех» (Ленинградское шоссе, 33)
7. Совет ветеранов (Крепостная, 35)
8. Магазин «Доброцен» (ул. им. Адмирала Ф. М. Апраксина, 2)
9. СЭС (Некрасова, 12)
10. ООО «Мактон» (Первомайская, 7)
11. «ВиА-Медика» (Ленинградское шоссе, 47)

ОКНА • ДВЕРИ

+7 921 396-12-34

РЕМОНТ ОКОН И МОСКИТНЫХ СЕТОК

ВСКРЫТИЕ ДВЕРЕЙ, СЕЙФОВ АВТОМОБИЛЕЙ

БЕЗ ПОВРЕЖДЕНИИ
УСТАНОВКА И РЕМОНТ ЗАМКОВ

КРУГЛОСУТОЧНО

8 961 808 64 32, 8 911 033 35 37

Реклама



ЛО-47-01-001500 от 8 августа 2016 г. Клиника «**ВиА-Медика**»

МЕДИЦИНСКИЕ АНАЛИЗЫ*

*С ПОЛНЫМ ПЕРЕЧНЕМ ПРОВОДИМЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ ВЫ МОЖЕТЕ ОЗНАКОМИТЬСЯ В ОФИСЕ
ЗАБОР АНАЛИЗОВ С 8:00 ДО 12:00 И ВОСКРЕСЕНЬЕ С 10:00 ДО 12:00

8(81378) **5-00-12** 8(921) **952-74-10**

Ленинградское шоссе, д. 47

Все исследования проводятся в лаборатории Хеликс. Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

реклама • информация

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ нал. / безнал. расчет, НДС / без НДС

- ПЕСОК, ОТСЕВ
- ЩЕБЕНЬ, ПГС
- ЗЕМЛЯ, ТОРФ
- ОТСЫПКА УЧАСТКА

услуги экскаватора-погрузчика

Т. 8-931-319-10-95

МЕБЕЛЬ с 11⁰⁰ до 19⁰⁰ ежедневно, без обеда

КУХНИ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

ДИВАНЫ-КНИЖКИ от 8 т.р.

Некрасова, 37. Тел. 8 (921) 942-46-78

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ В КЛИНИНГОВУЮ КОМПАНИЮ!

- **СТАРШУЮ (-ЕГО) УБОРЩИЦУ (-КА)** График работы 5/2, заработная плата 23000 руб.
- **ДВОРНИКОВ-ТЕЛЕЖЕЧНИКОВ**
- **УБОРЩИЦ/УБОРЩИКОВ** График работы 2/2, заработная плата 17000 руб.

стабильная з/п, соцпакет, официальное трудоустройство.

Тел.: 8-910-978-45-15

ПЕСОК, ПГС, ЩЕБЕНЬ, ОТСЕВ, КАМЕНЬ СТРОИТЕЛЬНЫЙ, ТОРФ, ЗЕМЛЯ, ДРОВА

Аренда автомашин 12, 18, 22 кубов

Услуги экскаватора-погрузчика JSV
укладка траншей, колодцев,
планирование дорог,
уборка снега

Тел.: 8 921 763 71 97

РАЗРЕШЕНИЕ НА ВЫВЕСКУ и информационную КОНСТРУКЦИЮ

Подготовка полного пакета документов, согласование

тел.: 8-953-145-03-98

МЕСТО ДЛЯ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ

РЕКВИЗИТ 22-555

ТРАНСПОРТ

Продам

□UAZ Хантер, выпуск 2002 г., хор. состояние. Гаражное хранение. Цена: 300 т. р. Тел.: 89213897755.

ТОВАРЫ

Продам

□Дрова колотые разных пород, с доставкой. Песок, отсев, щебень, торфогрунт, торф, земля, опилки, вывоз мусора. Тел.: 89219803460.

□Дрова колотые с доставкой, ПГС, песок, щебень, отсев, земля, торф, торфосмесь. Тел.: 89219661493, Николай.

□Мебель мягкая из Новгорода: диваны-книжки, выкатные, диваны-аккордеоны, диваны-еврокнижки. Цена: от 9 000 р. Тел.: 89214286364, 89217741428.

Куплю

□Радиодетали, измерит. приборы, ген. лампы, платы, разъемы, микросхемы, реле и др. Тел.: 89167394434.

РАБОТА

Требуются

□Транспортная компания ООО «Лин» приглашает на работу водителей-экспедиторов кат. Е, тентовое направление. Стабильная компания, своевременные выплаты, устройство по ТК РФ, гибкий график. Тел.: 89213234685,

Юрий; 89213318690, Игорь Михайлович.

□Приглашаем на работу с графиком два через два по профессиям: слесарь по ремонту подвижного состава; токарь; электромонтер по ремонту электрооборудования. Обучение проводим на месте в процессе работы. Официальное трудоустройство согласно ТК РФ. Своевременная выплата зарплаты 2 раза в месяц. Компенсация медицинского осмотра. Обеспечение спецодеждой и СИЗ. Компенсация проезда до места работы и обратно. Тел. отдела кадров: 89213272529.

□Транспортная компания ООО «СЗТК «Лесогор» приглашает на работу водителей кат. Е. Зарплата от 110 000 р. Оформление согласно ТК РФ. Полный соц. пакет. Собственная база. Запись на собеседование по тел. 89213862394.

□ЧАЗ «Проф-Ресурс» приглашает на работу: монтажников РЭАиП, слесарей-сборщиков РЭАиП, намотчиков катушек (с обучением!), контролеров РЭАиП, токарей, фрезеровщиков, слесарей МСР, и др. Вахта по РФ. З/п 114 400 – 167 736 р./мес. Тел.: 89935250676, Алина.

□В клининговую компанию (на заводе «Роквул»): грузчики-разнорабочие, не боящиеся физической работы. График работы: сменный, день/ночь по 12 час. Возможны ежедневные выплаты – 2 500 р./смена. Тел.: 89522057284.

□В мебельный салон «Элегия» на постоянную работу: сборщик мебели, 2/2. Тел.: 89052013279.

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

□Медицинский педикюр. Возрастающие, грибковые, деформированные ногти. Трещины на пятках, мозоли, натоптыши. Запись по тел.: 89216339822.

□Кабинет здоровья. Улучшить здоровье в плане защиты от инфекции с помощью средств науки, тест, консультация, дерматолог. Гатчинский пер., 16, каб. 202. Тел.: 89217819469.

□Все виды парикмахерских услуг на дому, недорого. Тел.: 89110949965, Наталия.

СТРОИТЕЛЬСТВО

□Любой мелкий и средний ремонт. Натяжные потолки всем. Тел.: 89626917655.

УСЛУГИ

□Рембыттехника – сервис производит ремонт холодильников на дому в удобное время, выезд мастера бесплатно. Гарантия на работу 12 мес. Скидки. Тел.: 89215519232; 89817972719; 24674.

□Ремонт холодильников на дому. Выезд в район. Гарантия. Действует система скидок. Тел.: 89217523897, Роман.

□РЕМОНТ LCD, ЖК, ПЛАЗМА, кинескопных ТЕЛЕВИЗОРОВ, МОНИТОРОВ, спутниковых ресиверов и др. электроники на дому и в мастерской, замена матриц. По городу и району. Выезд бесплатно. Качество, гарантия. Выборг, ул. Б. Черномозная, 9, корп. 2 (вход от садика). Тел.: 89219813422.

□Электрики. Электромонтажные работы любых видов и сложности, расчет и подвоз материалов, разумные сроки, адекватные цены. Тел.: 89215797921, Артур.

□Сварочные работы. Изготовление, монтаж изделий из металлоконструкций из черного металла. Консультация. Подвоз материалов. Окраска. Тел.: 89215797921.

□Сантехники. Работы по сантехнике, расчет и подвоз материалов, консультации, разумные цены, короткие сроки, трезвый подход. Тел.: 89215797921, Артур.

□Металлоконструкции: заборы из профильного листа металлического штакетника, 3D-секций, сетки Рабица, ворота (распашные, откатные), калитки, столбы, решетки, козырьки, комплектующие для сборки откатных ворот. Гибка профильных труб, доставка, установка. Тел.: 89214286364; 89217741428; vyborgmetal.ru.

□Ремонт ноутбуков, компьютеров. Любой, срочно, гарантия. Телефон: 89650891858.

МЕСТО ДЛЯ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ

3-08-12 РЕКВИЗИТ

РЕКЛАМА ПЕЧАТИ ШТАМПА

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ВЫБОРГ, ПЕРВОМАЙСКАЯ ДАМЬ 7

макстон 22-555

ЗАЩИТА РОДИНЫ – НАША ПРОФЕССИЯ ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РФ

1 000 000 р
ЕДИНОВРЕМЕННО

Региональная выплата **505 000 р**
+ Федеральная выплата **195 000 р**
+ **ЗЕМЕЛЬНЫЙ СЕРТИФИКАТ**
или **300 000 р***

+ СОХРАНЕНИЕ ВЫПЛАТЫ 100% ПЕНСИИ СИЛОВИКАМ
+ КОМПЕНСАЦИЯ ПРОЕЗДА ИЗ ЛЮБОГО РЕГИОНА РФ

от **204 000 р**
ежемесячно в зоне СВО

Обращаться в Военный комиссариат
г. Выборг, Ленинградское шоссе, д. 28А
тел.: 8 (81378) 2-53-00



Выборг – город кренделей

ПОТРАСАЮЩАЯ АТМОСФЕРА ПРАЗДНИКА, ВОСХИТИТЕЛЬНЫЕ КРЕНДЕЛИ ОТ ВЫБОРГСКИХ ПЕКАРЕН, СУПЕРАКТИВНЫЕ ГОСТИ МЕРОПРИЯТИЯ, РАЗНООБРАЗНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ, СРЕДНЕВЕКОВЫЙ АНТУРАЖ, ТАНЦЫ, ЛУЧНЫЙ И РЫЦАРСКИЙ ТУРНИРЫ – ВСЕ ЭТО ПРО ПЕРВЫЙ ФЕСТИВАЛЬ ВЫБОРГСКОГО ГОСТЕПРИИМСТВА «КРЕНДЕЛЬ ФЕСТ», КОТОРЫЙ ПРОШЕЛ В ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА.

Мероприятие развернулось на нескольких площадках исторической части Выборга. В Старом городе и Выборгском замке царил праздничная атмосфера, а в воздухе витал запах свежей выпечки.

Фестиваль был организован в виде интерактивной игры по станциям. Участники посещали различные локации и достопримечательности города. В квесте были задействованы Дом Бюргера, Ганзейский двор, Ремесленный город, Средневековая таверна и другие точки притяжения.

На каждой станции участники игры получали задания, связанные с историей и культурой Выборга, а также с Выборгским кренделем.



За успешное выполнение игроки получали отметки в маршрутный лист.

По итогам победители получили возможность попасть на дегустацию кренделей от разных пекарен в Выборгском замке и принять участие в голосовании за лучшее хлебобулочное изделие.

Торжественное открытие фестиваля состоялось на территории Выборгского замка, где вечером того же дня были подведены итоги голосования для определе-

ния победителя конкурса зрительских симпатий «Народный крендель».

В мероприятии принял участие глава районной администрации Валерий Савинов, который в своей приветственной речи к гостям отметил важность этого фестиваля.

«Праздник удался, мы видим его масштаб, видим хорошее настроение его гостей, праздничную атмосферу. В этом году город отмечает свое 730-летие, в каждое мероприятие во-

влечены и бизнес, и сфера гостеприимства, и различные точки общепита... Все это вместе дает дополнительный импульс для развития Выборга. Вместе с городом развивается и событийный туризм, и главное – наши жители вовлечены в этот процесс, что приносит много положительных моментов. Все нацелено на наше единство, наше сплочение. Так держать, Выборг!» – подчеркнул Валерий Савинов.

«Идея проекта заключается в том, чтобы гости фестиваля смогли не только

попробовать крендели местных пекарен, приготовленные на высоком уровне, но также больше узнать об истории самого города, его знаковых объектах и гастрономическом бренде Ленинградской области – Выборгском кренделе. Это уникальное для Выборга мероприятие интегрирует в свою программу множество городских заведений и достопримечательностей. «Крендель Фест» воплощает в себе дух, традиции и историко-культурные ценности нашего города и будет интересен посетителям всех возрастов», – рассказал предсе-

датель комитета по внешним связям и туризму Владимир Васильев.

Также во время фестиваля работали четыре стилизованные площадки: лавки мастеров и торговцев сувенирной продукцией. Изделия ручной работы смогли приобрести все желающие на площади Старой ратуши, в Выборгском замке, а также у Рыцарского дома и Усадьбы Бюргера. Кроме того, в Выборгском замке зрители смогли увидеть рыцарский латный турнир и принять участие в мастер-классах по старинным танцам и в других различных конкурсах.

Также гостей фестиваля порадовали выступления музыкальных коллективов.

В рамках концертной программы выступила известная выборгская фолк-группа «DarkRive».

Фестиваль «Крендель Фест» стал настоящим праздником для жителей и гостей Выборга. Он объединил людей разных возрастов и интересов, познакомил их с историей и культурой города, а также с его фирменным хлебобулочным изделием – Выборгским кренделем.

Ульяна Сахарова

Фото: Дмитрий Соколов





НОВОСТИ ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА

Концерт для участников и ветеранов СВО прошел в Выборге

В МИНУВШЕЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ ВО ДВОРЦЕ КУЛЬТУРЫ ВЫБОРГА ПРОШЕЛ КОНЦЕРТ «БУДЕМ ЖИТЬ!», ПРИУРОЧЕННЫЙ К ДНЮ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА И ОРГАНИЗОВАННЫЙ ПРАВИТЕЛЬСТВОМ ЛЕНОБЛАСТИ, АДМИНИСТРАЦИЕЙ МО «ВЫБОРГСКИЙ РАЙОН», А ТАКЖЕ ФИЛИАЛОМ ГОСУДАРСТВЕННОГО ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА» В ЛЕНОБЛАСТИ.

В зале присутствовали участники и ветераны СВО, члены их семей, приехавшие из разных муниципальных образований региона. Также на мероприятии присутствовали представители филиала государственного фонда «Защитники Отечества» в Ленобласти, представители районной администрации, филиала областного Мультицентра социальной и трудовой интеграции в Выборге и депутаты.



«Исторические события тех лет и настоящего времени показывают, какую сплоченность и единство может проявить народ во время опасности для России. Наше

государство – многонациональное и мультикультурное. И в этом его стержень и уникальность. Наши герои являются представителями десятков народов, которые

вместе защищают сейчас Родину. В единстве – сила России», – отметил руководитель филиала фонда «Защитники Отечества» в Ленобласти Сергей Галяев,

обратившись к гостям с ответственной речью.

На сцене выступили творческие коллективы Выборгского района и Санкт-

Петербурга, в числе которых были авторы – исполнители военных песен. На концерте прозвучало исполнение а капелла группы «Супермотив», выступившей со своей программой.

Российская эстрадная певица Афина также поздравила гостей с праздником.

«Сегодня в этом зале собрались те, кто в сложный для Родины момент встал на ее защиту, а также родные и близкие героев, которые находятся сейчас на передовой. Мы гордимся и восхищаемся стойкостью и отвагой наших земляков. В наших сердцах навеки останутся имена тех, кто отдал свою жизнь за Россию и за нас», – отметила советник главы районной администрации Елена Кярема ⁴⁷

Анастасия Девицина
Фото: vbglenobl.ru

Открылась выставка «Летопись этой войны»

ВЫСТАВКА «ЛЕТОПИСЬ ЭТОЙ ВОЙНЫ» ОТКРЫЛАСЬ ДЛЯ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ В ВЫБОРГСКОМ ОТДЕЛЕНИИ ФИЛИАЛА ГОСУДАРСТВЕННОГО ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА» В ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ.

На открытие выборжане пришли семьями. На мероприятии присутствовали активисты совета ветеранов, а также местные исполнители песен собственного сочинения, которые исполнили свои произведения.

Автор выставки Мария Циколина привезла в Выборг 85 своих работ, выполненных углем в технике пастель. Все работы посвящены специальной военной операции.

«Как стенографист пытается улететь за речью, так и я пытаюсь улететь за событиями, чтобы все это не забылось. Рисую то, что чувствую, образы приходят сами, иногда достаточно пары фраз из новостной ленты, репортажа или просто

стихотворения, и мне остается только перенести их на бумагу», – сказала автор картин.

Художница часто присутствует на передовой и в больницах зоны СВО, общаясь с бойцами и их родственниками в качестве волонтера. Мария Циколина не раз проводила выставки своих сюжетных работ в больничных палатах и блиндажах.

«В моей душе очень больно отзываются происходящие события, и у меня нет права оставаться в стороне, я с Родиной и в горе, и в радости. Наши бойцы – стальные люди, полные отваги и героизма», – отметила Мария Циколина.

Выставка будет открыта до 1 декабря с 09:00 до 18:00 по будням.

Государственный фонд «Защитники Отечества» создан по инициативе президента России Владимира Путина и направлен на поддержку участников СВО, а также их семей ⁴⁷

Анастасия Девицина
Фото: vbglenobl.ru





НОВОСТИ ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА

Подготовила Анастасия Девицина

Итоги визита администрации в школьные столовые Выборга

В ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ОСЕННИХ КАНИКУЛ ГЛАВА РАЙОННОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ВАЛЕРИЙ САВИНОВ ПОБЫВАЛ В ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ ВЫБОРГА. В ХОДЕ ВИЗИТА ОН ЛИЧНО СПРОСИЛ У ДЕТЕЙ О КАЧЕСТВЕ И РАЗНООБРАЗИИ БЛЮД, А ТАКЖЕ ПОИНТЕРЕСОВАЛСЯ ИХ КУЛИНАРНЫМИ ПРЕДПОЧТЕНИЯМИ.

Заведующая столовой гимназии отметила, что в меню регулярно присутствуют каши, супы, запеканки, но особой популярностью у учащихся пользуется свежая выпечка. Также в гимназии часто подают сезонные фрукты. Педагоги и сами ученики отметили, что в столовой так вкусно кормят ежедневно.

Валерий Савинов также посетил школу № 37. Директор школы Наталия Даниловна пригласила гостя попробовать горячий завтрак и отметила, что замечаний относительно качества и вкуса блюд от детей



практически не поступает. Родители школьников тоже регулярно заглядывают в столовую и оставляют свои пожелания.

Также в ходе визитов в образовательные учреждения Валерий Савинов с уполномоченными представителями обсудил оснащение пищеблоков и обеденных залов, а также поднял вопрос о закупке молочных продуктов у местных производителей.

«Недавно проведенный в школах Выборгского района мониторинг показал, что не все участники образовательного процесса довольны качеством питания. Однако сегодня мы уви-

дели и попробовали творожную запеканку, яблоки, кофейный напиток – нареканий нет. Кому-то нравится одно, кому-то другое, подобные замечания помогут исправить вариативное меню или школьное кафе. Такой пример у нас уже имеется – в школе № 13 открыто кафе. Сейчас обсуждается его создание и в Первомайском центре образования», – поделилась Светлана Хазипова, заместитель председателя комитета образования администрации Выборгского района

Фото: vbglenobl.ru

Учащиеся выборгских школ стали призерами «Большой перемены»

В МЕЖДУНАРОДНОМ ДЕТСКОМ ЦЕНТРЕ «АРТЕК» В МИНУВШЕЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ ПРОШЛО ТОРЖЕСТВО, ПОСВЯЩЕННОЕ ЧЕСТВОВАНИЮ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ ЧЕТВЕРТОГО СЕЗОНА ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА».

По итогам данного конкурса, в котором участвовали более 3 миллионов школьников 8 – 10-х классов, призерами стали учащийся выборгской школы № 10 Вадим Бернштейн (наставник – Ольга Колодяжная), Алина Тюрина и Илья Ефимочкин из школы № 14 (наставник – Светлана Бельская).

В мероприятии приняли участие первый заместитель руководителя Администрации Президента РФ Сергей Кириенко и министр просвещения Сергей Кравцов.

«Россия сегодня – страна ваших возможностей. От того, насколько смело вы будете мечтать, сколько усилий вы приложите для достижения своей мечты, зависит не только ваш успех, но и успех всей нашей большой страны», – сказал Сергей Кириенко.

«Сегодня, одержав победу в конкурсе “Большая перемена”, вы уже достигли серьезного результата. Я всех вас поздравляю и желаю вам идти только впе-

ред. Наше главное достижение – это вы. Вы – наша гордость, вы – наше будущее. Мы делаем все для того, чтобы вы развивались, становились успешными», – сказал Сергей Кравцов.

Победители конкурса среди 9-х классов получают по 1 миллиону рублей на образование, а также дополнительные баллы к портфолио достижений для поступления в вузы.

Победители среди 8 – 9-х классов, а также призеры среди 10-х классов получают по 200 тысяч рублей. Призеры 10-х классов получают по 100 тысяч рублей

Фото: школа № 10 г. Выборга

Семинар «Территория Безопасности. Антитеррор: от войны к миру» прошел в Выборге

СЕГОДНЯ ИНТЕРАКТИВНЫЙ СЕМИНАР «ТЕРРИТОРИЯ БЕЗОПАСНОСТИ. АНТИТЕРРОР: ОТ ВОЙНЫ К МИРУ» ОБЪЕДИНИЛ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАЙОННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СООБЩЕСТВА, СПЕЦИАЛИСТОВ ПО РАБОТЕ С МОЛОДЕЖЬЮ И РОДИТЕЛЬСКУЮ ОБЩЕСТВЕННОСТЬ. МЕРОПРИЯТИЕ ПРОХОДИЛО НА БАЗЕ ВЫБОРГСКОЙ ШКОЛЫ № 10.

Директор школы, депутат МО «Город Выборг» Ольга Лобанкова произнесла приветственную речь и подчеркнула значимость мероприятия, раскрывающего основные современные информационные угрозы, их новые формы



и тренды в сети Интернет, а также комплекс мер для защиты от них.

В ходе семинара участники посмотрели информационно-просветительский фильм «Антитеррор: от войны к миру», который был создан в рамках регионального проекта «Ленинградская область – Территория Безопасности», реализуемого на

средства гранта губернатора Ленобласти.

Проект направлен на профилактику идеологии экстремизма и терроризма и защиту психологического здоровья молодежи от негативных воздействий в сети Интернет

Фото: vbglenobl.ru

Выборгский спортсмен занял почетное место в проекте «Всероссийская паркур лига»

В МИНУВШУЮ СУББОТУ, 4 НОЯБРЯ, В ТУЛЕ ПРОХОДИЛ ФИНАЛЬНЫЙ ЭТАП ВСЕРОССИЙСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПАРКУРУ, ГДЕ СОБРАЛИСЬ 150 ЛУЧШИХ СПОРТСМЕНОВ ДИСЦИПЛИНЫ ЭТОГО НАПРАВЛЕНИЯ В СПОРТИВНОМ КОМПЛЕКСЕ «НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ».

На площадке собрались спортсмены из России, Белоруссии и Казахстана.

Спортсмены из Выборга также принимали участие. По итогам соревнования Степан Зотов, участник выборгского клуба «Фаворит Флоу», занял 3-е место в спидране.

Участников и гостей события поприветствовал министр спорта Тульской области Дмитрий Яковлев.

«Паркур – это современное и стильное спортивное направление. Мы рады принимать на тульской земле финальный этап проекта. Желаю участникам ярких зре-

листных выступлений. А мы, в свою очередь, будем способствовать развитию паркура в регионе и дальше», – сказал Дмитрий Яковлев.

Проект «Всероссийская паркур лига» направлен на создание максимально комфортных условий для соревнований подрастающего поколения от 10 до 17 лет, занимающегося паркуром

Фото: Всероссийская паркур лига





НОВОСТИ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Подготовила Анастасия Девецина

Семинар по молодежному предпринимательству прошел в Выборге

7 НОЯБРЯ В ВЫБОРГЕ ПРОШЕЛ СЕМИНАР В РАМКАХ ПРОЕКТА ПО МОЛОДЕЖНОМУ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВУ «47. ТЕРРИТОРИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ».

На мероприятии присутствовали представители администрации Ленобласти и Выборгского района, которые рассказали о мерах федеральной и региональной поддержки малого и среднего предпринимательства.

Бизнес-тренер проекта и предприниматель Денис Поничев провел тренинг «Миллион на своих увлечениях». На нем были определены девять лидеров со своими бизнес-идеями, и команды, образовавшиеся из участников форума, разобрали данные идеи в командах.

Также на семинаре успешные предприниматели Выборга, Выборгского района и Ленинградской области презентовали свои проекты, среди которых были: VR-студия с 3D-экскурсией по восстановленному, утраченному памятнику Выборга, галерея ремесел и банный комплекс.

В конце семинара все участ-



ники были приглашены на бизнес-интенсивы, которые, в свою очередь, стартуют 13 ноября, а также на итоговый форум в декабре.

Данный проект реализуется региональной общественной организацией «Центр общественных инициатив» при поддержке комитета общественных коммуникаций Ленинград-

ской области и при содействии комитета по молодежной политике Ленинградской области, совместно с Клубом молодых предпринимателей Росмолодежь.Бизнес [47](#)

Фото: Территория возможностей – бизнес для молодежи!

Ленинградцы напишут экологический диктант

С 9 ПО 26 НОЯБРЯ ПРОЙДЕТ V ВСЕРОССИЙСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИКТАНТ.

Так, в 2022 году событие объединило 44 588 жителей Ленинградской области на 19 офлайн-площадках.

С сегодняшнего дня в Ленобласти зарегистрированы площадки для проведения диктанта в офлайн-формате, а именно: школы поселка Толмачёво и Выборга,

а также Центр развития творчества в Сосновом Бору.

Все желающие могут пройти тестирование также онлайн, зарегистрировавшись на портале «Всероссийский экологический диктант».

Диктант состоит из 25 вопросов, которые посвящены темам обращения с отходами, заповедных территорий, природы и устойчивого развития новых территорий Рос-

сии. Всем участникам диктанта будут вручены сертификаты участника, а те, кто набрал максимальное количество баллов, получат дипломы победителей.

Организаторами проекта являются АНО «Равноправие», ООД «Ангел Детство-Хранитель» и Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей. Генеральный партнер события – Союз энерго-экологической безопасности.

Региональный оператор в Ленинградской области – Центр дополнительного образования «Ладога» [47](#)

Фото: lenobl.ru

Ленобласть – самый читающий регион по итогам Всероссийского конкурса

В ЭТОМ ГОДУ ЛАУРЕАТОМ ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «САМЫЙ ЧИТАЮЩИЙ РЕГИОН-2023» СТАЛА ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ С ПРОЕКТОМ «КНИЖНЫЙ ВЫБОРГ», НАПРАВЛЕННЫМ НА ПРОДВИЖЕНИЕ КНИГИ И ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ЧТЕНИЯ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ.

Международный форум читателей детской и юношеской литературы «Книжный Выборг» проводится ежегодно с 2020 года. В этом году форум проводился в библиотеке Алвара Аалто в Выборге.



В рамках форума проводилась презентация книжных новинок, были организованы встречи детей с писателями, проводились мастер-классы, обсуждения и исследования. Об этом поделился председатель комитета по сохранению культурного наследия Ленобласти Владимир Цой.

В текущем году конкурс «Самый читаю-

щий регион» объединил 89 субъектов РФ, каждый из которых поделился успешной практикой продвижения книги и чтения.

Также в тройку лауреатов конкурса вошли Нижегородская область и Ставропольский край [47](#)

Фото: lenobl.ru

Школы искусств пополнились музыкальными инструментами

ЗАВЕРШИЛОСЬ ОСНАЩЕНИЕ ДЕТСКИХ ШКОЛ ИСКУССТВ НОВЫМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ, ЛИТЕРАТУРОЙ, ОБОРУДОВАНИЕМ И МЕБЕЛЬЮ В РАМКАХ НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА «КУЛЬТУРА».

В текущем году было потрачено 10,4 миллиона рублей на приобретение 156 музыкальных инструментов, 964 единиц оборудования, 2 539 единиц учебной литературы, а также мебели.

В детскую школу искусств, расположенную

в деревне Гостилицы в Ломоносовском районе, завезли новый офортный станок для занятия гравюрой, ткацкий станок, гончарный круг, муфельную печь, а также стеллажи для сушки глиняных изделий, системы хранения и витрины.

Колтушская детская школа искусств также пополнилась роялем, пианино, баяном и барабанами, а также современным оборудованием.

Для преподавателей школ искусств в Светогорске и Выборге были выделены обновленные музыкальные инструмен-

ты, а в школу искусств в Коммунаре завезли новый рояль, который был изготовлен специально для учреждения.

За время участия Ленинградской области в национальном проекте «Культура» для учеников школ искусств было приобретено более 9 тысяч музыкальных инструментов, оборудования и учебной литературы [47](#)

Фото: freepik.com





Что нужно знать о ПНЕВМОНИИ

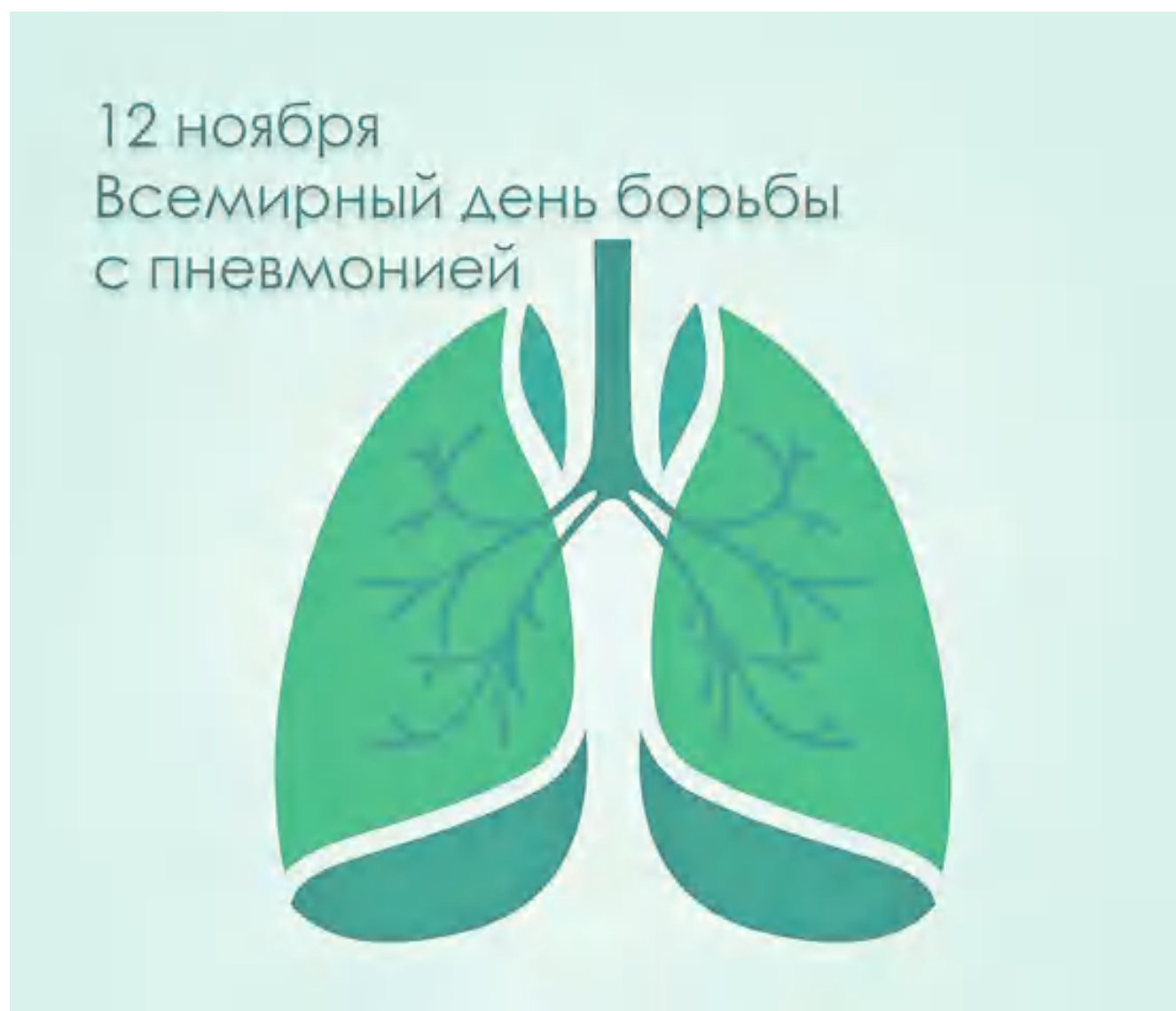
ЕЖЕГОДНО 12 НОЯБРЯ ОТМЕЧАЕТСЯ ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ПНЕВМОНИЕЙ. ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЙ, КОТОРЫЕ МЕДИКИ ПРОВОДЯТ В ЭТОТ ДЕНЬ – РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ О ЗАБОЛЕВАНИИ, СПОСОБАХ ЛЕЧЕНИЯ ПНЕВМОНИИ, И ЕЕ ПРОФИЛАКТИКЕ. ОБ ЭТОМ И НАША СТАТЬЯ.

КОВАРНость БОЛЕЗНИ

Пневмония – одно из самых распространенных заболеваний в мире. Ей подвержены люди любого возраста, особенно дети до 5 лет и взрослое население старше 65.

К группе риска относятся пациенты, имеющие сопутствующие заболевания: онкологию, сахарный диабет, инсульты, туберкулез, расстройство иммунитета, проблемы с весом, а также сердечно-сосудистые и эндокринные заболевания. Развитию пневмонии подвержены курящие и злоупотребляющие алкоголем люди. Никотин и пары алкоголя повреждают слизистую оболочку бронхов, создают благоприятную среду для внедрения и размножения инфекции.

Несмотря на то, что сегодня пневмония в России и в мире активно диагностируется и достаточно успешно лечится, заболевание остается одним из десяти самых опасных, приводящих к смерти, особенно – среди детей. У малышей до года пневмония часто имеет нетипичное течение: ее первые симптомы могут проходить незаметно, а затем следует молниеносное развитие. В этом – коварность заболевания и одна из причин того, что не все своевременно получают правильное лечение. Поэтому борьба с пневмонией более всего беспокоит детских врачей. По инициативе Глобальной коалиции против детской



пневмонии в 2009 году в календаре и появился день борьбы с этим заболеванием.

СПОСОБ ПЕРЕДАЧИ

Наши легкие состоят из небольших мешочков – альвеол, которые при дыхании наполняются воздухом. При воспалении легких альвеолы заполняются гноем и жидкостью, что затрудняет дыхание, делает его болезненным и ограничивает потребление кислорода.

Пневмония может быть вызвана вирусами и бактериями, которые передаются, в том числе, воздушно-капельным и контактно-бытовым путем. Также может развиваться грибковая пневмония, когда человек вдыхает микроскопические частицы грибка из окружающей среды. Возможно заражение через кровь.

Пневмония может быть самостоятельным заболеванием или вторичным осложнением многих инфекционных и неинфек-

ционных процессов, в том числе, коронавирусной инфекции или сердечной недостаточности.

При этом специалисты замечают, что, несмотря на то, что заболевание может быть вызвано передачей микроорганизмов от человека к человеку, развивается оно не у всех. Чаще угроза заражения и развития пневмонии касается тех людей, которые находятся в группах риска: из-за слабости иммунитета или сопутствующих заболеваний, пневмония может быстро развиваться до тяжелой степени.

ПРИЗНАКИ И ДИАГНОСТИКА

Пневмония часто начинается с лихорадки: температура тела повышается до 39-40°, или же опускается ниже нормальной (характерно для пожилых). Среди симптомов – продолжительный кашель, сначала сухой, затем – с «ржавой» мокротой. Болезнь сопровождается слабостью, головной болью, тошнотой,

болью в грудной клетке и одышкой. При дыхании появляются боли в груди.

Так как пневмония часто является осложнением гриппа, ОРВИ и бронхита, для ее выявления необходимо провести рентгенологическое обследование, цифровую флюорографию или компьютерную томографию органов грудной клетки. Эти методы позволяют обнаружить участки воспаления и объем поражения легких.

Только максимально точный диагноз с указанием позволит доктору назначить правильное лечение. Если причина заболевания – вирус, назначается противовирусная терапия, если грибки – противогрибковая, бактериальную пневмонию лечат антибиотиками. В тяжелых случаях пневмонии рекомендуется госпитализация.

УГРОЗЫ И РИСКИ

Своевременно и грамотно поставленный

диагноз является залогом правильного лечения, а значит – и выздоровления пациента. Реальные угрозы кроются в осложнениях пневмонии, среди которых специалисты выделяют легочные и внелегочные.

Легочными осложнениями при пневмонии могут быть: обструктивный синдром, абсцесс, гангрена легкого, острая дыхательная недостаточность, параневмонический экссудативный плеврит. Среди внелегочных могут получить развитие: острая сердечно-легочная недостаточность, эндокардит, миокардит, менингит, инфекционно-токсический шок, анемия и т. д.

Как видим, запущенная пневмония может спровоцировать серьезные заболевания, поэтому пускать болезнь на самотек весьма опасно.

НЕ НАВРЕДИ СЕБЕ!

Врачи строго запрещают заниматься при пневмонии самолечением,

особенно с использованием антибиотиков. Сегодня существуют различные группы антибактериальных препаратов, и только доктор, знающий историю болезни и своего пациента, может подобрать правильную и адекватную терапию. Также в остром периоде заболевания врачи рекомендуют воздержаться от физиотерапевтических процедур, в том числе, методов лечения, особенно связанных с нагреванием тканей.

Помните, что при болезни нельзя:

- курить и употреблять спиртные напитки,
- переносить болезнь на ногах, бегать и прыгать,
- при температуре принимать ванну или душ,
- ходить в баню и сауну,
- пить холодные напитки.

В период повышения температуры важно соблюдать постельный режим. Важно: регулярно проветривать помещение, в котором находится больной.

КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ

Главной мерой предупреждения пневмонии является закаливание организма и поддержание иммунитета.

Главной мерой специфической профилактики врачи называют вакцинацию (своевременная иммунизация против пневмококка, гемофильной палочки, гриппа, коронавируса, кори, коклюша). А также: использование масок в общественных местах, мытье рук, полноценное питание, своевременное проветривание и уборка дома. Все то, что каждому хорошо известно и доступно!

Следуйте этим советам и будьте здоровы!

Подготовила
Ирина Алексеева
по материалам открытых источников



ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ

Как мошенники получают доступ к личным кабинетам маркетплейсов?

Активное развитие дистанционных платежных сервисов, лежащих в основе бизнес-модели маркетплейсов, постоянно поддерживает интерес мошенников к этим площадкам. В целом, как говорит статистика МВД, количество мошеннических действий с использованием электронных средств платежа сократилось по итогам 5 месяцев 2023 года почти на треть по сравнению с аналогичным периодом 2022 года. Звучащая «из каждого утюга» установка на то, что ни в коем случае нельзя сообщать посторонним данные своей карты и платежные коды из СМС и чатов, наконец-то начала работать, а приемы социальной инженерии мошенников все чаще дают сбой. Но в случае с маркетплейсами применяются более изощренные схемы обмана, распознать которые сложнее. В результате, по данным одного из крупнейших маркетплейсов страны, 66 % клиентов онлайн-магазинов хотя бы раз были

обмануты мошенниками. Что делать пользователям, чтобы защитить свои данные, рассказал руководитель Центра финансовой грамотности НИФИ Минфина России Михаил Сергейчик.

Существует три главных способа обмана. Первый – покупатель переводит деньги по незнакомой ссылке, а продавец перестает выходить на связь. Второй – мошенник представляется сотрудником службы безопасности или службы поддержки и выманивает персональные данные. Третий – злоумышленники различными способами заставляют перейти по ссылке на фишинговый, то есть поддельный, сайт аналогичный сайту онлайн-магазина и через него осуществляют кражу денег.

Взлом аккаунта и заказ через него нерационально большого количества товара – явление редкое. Говорить здесь о краже денег не приходится, скорее, может идти

речь о недобросовестной конкуренции – в теории недобросовестный предприниматель таким образом может лишить своего конкурента товарного запаса и стать на время монопольным продавцом. В свою очередь представители маркетплейсов утверждают, что в подавляющем большинстве случаев ошибочные покупки совершают невнимательных онлайн-шопоголиков. В любом случае, онлайн-шопинг в современном мире требует соблюдения базовых правил кибербезопасности.

К ним можно отнести следующее:

1. Обязательный сложный пароль к своему аккаунту на телефоне, планшете и компьютере (пароль необходимо обновлять регулярно).
2. Нельзя передавать свои электронные устройства в другие руки, в том числе своим детям.
3. Выход «за территорию» мессенджеров электронной площадки и прямое обще-

ние с продавцом. С этого шага в большинстве случаев начинаются и классические, и экзотические мошеннические схемы.

4. Переход по сторонним ссылкам от неизвестных. Например, клиент читает отзывы на заинтересовавший его товар и видит комментарий другого клиента со ссылкой на аналогичный товар, но якобы более качественный. Переходить по таким ссылкам опасно. Автоматически может начаться загрузка вредоносного ПО на устройство. В результате злоумышленники могут получить ваши личные данные и возможность входа в ваш личный кабинет.

5. Длительное использование одного и того же пароля. Обычно личный кабинет не только хранит данные клиента, но и дает возможность быстрой оплаты. Поэтому к регулярной смене и выбору пароля от ЛК нужно относиться максимально ответственно. Менять пароль лучше раз в 5-6 месяцев.

Причем для разных сервисов нельзя использовать одну и ту же комбинацию цифр и букв. Более надежную защиту ваших данных обеспечит двухфакторная аутентификация: для входа в профиль потребуется ввести не только логин/пароль, но и код из СМС.

6. Онлайн-шопинг через открытые сети Wi-Fi. Если вы совершаете покупки не через защищенную домашнюю сеть, лучше воспользоваться интернетом через мобильную сеть 4G. В идеале – для интернет-серфинга и шопинга использовать виртуальную частную сеть (VPN) в качестве персонального интернет-шлюза.

7. Карта для оплаты товаров. Для расчетов в интернете лучше использовать отдельную карту: держать ее пустой до момента оплаты и пополнять перед оплатой только на сумму покупки. Кроме того, практически все банковские приложения позволяют установить максимальный лимит расходов по карте.

Что делать, если ваш

личный кабинет взломали и от вашего имени оформили и оплатили заказ?

Если такое произошло, нужно как можно скорее отменить заказ и обратиться с жалобой в маркетплейс. В жалобе необходимо подробно описать произошедшее и потребовать возврат средств. Если торговая площадка откажет в возврате, нужно зафиксировать этот факт. Например, сделать скриншот переписки со службой поддержки. Это пригодится для будущих разбирательств.

Вернуть деньги в случае отказа торговой площадки поможет чарджбек (chargeback) – это возможность вернуть деньги через банк. Однако, если деньги за товар, который пользователь не заказывал, вернуть удастся, то со штрафом за отказ от покупки – уже сложнее. Избежать списания средств поможет только блокировка банковской карты.

В этом случае взыскать деньги за доставку товара (штраф за отмену) маркетплейс сможет только в судебном порядке. Чтобы отстоять свою правоту в суде, потребителю необходимо доказать, что он не заказывал товар, а аккаунт был взломан.

Каждая ситуация разрешается индивидуально, поэтому необходимо собирать и хранить все возможные подтверждения действий злоумышленников.

Чтобы маркетплейс больше не хранил и не обрабатывал персональные данные пользователя, в том числе – данные карты, которые сохраняются даже после их удаления из ЛК, нужно направить письменный отзыв своего согласия на обработку персональных данных [47](#)

ДФГ НИФИ Минфина России
по финансовой грамотности
Фото: freepik.ru





Александр Дрозденко ответил на вопросы жителей региона



Ответы на вопросы, поступившие губернатору Ленинградской области Александру Дрозденко от жителей региона в ходе прямой телефонной линии.

Просим решить вопрос организации водоснабжения жителей микрорайона Березовая Аллея поселка Рябово Тосненского района Ленинградской области.

Отвечает комитет по жилищно-коммунальному хозяйству Ленинградской области.

В настоящее время актуализирована схема водоснабжения и водоотведения муниципального образования «Рябовское городское поселение» Тосненского района, в соответствии с которой в ближайшие годы возможно подключение микрорайона Березовая Аллея к централизованной системе холодного водоснабжения. В связи с тем, что сейчас в квартирах нет внутренних сетей водоснабжения и водоотведения для подключения централизованного водоснабжения, собственникам помещений

необходимо обратиться в управляющую компанию с вопросом переустройства общедомового имущества и обустройства внутренних сетей водоснабжения в каждой квартире. После этого можно вести строительство наружных водопроводных сетей и сетей водоотведения, а также проводить подключение к ним.

Когда будет открыт фельдшерско-акушерский пункт в деревне Нурма Тосненского района Ленинградской области?

Отвечает комитет по здравоохранению Ленинградской области.

6 сентября 2023 года после устранения всех замечаний застройщиком фельдшерско-акушерский пункт (далее – ФАП) принят по акту приема-передачи администрацией Тосненской клинической

межрайонной больницы. После передачи в оперативное управление больнице и получения лицензии на медицинскую деятельность ФАП в деревне Нурма начнет прием пациентов. Ориентировочный срок начала работы ФАПа – ноябрь-декабрь 2023 года.

Просим восстановить график работы фельдшера в деревне Подборовье Бокситогорского района Ленинградской области.

Отвечает комитет по здравоохранению Ленинградской области.

С 5 октября возобновлена работа Подборовского фельдшерско-акушерского пункта по графику 2 раза в неделю (вторник, четверг).

Поезд из Санкт-Петербурга прибывает в Сланцы в 12:00, а от-

правляется обратно в 14:00, что неудобно для жителей. Просим изменить расписание движения поезда.

Отвечает комитет Ленинградской области по транспорту.

В настоящее время ОАО «РЖД» формирует программу по обновлению подвижного состава для пригородных перевозок до 2035 года, в которой предусмотрена поставка с 2024 по 2026 год двух единиц дизель-поездов на полигон обслуживания АО «Северо-Западная пригородная пассажирская компания» (далее – АО «СЗППК»).

Для улучшения транспортной доступности жителей Сланцевского и Кингисеппского районов Комитетом, совместно с АО «СЗППК», разработан проект конфигурации движения пригородных поездов на участках

Санкт-Петербург – Ивангород и Санкт-Петербург – Сланцы с назначением в ежедневном режиме пригородных поездов Ивангород – Веймарн и Сланцы – Веймарн. В соответствии с данным проектом, на маршруте Сланцы – Санкт-Петербург запланировано курсирование 2 пар пригородных поездов ежедневно, в том числе отправлением от железнодорожной станции Сланцы в 05:35 с прибытием в Санкт-Петербург в 09:20 и отправлением из Санкт-Петербурга в 18:40 и прибытием в Сланцы в 21:42. После поступления указанного неэлектрифицированного подвижного состава на Октябрьскую железную дорогу и передачи его в аренду АО «СЗППК» можно будет актуализировать этот проект.

Сейчас прямое транспортное сообщение между Сланцами и Санкт-Петербургом

обеспечено в ежедневном режиме посредством работы регулярных смежных межрегиональных и межсубъектных автобусных маршрутов № 851, 851Д, 969, 3740. Кроме этого, ежедневно в 05:00 межмуниципальным автобусным маршрутом № 104 «Сланцы – Кингисепп» осуществляется доставка жителей города Сланцы к поезду № 6662 сообщением Ивангород – Санкт-Петербург Балтийский отправлением от станции Кингисепп в 06:42 и прибытием в Санкт-Петербург в 09:20. А также в вечернее время с поезда № 6661 Санкт-Петербург Балтийский – Ивангород, прибывающего на станцию Кингисепп в 21:32, жители доставляются до Сланцев рейсом автобусного маршрута № 104 отправлением от Кингисеппа в 21:50 47

Пресс-служба администрации Ленинградской области



ТВ ПРОГРАММА

ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ

13-19 ноября 2023 г.

ЛЕН ТВ 24

ВЫБОРГСКОЕ ТВ

13 ноября, ПОНЕДЕЛЬНИК

06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
09:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
09:05 «Семейный альбом», сериал (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Крещение Руси», д/ц (12+)
12:10 «Бегущая от любви», сериал (16+)
13:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
13:15 «Бегущая от любви», сериал (16+)
14:05 «Польский след», д/ф (12+)
15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
15:35 «Заповедники РФ», д/ц (12+)
16:00 «Не факт», д/ц (12+)
16:30 «Дело №», д/ц (12+)
17:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
17:15 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
19:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
19:15 «Путешествия в деталях», д/ц (12+)
19:30 «Доктор Анна», сериал (16+)
20:30 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
21:10 Игра на миллионы (16+)
23:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
23:40 Команда мечты (16+)
01:20 «Больше, чем любовь», д/ц (12+)
02:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
02:40 Стейк от купор (16+)
04:20 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)

14 ноября, ВТОРНИК

06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
09:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
09:05 «Семейный альбом», сериал (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Крещение Руси», д/ц (12+)
12:10 «Бегущая от любви», сериал (16+)
13:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
13:15 «Бегущая от любви», сериал (16+)
14:05 «Польский след», д/ф (12+)
15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
15:35 «Заповедники РФ», д/ц (12+)
16:00 «Не факт», д/ц (12+)
16:30 «Дело №», д/ц (12+)
17:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
17:15 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
19:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
19:15 «Путешествия в деталях», д/ц (12+)
19:30 «Доктор Анна», сериал (16+)
20:30 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
21:10 Ангел пролетел (16+)
23:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
23:40 Сюрприз (16+)
01:25 «Ночной дождь», кулинарная программа (12+)
02:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
02:40 «Люблю отца и сына», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)

15 ноября, СРЕДА

06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
09:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
09:05 «Семейный альбом», сериал (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Крещение Руси», д/ц (12+)
12:10 «Бегущая от любви», сериал (16+)

13:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
13:15 «Бегущая от любви», сериал (16+)
14:05 «Юрий Андропов. Терра инкогнита», д/ф (12+)
15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
15:35 «Заповедники РФ», д/ц (12+)
16:00 «Не факт», д/ц (12+)
16:30 «Дело №», д/ц (12+)
17:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
17:15 «Выходные на колесах», д/ц (12+)
17:55 Волейбол: Раг суперлига ЧР 2024. Динамо – ЛЮ (ЛЮ). Прямая трансляция (6+)
20:00 «Не факт», д/ц (12+)
20:30 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
21:10 Путевка в жизнь (16+)
23:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
23:40 «Польский след», д/ф (12+)
01:20 «Выходные на колесах», д/ц (12+)
02:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
02:40 Сюрприз (16+)
04:20 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)

16 ноября, ЧЕТВЕРГ

06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
09:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
09:05 «Бриллианты для Джульетты», сериал (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Крещение Руси», д/ц (12+)
12:10 «Бегущая от любви», сериал (16+)
13:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
13:15 «Бегущая от любви», сериал (16+)
14:05 «Поездик в Лефортово. Шах и мат Бурбу-ну», д/ф (12+)
15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
15:35 «Заповедники РФ», д/ц (12+)
16:00 «Не факт», д/ц (12+)
16:30 «Дело №», д/ц (12+)
17:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
17:15 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
19:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
19:15 «Путешествия в деталях», д/ц (12+)
19:30 «Трюкач», сериал (16+)
20:30 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
21:10 Обратный билет (16+)
23:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
23:40 «Одни дома», х/ф (16+)
01:10 «Юрий Андропов. Терра инкогнита», д/ф (12+)
02:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
02:40 «Ночной дождь», кулинарная программа (12+)
03:05 «Пинокио», х/ф (0+)
04:25 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)

17 ноября, ПЯТНИЦА

06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
09:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
09:05 «Бриллианты для Джульетты», сериал (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Город учёных», д/ф (12+)
12:10 «Бегущая от любви», сериал (16+)
13:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
13:15 «Бегущая от любви», сериал (16+)
14:05 «Сети обмана. Фальшивая реальность», д/ф (12+)

15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
15:35 «Заповедники РФ», д/ц (12+)
16:00 «Не факт», д/ц (12+)
16:30 «Дело №», д/ц (12+)
17:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
17:15 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
19:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
19:15 Гидом – буди! 12+)
19:30 «Трюкач», сериал (16+)
20:30 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
21:10 Сюрприз (16+)
23:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
23:40 Елка. Концерт. Крокус Сити Холл. Россия. 2019 г. (16+)
02:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
02:40 Одни дома (16+)
04:20 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
06:00 «Коллекция», д/ц (12+)

18 ноября, СУББОТА

06:00 «Коллекция», д/ц (12+)
06:30 Магия вкуса (12+)
07:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
07:40 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
08:00 ЛЕНТВ24 Акценты (12+)
08:40 ЛЕНТВ24 Актуальный разговор (6+)
09:00 «История русской еды», д/ц (12+)
09:30 «Пинокио», х/ф (0+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 Сытная кухня (12+)
11:40 Путевка в жизнь (16+)
13:20 «Любовь по контракту», сериал (16+)
15:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
15:15 «Любовь по контракту», сериал (16+)
17:00 Покорители волн (16+)
19:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
19:15 «Крик совы», сериал (16+)
21:05 Короли интриги (16+)
23:15 «Анна и Командор», х/ф (16+)
00:40 «Бриллианты для Джульетты», сериал (16+)
04:15 «Крик совы», сериал (16+)
06:00 «Пинокио», х/ф (0+)

19 ноября, ВОСКРЕСЕНЬЕ

06:00 «Пинокио», х/ф (0+)
07:30 «Говорящие с белухами», д/ф (12+)
08:40 «Страна Советов. Забытые вожди», д/ф (12+)
09:35 «Меня ждут на Земле», х/ф (16+)
11:00 ЛЕНТВ24 Новости (6+)
11:15 «Больше, чем любовь», д/ц (12+)
12:00 «Анна и Командор», х/ф (16+)
13:25 «Цветы зла», сериал (16+)
04:25 «Мамы чемпионов», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)
16:50 «История русского быта», д/ц (12+)
17:20 «Обратный билет», х/ф (16+)
19:00 «ЛЕНТВ24 Новости», информационная программа. Прямой эфир (6+)
19:15 «Крик совы», сериал (16+)
21:05 «Покорители волн», спортивный фильм (16+)
23:05 «Меня ждут на Земле», х/ф (16+)
00:25 «Ночной дождь», кулинарная программа (12+)
00:50 «Любовь по контракту», сериал (16+)
04:10 «Крик совы», сериал (16+)
06:00 «Новое утро» на ЛЕНТВ24 (12+)

Понедельник, 13 ноября

07:00 Итоговая программа «Город» 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Итоговая программа «Город» 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Итоговая программа «Город» 12+
09:30 Фильм «Выборгскому судостроительному заводу – 75 лет» 12+
09:42 Программа «Вне зоны» 12+
10:00 Итоговая программа «Город» 12+
10:30 Программа «Вне зоны» 12+
10:42 Программа «Вне зоны» 12+
11:00 Итоговая программа «Город» 12+
11:30 Сериал «Виола Тараканова» 12+
12:21 Сериал «Виола Тараканова» 12+
13:13 Д/ц «Сверхспособности» 12+
14:00 Итоговая программа «Город» 12+
14:30 Д/ц «Любимые актёры» 12+
15:00 Итоговая программа «Город» 12+
15:30 М/ф «Пин-код» 0+
15:56 Х/ф «Остров исправления» 12+
17:08 Д/ц «Сверхспособности» 12+
17:52 Еда test 12+
18:00 Итоговая программа «Город» 12+
18:30 Д/ц «Любимые актёры» 12+
19:00 Город. Новости по-выборгски 12+
19:30 Сериал «Виола Тараканова» 12+
20:22 Д/ц «Звёзды фауны» 12+
20:30 Город. Новости по-выборгски 12+
21:00 Сериал «Практика» 12+
21:51 Сериал «Восток-Запад» 12+
22:38 Сериал «Спутники» 12+
23:27 Х/ф «Особенные» 12+
01:16 Город. Новости по-выборгски 12+
01:46 Х/ф «Брак по-итальянски» 12+
03:23 Город. Новости по-выборгски 12+

Вторник, 14 ноября

07:00 Город. Новости по-выборгски 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Город. Новости по-выборгски 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Город. Новости по-выборгски 12+
09:30 Д/ц «Любимые актёры» 12+
10:00 Город. Новости по-выборгски 12+
10:30 Д/ц «Любимые актёры» 12+
11:00 Город. Новости по-выборгски 12+
11:30 Сериал «Виола Тараканова» 12+
12:22 Сериал «Классная школа» 12+
12:48 Сериал «Классная школа» 12+
13:10 Д/ц «Легенды армии» 12+
13:47 Рецепты приготовления кофе 12+
14:00 Город. Новости по-выборгски 12+
14:30 Д/ф «Мемориалы России» 12+
15:00 Город. Новости по-выборгски 12+
15:30 М/ф «Пин-код» 0+
15:43 Х/ф «Особенные» 12+
17:31 Д/ц «Любимые актёры» 12+
18:00 Город. Новости по-выборгски 12+
18:30 Д/ф «Мемориалы России» 12+
19:00 Город. Новости по-выборгски 12+
19:30 Сериал «Классная школа» 12+
19:56 Сериал «Классная школа» 12+
20:18 Д/ц «Звёзды фауны» 12+
20:24 Звуки живой природы 12+
20:30 Город. Новости по-выборгски 12+
21:00 Сериал «Практика» 12+
21:50 Сериал «Восток-Запад» 12+
22:37 Сериал «Морпехи» 16+
23:23 Х/ф «Продлись, продлись, очарованье» 12+
00:45 Город. Новости по-выборгски 12+
01:15 Х/ф «Безумно влюблённый» 12+
02:52 Город. Новости по-выборгски 12+

Среда, 15 ноября

07:00 Город. Новости по-выборгски 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Город. Новости по-выборгски 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Город. Новости по-выборгски 12+
09:30 Д/ф «Мемориалы России» 12+
10:00 Город. Новости по-выборгски 12+
10:30 Д/ф «Мемориалы России» 12+
11:00 Город. Новости по-выборгски 12+
11:30 Сериал «Восток-Запад» 12+
12:17 Сериал «Классная школа» 12+
12:43 Сериал «Классная школа» 12+
13:08 Д/ц «История свободной Кубы» 12+
13:51 Рецепты приготовления кофе 12+

14:00 Город. Новости по-выборгски 12+
14:30 Д/ц «Закранный архив 4» 12+
15:00 Город. Новости по-выборгски 12+
15:30 М/ф «Пин-код» 0+
15:56 Х/ф «Продлись, продлись, очарованье» 12+
17:17 Д/ц «История свободной Кубы» 12+
18:00 Город. Новости по-выборгски 12+
18:30 Д/ц «Закранный архив 4» 12+
19:00 Городская среда 12+
19:30 Сериал «Классная школа» 12+
19:56 Сериал «Классная школа» 12+
20:21 Д/ц «Звёзды фауны» 12+
20:30 Городская среда 12+
21:00 Сериал «Практика» 12+
21:46 Сериал «Восток-Запад» 12+
22:33 Сериал «Морпехи» 16+
23:18 Х/ф «Ночь председателя» 12+
00:26 Городская среда 12+
00:56 Х/ф «72 часа» 12+
02:30 Городская среда 12+

Четверг, 16 ноября

07:00 Городская среда 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Городская среда 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Городская среда 12+
09:30 Д/ц «Закранный архив 4» 12+
10:00 Городская среда 12+
10:30 Д/ц «Закранный архив 4» 12+
11:00 Городская среда 12+
11:30 Сериал «Восток-Запад» 12+
12:17 Сериал «Классная школа» 12+
12:41 Сериал «Классная школа» 12+
13:04 Д/ц «Сверхспособности» 12+
13:48 Рецепты приготовления кофе 12+
14:00 Городская среда 12+
14:30 Д/ц «Подлёдный мир» 12+
15:00 Городская среда 12+
15:30 М/ф «Пин-код» 0+
15:56 Х/ф «Ночь председателя» 12+
17:08 Д/ц «Любимые актёры» 12+
17:47 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
18:00 Городская среда 12+
18:30 Д/ц «Подлёдный мир» 12+
19:00 Город. Новости по-выборгски 12+
19:30 Сериал «Классная школа» 12+
19:54 Сериал «Классная школа» 12+
20:17 Д/ц «Звёзды фауны» 12+
20:23 Звуки живой природы 12+
20:30 Город. Новости по-выборгски 12+
21:00 Сериал «Практика» 12+
21:47 Сериал «Восток-Запад» 12+
22:32 Сериал «Морпехи» 16+
23:18 Х/ф «Ковчег» 12+
00:45 Город. Новости по-выборгски 12+
01:15 Х/ф «Филомена» 16+
02:49 Город. Новости по-выборгски 12+

Пятница, 17 ноября

07:00 Город. Новости по-выборгски 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Город. Новости по-выборгски 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Город. Новости по-выборгски 12+
09:30 Д/ц «Подлёдный мир» 12+
10:00 Город. Новости по-выборгски 12+
10:30 Д/ц «Подлёдный мир» 12+
11:00 Город. Новости по-выборгски 12+
11:30 Сериал «Восток-Запад» 12+
12:15 Сериал «Классная школа» 12+
12:38 Сериал «Классная школа» 12+
13:03 Д/ц «Ехал Грека через реку, Суздаль» 12+
13:48 Рецепты приготовления кофе 12+
14:00 Город. Новости по-выборгски 12+
14:30 Д/ц «Начистоту» 12+
15:00 Город. Новости по-выборгски 12+
15:30 М/ф «Пин-код» 0+
15:56 Х/ф «Ковчег» 12+
17:22 Д/ц «Подлёдный мир» 12+
17:48 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
18:00 Город. Новости по-выборгски 12+
18:30 Д/ц «Начистоту» 12+
19:00 Итоговая программа «Город» 12+
19:30 Сериал «Классная школа» 12+
19:52 Сериал «Классная школа» 12+
20:17 Д/ц «Звёзды фауны» 12+
20:24 Звуки живой природы 12+
20:30 Итоговая программа «Город» 12+
21:00 Сериал «Практика» 12+

21:50 Сериал «Восток-Запад» 12+
22:37 Сериал «Морпехи» 16+
23:22 Х/ф «Понаехали» 12+
00:43 Итоговая программа «Город» 12+
01:13 Х/ф «Военно-полевой роман» 12+
02:40 Итоговая программа «Город» 12+

Суббота, 18 ноября

07:00 Итоговая программа «Город» 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Итоговая программа «Город» 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Итоговая программа «Город» 12+
09:30 Д/ц «Начистоту» 12+
10:00 Итоговая программа «Город» 12+
10:30 Д/ц «Начистоту» 12+
11:00 Итоговая программа «Город» 12+
11:30 Х/ф «Понаехали» 12+
12:50 Д/ц «Кремль. Эпоха царей» 12+
13:42 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
13:54 Д/ц «Зверинные суперспособности» 12+
14:00 Итоговая программа «Город» 12+
14:30 Программа «География вкуса» 12+
14:43 Программа «География вкуса» 12+
15:00 Итоговая программа «Город» 12+
15:30 М/ф «Марко Макако» 0+
16:42 Д/ц «Ехал Грека через реку, Суздаль» 12+
17:27 Д/ц «Начистоту» 12+
17:53 Д/ц «Зверинные суперспособности» 12+
18:00 Итоговая программа «Город» 12+
18:30 Программа «География вкуса» 12+
18:43 Программа «География вкуса» 12+
19:00 Выборгская сторона 12+
19:26 Д/ц «СССР. Знак качества с Гариком Сукачевым» 12+
20:03 Д/ц «Начистоту» 12+
20:30 Выборгская сторона 12+
21:00 Сериал «Женщина без чувства юмора», 12+
21:44 Сериал «Женщина без чувства юмора» 12+
22:28 Сериал «Держись за облака» 12+
23:20 Х/ф «Полёт. Три дня после катастрофы» 16+
00:29 Выборгская сторона 12+
00:59 Х/ф «Прощаться не будем» 12+
02:50 Выборгская сторона 12+

Воскресенье, 19 ноября

07:00 Выборгская сторона 12+
07:30 М/ф «Пин-код» 0+
08:00 Выборгская сторона 12+
08:30 М/ф «Пин-код» 0+
09:00 Выборгская сторона 12+
09:30 Программа «География вкуса» 12+
09:43 Программа «География вкуса» 12+
10:00 Выборгская сторона 12+
10:30 Программа «География вкуса» 12+
10:43 Программа «География вкуса» 12+
11:00 Выборгская сторона 12+
11:30 М/ф «Марко Макако» 0+
12:42 Д/ц «СССР. Знак качества с Гариком Сукачевым» 12+
13:22 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
13:31 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
13:41 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
13:51 Будь в форме 12+
14:00 Выборгская сторона 12+
14:30 Программа «Вне зоны» 12+
14:43 Программа «Вне зоны» 12+
15:00 Выборгская сторона 12+
15:30 Х/ф «Осторожно, каникулы» 6+
16:36 Д/ц «Кремль. Эпоха царей» 12+
17:28 Программа «География вкуса» 12+
17:42 Программа «География вкуса» 12+
18:00 Выборгская сторона 12+
18:30 Программа «Вне зоны» 12+
18:43 Программа «Вне зоны» 12+
19:00 Итоговая программа «Город» 12+
19:30 Д/ц «10 фотографий с А. Шарановой» 12+
20:08 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
20:17 Д/ц «Пять причин поехать в...» 12+
20:30 Итоговая программа «Город» 12+
21:00 Сериал «Женщина без чувства юмора» 12+
21:43 Сериал «Женщина без чувства юмора» 12+
22:27 Сериал «Держись за облака» 16+
23:19 Х/ф «За кулисами» 16+
00:33 Итоговая программа «Город» 12+
01:03 Х/ф «Это не навсегда» 12+
02:36 Итоговая программа «Город» 12+

Внимание! В программе возможны изменения!



№150814 от 25 января 2018 г. на основании лицензионного договора с ООО «Сетевые Технологии» от 10.01.2017 г. выданным агентом связи для целей кабельного телевидения.

Смотрите на канале **ЗАГОРОДНЫЙ**

ЖИЗНЬ СТАРЫХ ВЕЩЕЙ

Как из лыж сделать стильную вешалку для одежды, а из старого чемодана – собачью конуру. Ведущая отправится в прошлое, чтобы узнать историю вещей и их владельцев, а мастера продемонстрируют вам различные техники.

ПОДКЛЮЧАЙ И СМОТРИ
В КАБЕЛЬНОЙ СЕТИ



т. 8 (81378) 98-0-98 ежедневно с 09:00 до 21:00



ЗИМА — ПО РАСПИСАНИЮ

День автомобилиста, который традиционно отмечается в конце октября, в этом году совпал с первыми серьёзными заморозками. Водители шутили: их профессиональный праздник превратился в настоящий «день жестянщика». Так в народе называют период повышенной аварийной опасности из-за гололёда. Действительно, на протяжении нескольких дней на региональных дорогах можно было заметить и снег, и налесь. Не обошлось и без ДТП — в них, как правило, попадали те автомобилисты, которые не успели заменить летнюю резину на зимнюю.

К чести наших дорожников — они держали руку на пульсе и вовремя решали все сложные вопросы. Впрочем, это только первое испытание холодом в текущем году.

В ДОРОЖНОМ КОМИТЕТЕ ЛЕНОБЛАСТИ РАССКАЗАЛИ О ПОДГОТОВКЕ АВТОМАГИСТРАЛЕЙ РЕГИОНА К ЗИМЕ

Самое сложное впереди — не зря сами работники дорожной сферы считают зиму наиболее «горячим периодом».

— Пока что нам трудно делать прогнозы и говорить о том, какой будет эта зима. Готовимся к ней вне зависимости от погодных сводок, — рассказал Денис Седов, глава дорожного комитета Ленинградской области. — Однако уже сейчас просим водителей: обязательно не забудьте поменять шины на зимние, от этого зависит ваша безопасность.

Обеспечивать порядок на дорогах региона этой зимой будут почти 500 единиц специальной техники. Для сильных снегопа-

дов подготовлено 7 больших авиационных роторов. Обычно их используют для уборки снега на взлётных полосах аэропортов. Это очень мощная техника, которая, по задумке дорожников, будет привлекаться в дни затяжных снегопадов — для ликвидации так называемых «снежных валов».

— Мы будем использовать как комбинированные машины для очистки самого дорожного покрытия, так и средства малой механизации — тракторы и небольшие роторы для работы на обочинах, — поясняет Денис Седов. — Ну а наши роторы, созданные на базе «Уралов», будут эффективны в тех случаях, когда сильные снегопады продлятся несколько дней.

Помогают дорожникам и современные технологии. В наше время стремительно меняются сами методы контроля за состоянием автомагистралей и пути решения возникающих проблем.

— Помимо классического подхода к содержанию дорог, используются и современные дополнительные средства контроля и мониторинга: различные датчики, метеостанции, средства связи, — продолжает глава дорожного комитета Ленинградской области. — Наш регион несколько лет назад перешёл на использование жидких солевых растворов: они эффективно уби-



Канал «Дороги ЛО» в Телеграм



насыпи и мёрзлого грунта, пропускная способность снижается, а себестоимость пассажирских и грузовых перевозок, наоборот, растёт. Не стоит усугублять ситуацию «личным примером», — напоминает автолюбителям Денис Седов.

Ну а сообщить о снежных заносах или наледи на дорогах всегда можно напрямую ответственным службам. В регионе действует горячая линия «Ленавтодора» — 8-812-660-46-47, запросы также принимаются в сообществе дорожного комитета «ВКонтакте» vk.com/bkadleningrad.

АЛЕКСЕЙ АСТАПЧИК
ФОТО: ДОРОЖНЫЙ КОМИТЕТ ЛО

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
«ЛЕНАВТОДОРА»**

8 812 660-46-47



Около 500 единиц спецтехники выйдут на дороги Ленобласти этой зимой

КОМАНДА 47

КТО ВЛАДЕЕТ ИНФОРМАЦИЕЙ — ВЛАДЕЕТ МИРОМ

НАЧАЛЬНИК АРХИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ АНДРЕЙ САВЧЕНКО УДОСТОВЕРЕН НАГРАДЫ «ЗА БЕЗУПРЕЧНУЮ СЛУЖБУ»

«Ленинградская панорама» продолжает рассказывать о ленинградцах, удостоенных государственных наград в 2023 году. Указом Президента России начальник Архивного управления Ленобласти Андрей Савченко был награждён знаком отличия «За безупречную службу» XXV лет.

Андрей Владимирович Савченко служит в органах государственной власти Ленинградской области уже больше 25 лет. С 1996 по 2002 годы он занимал должность заместителя председателя областного юридического комитета. Затем без малого 10 лет был замглавы регионального государственного комитета по управлению государственным имуществом. С февраля 2014-го Андрей Владимирович успешно возглавляет Архивное управление Ленинградской области. Свою работу наш герой считает по-настоящему интересной. Выпускник юрфака ЛГУ, в прошлом — следователь, он всегда тяготел к порядку и систематизации данных.



— Всё начиналось с моей предрасположенности к упорядочиванию различных сведений. Это и профессиональная, и личная черта. Есть такая максима — «кто владеет информацией, тот владеет миром». Я с ней абсолютно согласен, — делится Андрей Владимирович.

Основной целью своей деятельности руководитель управления видит создание таких условий работы архивов, при которых нужна информация для государства, предприятий и частных лиц будет предоставляться в кратчайшие сроки, в том числе с применением современных технологий.

— Основным достижением своим и моих предшественников считаю создание единой архивной службы Ленобласти. Это коллектив единомышленников, связанных общими целями и задачами формирования, учета, сохранения и использования архивного фонда безотносительно к месту службы каждого — будь то сотрудник муниципального архива, государственного архива Ленинградской области или нашего управления, — отмечает собеседник.

Впрочем, жизнь Андрея Владимировича не состоит из одной только службы. Он счастлив в семейной жизни — женат, имеет двоих детей, троих внуков. Признаться, что со временем стал ценить выше всего именно человеческие качества окружающих его людей.

— Главное в жизни — целеустремленность и поддержка справедливости в широком смысле этих понятий и во всех их проявлениях. Ну а первый мой рабочий принцип — относиться к служебным делам так же, как мы относимся к делам личным. И тогда всё будет получаться, мы ничего не будем забывать и всё

будем успевать сделать вовремя. Тягчайшим служебным грехом считаю равнодушие и безразличное отношение к той службе, которую несёшь и к её результатам, — подытожил Андрей Владимирович.

ИЛЬЯ БУНИН
ФОТО: АРХИВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ЛЕНОБЛАСТИ

Андрей Владимирович Савченко

Родился в Ленинграде 06.09.1962

В 1984 году окончил юрфак ЛГУ им. А. Жданова
1984–1989 — следователь Московского РУВД Ленинграда
1996–2002 — заместитель председателя юридического комитета Правительства Ленинградской области
2005–2014 — заместитель председателя Ленинградского областного комитета по управлению государственным имуществом
2014 — настоящее время — начальник Архивного управления Ленинградской области.





ГЛАВНАЯ ТЕМА

Главные областные торжества в этом году прошли в Тосненском районе. Традиционный праздничный концерт дополнила презентация выставки о семьях героев спецоперации и церемония вручения первых паспортов юным ленинградцам.

СЕМЬЯ НАРОДОВ

Центральная площадь Тосно встречала местных жителей и гостей города атмосферой многонационального праздника. Рядом глади тёплые русские валенки, пёстрые татарские тюбетейки, узбекские яркие халаты. Любой желающий мог примерить или купить их в качестве сувенира на выставке ремёсел. А заодно — больше узнать о традициях народов, входящих в состав большой ленинградской семьи.

— На моей голове — калфак. Не путать с колпаком! Головной убор украшает традиционная вышивка и лёгкий газовый платок, — рассказывает Айгуль Селезнёва, девушка в татарском национальном костюме светло-голубого цвета. — Я также представляю нашу традиционную кухню: знаменитый десерт чак-чак, мясные перемечи — пирожки с мясной начинкой. Всё свежее, как будто только что из Казани!

Здесь же гостям праздника предлагали отведать блюда русской, башкирской, узбекской кухни. Хотя самая большая очередь выстроилась за обычной солдатской кашей — прохожих манил дымок и жар, исходивший от военно-полевой кухни, установленной на центральной площади.

— Посмотреть на праздник мы приехали из Каменки, — рассказывает пенсионерка Татьяна Ерошина. — Между прочим, в нашем посёлке живут и трудятся люди разных национальностей. И сколько себя помню — соседство это всегда было добрым, мирным. Пускай так будет всегда!

РАДИ МИРА НА ЗЕМЛЕ

Уже в стенах Дворца культуры наблюдаем мастер-класс по плетению маскировочных сетей для военнослужащих, находящихся в зоне спецоперации. Акция свидетельствует о том, что сегодня народы России объединяет не только общая история, но и вызовы нового времени.

— Особая наука — сети, защищающие от дронов-камикадзе. Они изготавливаются на твёрдом каркасе, — объясняет



НАСТУПИЛО ВРЕМЯ ДЕЙСТВИЯ

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ ДРУЖНО ВСТРЕТИЛА ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА

Марина Солдатенко, координатор Фонда «Защитники Отечества» и Комитета семей воинов Отечества по Тосненскому району. — Такую сетку ни один дрон не пройдёт, а значит, мы сможем спасти жизни парней и защитить ценную боевую технику.

Жители Тосно едины с фронтом и в праздники, и в будни. Активную позицию заняло местное сообщество единомышленников — неравнодушных людей города и района. С начала СВО и по сей день они отправляют на передовую продукты и медикаменты, а заодно помогают бойцам поддерживать связь с родными и близкими.

Высоко оценил работу волонтеров губернатор Ленобласти Александр Дрозденко, приехавший в Тосно на День народного единства.

— Действительно, сегодня наши ребята в зоне специаль-

ной военной операции отстаивают интересы Отечества. И мы с вами видим, как активисты помогают нашим бойцам, плетут сети, делают окопные свечи, шьют термобельё. Малый и средний бизнес покупает серьёзное оборудование, поставляет консервированные продукты. Мы действуем, как одна большая дружная ленинградская семья. И я горжусь нашей семьёй! — сказал Александр Юрьевич.

Глава региона также осмотрел выставку «Ленинградская семья — семья Героев!», организованную при поддержке комитета по местному самоуправлению, межрегиональным и межконфессиональным отношениям Ленинградской области. Она разместились здесь же — в холле Дворца культуры. С мольбертов на зрителей смотрели прекрасные женские лица — серьёзные и задумчивые. Это портреты жён наших защитников, сражающихся за правое дело на земле Донбасса.

ОБЩИЕ ЦЕННОСТИ

Тем временем на главной сцене началась торжественная церемония.

— Наше единство в том, чтобы помочь слабому, защитить старика или ребенка, уважать и беречь родителей, семью и Родину. Главные ценности совпадают у всех жителей многонациональной России. Сейчас в нашей стране наступило время действия! — произнёс со сцены губернатор.

По сложившейся традиции глава региона вручил паспорта граждан Российской Федерации юным тосненцам. Главный документ россиянина в этот вечер получили 10 молодых людей.

— Для меня это особенный день. Я получила паспорт, а значит, теперь мне нужно принимать на жизненном пути только взрослые и обдуманные решения, — говорит Ксения Порошкова, ученица гимназии г. Тосно. — Думаю, что я не подведу родной город. После гимназии хочу стать педагогом — учить детей танцам и хореографии.

Со сцены также прозвучали слова благодарности в адрес национально-культурных объединений Ленобласти. Их руководители получили Благодарности от Государственной Думы Российской Федерации. В числе награждённых оказалась и Татьяна

на Гусева — председатель Союза русских землячеств Ленобласти.

— Всей своей работой мы показываем, что народам нашей необъятной страны можно и нужно жить в мире. В 47-м регионе у каждого жителя есть возможность познакомиться с культурой и обычаями своих землячков. Просто приходите к нам — в Дом дружбы Ленобласти. Ведь это наследие — наше общее духовное богатство, — сказала Татьяна.

Ну и какой праздник без песен и танцев! Официальную часть сменил красочный концерт. Сердца зрителей покорили татарский эстрадно-фольклорный ансамбль «Файда», башкирский фольклорный ансамбль «Ирандек», оркестр русских народных инструментов «Метелица», образцовый ансамбль «Маленькие звёздочки» из Тосно и танцевальный коллектив «Фейерверк» из Кировска.

Празднование в Тосно было организовано комитетом по местному самоуправлению, межрегиональным и межконфессиональным отношениям.



Айгуль Селезнёва в татарском национальном костюме

— Мы постарались представить палитру наших самых разных активностей — от мастерства национальных коллективов до востребованной сегодня помощи участникам СВО. Судя по реакции гостей, праздник удался, — отметила председатель комитета Лира Бурак.

АЛЕКСЕЙ АСТАПЧИК

ФОТО: АЛЕКСЕЙ АСТАПЧИК,
ПРЕСС-СЛУЖБА ПРАВИТЕЛЬСТВА
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



В ходе праздника свои первые паспорта получили 10 юных ленинградцев



Гостей праздника угощали солдатской кашей из военно-полевой кухни



Миниатюрная инсталляция, спрятанная внутри «чемодана писателя»

В выставочном зале «Смольный» открылась детская интерактивная выставка под названием «Кто виноват? Пушкин!». Экспозиция ориентирована на детей — учащихся младших и средних классов. Вход для всех ребят — бесплатный.

Знаете ли вы, что в честь Александра Пушкина названо свыше 3 тысяч улиц в разных точках земного шара? Да что там улицы: даже бывший город Царское Село сегодня носит имя — а точнее фамилию — великого поэта! Возможно, взрослого человека эта информация не сильно удивит. А вот маленьких гостей выставочного зала «Смольный» каждый раз поражает. Подумать только: из улиц Пушкина можно было бы составить целый город!

Тем более, что здесь они могут своими глазами взглянуть на все эти улицы и проспекты. У входа в выставочный зал юных экскурсантов встречает громадный шатёр, украшенный снаружи снимками «пушкинских мест». Внутри шатра тоже нескучно: он от руки расписан смешными фразочками. «Здесь был Пушкин», «А уроки кто за тебя будет делать — Александр Сергеевич?» и фирменное: «Кто виноват — Пушкин!». Дети заходят внутрь, читают, смеются — таким образом знакомство с экспозицией начинается с улыбки. Отличный педагогический приём, который позволяет избежать излишней дидактики, столь свойственной школьной программе.

— У нас есть понимание, что школьники, особенно ученики

КТО ВИНОВАТ? ПУШКИН!

МУЗЕЙНОЕ АГЕНТСТВО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОТКРЫЛО ВЫСТАВКУ К 225-ЛЕТИЮ ВЕЛИКОГО ПОЭТА

младших классов, гораздо лучше воспринимают информацию при помощи зрительного контакта. Поэтому на выставке так много ярких визуальных элементов, того, что привлечёт внимание ребёнка 7–11 лет, — рассказывает нам экскурсовод Татьяна Бердашева. Сегодня она открывает мир поэзии для группы первоклассников: ребята живо реагируют на рассказы гда и отвечают на вопросы.

Даже самые непоседливые малыши здесь заняты делом. Вот им предлагают найти букву, которая повторяется в четверостишии чаще всего. Чуть позже — изобразить игру на воображаемом музыкальном инструменте, когда речь заходит о напевности строк поэта. Знакомят школьников и с такими серьёзными понятиями, как ассонанс и аллитерация, приводя примеры звуковой организации стихов Пушкина. Удивительно, но даже первоклашки понимают — в чём тут дело.

— Особенно нравится гостям выставки вот эта инсталляция. Старинный сундук с окошечками. В каждом окошечке — миниатюрные модели зимнего двора и леса. Мы посвятили этот экспонат стихотворению «Зимнее

утро», — показывает мне причудливый арт-объект экскурсовод.

Не менее увлекательна и игра, цель которой — собрать собственный писательский стол из предметов разных столетий. От птичьего пера и чернильницы до зарядки для телефона и модного стаканчика из под кофе. Сколько ни говори о любви современных ребят к гаджетам, но старинные вещи вызывают у них намного больше интереса!

В конце программы дети могут написать свой собственный

стих и повесить его на всеобщее обозрение, как настоящие писатели. Так каждый вносит свой вклад в композицию выставки. Родителям в это время не придётся скучать — они могут посмотреть серию картин «Пушкин с нами» от известной московской художницы Евгении Двоскиной.

Выставка продлится до 30 декабря, она открыта для посетителей с понедельника по пятницу, с 10.00 до 17.00. Подробности можно узнать на сайте Музейного агентства Ленинградской области lenoblms.ru.

НИКИТА СЕМЫКИН
ФОТО АВТОРА



Каждый гость может оставить на выставке свое стихотворение

ОБЩЕСТВО

Что может старшее поколение? Петь, плясать, заниматься спортом и прикладным творчеством. А ещё быть на позитиве и заряжать им окружающих. Наш корреспондент убедился в этом, побывав на ярком и интересном мероприятии в Волосово.

В ноябре исполняется 10 лет партийному проекту «Единой России» под названием «Старшее поколение». К этой дате и приурочили первый фестиваль «Ленинградское долголетие» в Волосовском районе.

Сегодня для достижения национальных целей в сфере демографии создаются условия для активного здорового долголетия и реализуется система мер поддержки граждан старшего возраста. Требуют особого внимания вопросы повышения уровня жизни пожилых людей; доступности и качества социальных и медицинских услуг; ликвидации очередности в учреждениях социального обслуживания. Не менее важно создание условий для активной трудовой занятости людей старшего поколения и расширения доступа к образовательным программам.

Проект «Старшее поколение» призван содействовать обеспечению достойного качества жизни и активному вовлечению граждан старшего поколения в жизнь общества. Его координа-



ДОЛГОЛЕТИЕ ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ

ОБЛАСТНОЙ ФЕСТИВАЛЬ «ЛЕНИНГРАДСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»
ВПЕРВЫЕ ПРОШЁЛ В ВОЛОСОВСКОМ РАЙОНЕ

тором в Ленинградской области является депутат Законодательного собрания Марина Левченко.

— Первый фестиваль активного долголетия Ленинградской области прошёл сегодня в Волосово. Атмосфера и организация на самом высоком уровне, а участники фестиваля дадут фору многим молодым, — отметила она. — Мы видим здесь инициативных, не теряющих молодость души людей. Участники фестиваля не только смогли продемонстрировать примеры

того, как в их районах развивается проект, но и узнать о программах активного здорового долголетия, движения «серебряного волонтерства».

В мероприятии приняли участие 300 человек из 18 районов Ленинградской области. Это совершенно новый формат, но в будущем он может стать доброй традицией для пожилых жителей 47-го региона.

По видеосвязи участников фестиваля приветствовала федеральный координатор проекта

«Старшее поколение», зампреда Совета Федерации Галина Карелова.

— Президент неоднократно говорил, что подходы к организации социальной поддержки пожилых людей должны меняться. Это не только рост пенсий, что очень важно, но только новые пособия и программы. Самое главное — чтобы у пожилых людей были комфорт и активность. Как раз в этом отношении партия продолжает совершенствовать свои подходы, — уточнила Галина Карелова.

Фестиваль открылся выставкой творчества Университетов третьего возраста «Продобро47».

После осмотра выставки гости проголосовали за понравившиеся экспонаты. В ходе пленарной части участники фестиваля ознакомились с аспектами активного долголетия в регионе — от реализуемых на территории Ленинградской области разнообразных проектов для старшего поколения до практических советов по финансовой грамотности. Также участников ждала концертная программа и награждение самых инициативных и энергичных.

— Ленинградская область уделяет большое внимание поддержке старшего поколения. Долголетие — это выбор наших пожилых жителей, они активно участвуют в культурных проектах, общаются и помогают друг другу. Их активный образ жизни, энергичность и инициативность вызывают уважение и восхищение, — поделилась председатель комитета по социальной защите населения Анастасия Толмачева.

Гвоздем программы стал «Ленинградский покров» — творение рук мастериц со всей Ленинградской области. Сшивая небольшие кусочки ткани, представительницы всех районов создали лоскутное одеяло — символ сохранения народных традиций. А ещё комфорта, уюта и тепла сердец всех, кто принял участие в его изготовлении.

ТАТЬЯНА ЧУМЕРИНА
ФОТО АВТОРА

Димитрий Солунский

8 НОЯБРЯ ЦЕРКОВЬ ПРАЗДНУЕТ ПАМЯТЬ СЯТОГО ВЕЛИКОМУЧЕНИКА ДИМИТРИЯ СОЛУНСКОГО.

Святой Димитрий родился в семье римского проконсула города Салоники (Греция). В это время Римской империей управляли идолопоклонники, которые устраивали жестокие гонения на верующих во Христа. Несмотря на это, родители святого были тайные христиане. Они крестили своего сына и наставляли его в вере.

После смерти отца Димитрий был назначен на его место императором Максимианом. Правитель-язычник приказал святому истребить всех христиан на вверенной ему территории. Вместо этого Димитрий стал открыто проповедовать Христа, искоренять языческие обычаи и идолопоклонство в родном городе.

Узнав об этом, Максимиан прибыл в Салоники, заключил молодого проконсула в темницу и устроил гладиаторские поединки. На них любимый боец императора Лий свирепо расправлялся с христианами.

Юноша Нестор навесил Димитрия в темнице и попросил благословения на бой с Лием. Нестор победил, но вместо награды был казнен как христианин. На следующий день разгневанный смертью любимого бойца император приказал заколоть Димитрия копьями в темнице.

Тело великомученика Димитрия выбросили на съедение

зверям, но солунские христиане тайно его похоронили.

При правлении равноапостольного Константина (306-337 годы) над могилой святого Димитрия была построена первая церковь, а через сто лет иллирийский сановник Леонтий решил вместо нее построить большой храм, алтарная часть которого оказалась на месте захоронения святого, и при ее строительстве были обреты его мощи. Для них специально сделали серебряный киворий (сень над святыней), имевший шестиугольное основание, глухие стены и кровлю, увенчанную крестом, а внутри – серебряное ложе с изображением лика святого. Верующие могли заходить внутрь и возжигать перед ним свечи. Но при пожаре в VII веке этот киворий погиб.

После этого мощи поместили в мраморную гробницу, а в конце XII – начале XIII века вывезли в Италию. В Фессалоники они вернулись лишь в XX веке.

С VII века при раке святого Димитрия начало истекать благовонное и чудотворное миро, о чем писали современники. В XIV веке Димитрий Хризолог писал о нем: миро «по свойству своему не вода, но гуще ее и не похоже ни на одно из известных нам веществ... Оно удивительнее всех благовоний не только искусственных, но и по естеству созданных Богом». По этой причине великомученика Димитрия наименовали Мироточивым.



У всех славянских народов святой Димитрий Солунский с древнейших времен почитался как их небесный покровитель. Русские князья часто называли его именем своих первенцев. В 1197 году великий князь Всеволод Юрьевич привез во Владимир икону святого, на-

писанную, по преданию, на его гробовой доске, и это событие стало общецерковным праздником. А при великом князе Димитрии Донском в 1380 году икону перенесли в Москву и поставили в Успенском соборе Кремля.

Тропарь

Великого в бедах защитни-

ка, язычников побеждающего, в тебе, страстотерпец, обрела вселенная. И как ты низверг гордыню Лия, на борьбу вдохновив Нестора, так, святой Димитрий, Христа Бога моли, да дарует Он нам великую милость.

Кондак

Потоками крови твоей, Ди-

митрий, Церковь Бог обагрил, дав тебе силу непобедимую и сохраняя град твой невредимым, ибо ты – его утверждение.

*Текст составил священник
Тимофей Климов
по материалам портала
foma.ru.*

Реклама

ГРАНИТ • МРАМОР

ПАМЯТНИКИ

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ
изготовление от 2-х недель

БЕСПЛАТНОЕ хранение
ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

+7 (921) 88-912-66, 2-444-5,
+7 (921) 305-20-08 www.pamvbg.ru

г. Выборг, Московский пр., 20 («Харакири», 1 этаж)

Ригранд www.rigrand.ru

ГРАНИТНЫЕ ПАМЯТНИКИ

НИЗКИЕ ЦЕНЫ, КОРОТКИЕ СРОКИ
СКИДКИ НА СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКТЫ

ул. Приморская, 3, ТЦ «ГДЫНЯ» ☎ 8 (921) 861-42-52
Смирновское шоссе, 10 ☎ 8 (931) 356-52-14

Организатор акции ИТ-Юрис. С.Е. Сроин. Проведение акции 01.11.2023 по 30.11.2023
Годовые отчисления и прочие обязательные платежи в офисе продаж по адресу: г. Выборг, ул. Приморская, д.3

Газета «Реквизит Выборг»

Учредитель ООО «Мактон»
И.о. главного редактора У. А. Козлова
№ 44 (342) от 10.11.2023
Тираж 5 000 экземпляров
Бесплатно

Адрес редакции и издателя: 188800,
Ленинградская область, г. Выборг,
ул. Первомайская, д. 7
Тел.: 8(81378)26-931
Email: rekvizit@makton.ru

Отпечатано: ООО «Типографский комплекс
«Девиз»
Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург,
Вн. тер. г. МО Екатерингофский,
наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом.
4-Н-6-часть, ком. 311-часть.
16+

Издание зарегистрировано в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и
массовых коммуникаций по Северо-
Западному федеральному округу.
Свидетельство о регистрации СМИ: ПИ
№ТУ78-01968 от 28.12.2016г.

Йога для детей: разновозрастные виды и их особенности

ЙОГА ДЛЯ ДЕТЕЙ – ЭТО УНИКАЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА, КОТОРЫЙ СОЧЕТАЕТ В СЕБЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ, ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ И МЕДИТАЦИИ. В ЭТОЙ СТАТЬЕ РАССМОТРИМ, ЧТО ЭТО ЗА ПРАКТИКИ, ОТКУДА ОНИ ВЗЯЛИСЬ И КАК БЫЛИ АДАПТИРОВАНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ. РАССКАЖЕМ, КАКИЕ ВИДЫ ЙОГИ ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ ДЛЯ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП.

ЧТО ЭТО ЗА ВИД СПОРТА?

Йога – это древняя практика, которая помогает людям достичь внутренней гармонии. В течение многих лет искусство было доступно только взрослым, но сегодня оно стало популярным и среди детей.

Упражнения помогают ребенку не только развивать гибкость и физическую силу, но и обрести покой и гармонию. Техника включает в себя различные позы, дыхательные подходы и медитации, которые помогают улучшить физическое и эмоциональное благополучие.

Детская йога не отличается от взрослой по своей сути. Но сами подходы были адаптированы под потребности малышей с учетом их способностей.

Коллективные занятия для ребят разных возрастов начали набирать популярность в западных странах в конце XX века. Их цель остается прежней – помочь

подрастающему организму: сбалансировать физическую активность;

улучшить контроль над мышцами;

развить гибкость;

снять стресс.

Для этого были разработаны специальные программы с учетом возрастных особенностей и возможностей каждой возрастной группы.

ВИДЫ ПРАКТИК ДЛЯ ДЕТЕЙ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Йога для младенцев и малышей (от 0 до 3 лет)

Мама-йога: специальные занятия для мам с малышами, включающие попеременные физические нагрузки и релаксацию.

Практика, направленная на развитие моторных навыков и координации движений.

Уроки для дошкольников (3-6 лет)

Игровые: занятия, включающие игровые элементы, позы йоги для детей, основанные на действиях животных, статике природных объектов.

Дыхательные: простые дыхательные упражнения для успокоения и концентрации.

Подходы для школьников (7-12 лет)

Классическая: включает в себя основные аспекты традиционной йоги, такие как асаны, пранаямы и медитации.

Терапия: похожа на классическую, но с акцентом на ле-

чение различных заболеваний и состояний.

Йога для подростков (до 18 лет)

Подростковая: специальная программа, которая помогает молодым людям и девушкам справиться с эмоциональными и физическими изменениями, связанными с непростым периодом.

Занятия для развития силы, гибкости и позитивного мышления.

Вышеперечисленными практиками можно заниматься и в домашних условиях, ведь традиционная йога не ограничивается спортивным залом, парком, пляжем и т. п.

Помимо вышеописанных видов, становится популярной флай-йога. В ней подходы несколько отличаются от классических, но каждый из уроков также направлен на достижение позитивного мышления, спокойствия, уверенности в себе и своих силах.

ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ

Детская йога для начинающих стартует с ознакомления с основными позами. Ребятам предлагают изучить основные несложные асаны и их названия. Малыши учатся правильно дышать, вдыхая через нос и выдыхая через рот. Своим примером учитель показывает, как надо сосредотачиваться и успокаиваться.

Для продвинутых юных пользователей проводят занятия по изучению сложных поз

и более глубокому погружению с помощью медитации.

С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО ЗАНИМАТЬСЯ

Осваивать и приобщаться к миру йоги дети могут хоть с рождения. Разумеется, в этом им помогают родители. Самостоятельно постигать азы науки и практики ребята способны уже с трехлетнего возраста.

ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКИХ ТРЕНИРОВОК

Детские занятия по йоге обычно проводятся в форме игры и воспринимаются как полезное развлечение. Инструкторы используют яркие и интересные игровые элементы, привлекающие внимание и настраивающие детей на позитивный лад.

Одна типичная тренировка включает:

разминку и прогревающие упражнения;

отработку асан (поз) и их комбинации;

дыхательные подходы и медитации.

Каждое занятие заканчивается комплексом упражнений на релаксацию.

СОРЕВНОВАНИЯ

Состязания по детской йоге набирают обороты и становятся популярными. Программа включает:

выступления детей с отдельными номерами;

демонстрации сложных поз и комбинаций;

командные соревнования. При выборе победителей учитываются гибкость, сила, координация спортсмена. Отдельной графой идут четкость, специфика, слаженность при отработке ряда фигур и связок.

ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

Польза детской йоги неоспорима. Регулярные практики влияют не только на физическое, но и психологическое развитие. Йога помогает улучшить гибкость, силу и координацию. Практика дыхательных упражнений и медитаций способствует повышению внимательности, сосредоточения и запоминания информации. Ребята способны управлять стрессом, тревогой и другими эмоциями.

Из минусов отмечают угрозу вывихов, растяжений. Это случается, когда ученики игнорируют указания наставника при выполнении фигуры. В то же время, излишнее рвение и интенсивные тренировки вызовут у малыша усталость и отторжение.

ВОЗМОЖНЫЕ ТРУДНОСТИ

В самом начале пути постижения практик у любого ученика возникнет сложность

с определением и поддержанием правильной позы. Но это преодолевается путем регулярных тренировок, настойчивости и соблюдения рекомендаций учителя.

ПОД ЗАПРЕТОМ

Занятия йогой противопоказаны детям, у которых есть серьезные медицинские ограничения, такие как:

сердечные и дыхательные заболевания в острой фазе;

повреждения позвоночника или суставов;

ряд аномальных особенностей развития.

Перед началом уроков рекомендуется проконсультироваться у врача и преподающего инструктора.

ЧТО УЧИТЫВАТЬ РОДИТЕЛЯМ ПРИ ВЫБОРЕ ГРУППЫ

На первом (подготовительном) этапе выбирайте группу, соответствующую возрасту ребенка. Убедитесь, что у инструктора есть опыт работы с детьми, что подтверждается соответствующей сертификацией.

Определите, что подходит для вашего крохи – семейные, групповые занятия или частные уроки. Отталкивайтесь от желания малыша, наличия свободного времени и состояния семейного бюджета.

НЕОБХОДИМАЯ ЭКИПИРОВКА

Для успешных тренировок малыш должен носить свободную и удобную одежду, не сковывающую движения. Следующее важное приобретение – специальный коврик для йоги. Он должен быть в меру мягким, нескользящим.

Для флай-йоги необходимы полотна из плотного материала и крепления к ним. Некоторые виды продвинутых практик могут потребовать использования ремней, блоков или болстеров.

Что такое йога для детей? Это замечательная возможность развить малыша физически, привести в порядок его нестабильную нервную систему. Но важно помнить, что каждый ребенок уникален, поэтому необходимо учитывать его особенности не только в выборе направления.

Виктория Лещук
Фото: freepik.com



16 и 17 НОЯБРЯ г. Выборг, Дворец культуры, ул. Советская, 16 **с 10.00 до 19.00**

ЗИМА УЖЕ БЛИЗКО! УСПЕЙ КУПИТЬ ШУБУ С МАКСИМАЛЬНОЙ СКИДКОЙ ДО 70%!

Меха Вятки

Кировская фабрика «Меха Вятки» приглашает Вас на большую распродажу настоящих русских шуб в Выборге

Цены на многие изделия и продукты сходят с ума, НО ТОЛЬКО НЕ У НАС:

СКИДКИ на все до 70%*

Кировская фабрика «Меха Вятки» - это полностью российское производство, которое не зависит от зарубежного сырья или оборудования. Благодаря этому мы можем держать цены на уровне 2021 года. И даже более того, делать скидки до 70%!

УБЕДИТЕСЬ САМИ:

- натуральные норковые шубы всего **от 23 000 рублей!**
- добротные мутоновые шубы **от 10 900 рублей!**
- новая коллекция модных шуб из экомеха **от 9 900 рублей!**
- Астраган, овчина керли.
- полный размерный ряд **от 38 до 72 размера!**

Вы пенсионер, работник бюджетной сферы или студент?
 Купить нашу шубу может позволить себе каждый благодаря программе рассрочки «0-0-24»: любую шубу можно приобрести в рассрочку на срок до 24 месяцев. Без первоначального взноса и без переплаты! Шубу забираете сразу!

НО И ЭТО НЕ ВСЕ! Каждому покупателю жилетки из меха овчины в подарок! *Действует акция по обмену старой шубы на новую (с доплатой)! В продаже уже доступна новейшая коллекция 2023-2024 модельного года.

Все шубы отшиваются по ГОСТУ из отечественного сырья высшей категории. Шубы сертифицированы, снабжены контрольно-идентификационными знаками (чипами). В 2018 и 2021 годах шубы фабрики «Меха Вятки» были отмечены знаком качества «Сто лучших товаров России». Предоставляется гарантия.

Вырежи данную статью - получи на выставку и получи дополнительную скидку: на норковую шубу - 500 рублей, на мутоновую - 200 рублей

Подробности вы можете получить на нашем сайте: meha-vyatki.ru и по телефону бесплатной горячей линии: **8-800-201-38-83**

*Организатор акции и скидки, а так же предоставления рассрочки ИП Маньков Д. В.
 ИНН 432603637274 ОГРН 316435000072188. Сроки действия акции 16-17.11.23. Срок рассрочки от 6 до 24 месяцев.
 0% - первоначальный взнос, 0% - переплата. Сумма рассрочки от 20000 до 120000 рублей. Граждане РФ от 20 до 75 лет

МЕСТО

ДЛЯ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ

РЕКВИЗИТ 22-555

ВОЗ

ОКНА · ДВЕРИ

ВОРОТА

РОЛЛЕТЫ

У НАС ОТЛИЧНЫЕ ЦЕНЫ!

oknabr.ru vk.com/voz55 ул. Вокзальная, 4
 8 (921) 372-10-72 • 8 (921) 635-55-35 • 8 (81378) 54-100

Реклама

телекоммуникационная КОМПАНИЯ

Успех

18+

НОВЫЕ ПАКЕТЫ КАНАЛОВ

«МАТЧ ФУТБОЛ»

8(81378) 98-0-98

HD Качество

№160814 от 25 января 2016 г. на оказание телематричных услуг связи, №153951 от 09 марта 2017 г. на оказание услуг связи для целей кабельного телевидения