



# ВРЕМЯ

Издается с 19 октября 1920 года

№ 2 (12497)  
21 января 2026 г.

МЕДИА  
#КОМАНДА  
47

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

time-spb@yandex.ru

time-king.ru

16+

## ПЕСНЬ СТЕКЛА И ПЛАМЕНИ

В Ивангороде творилась  
стеклодувная магия

Подробнее – 4 стр.

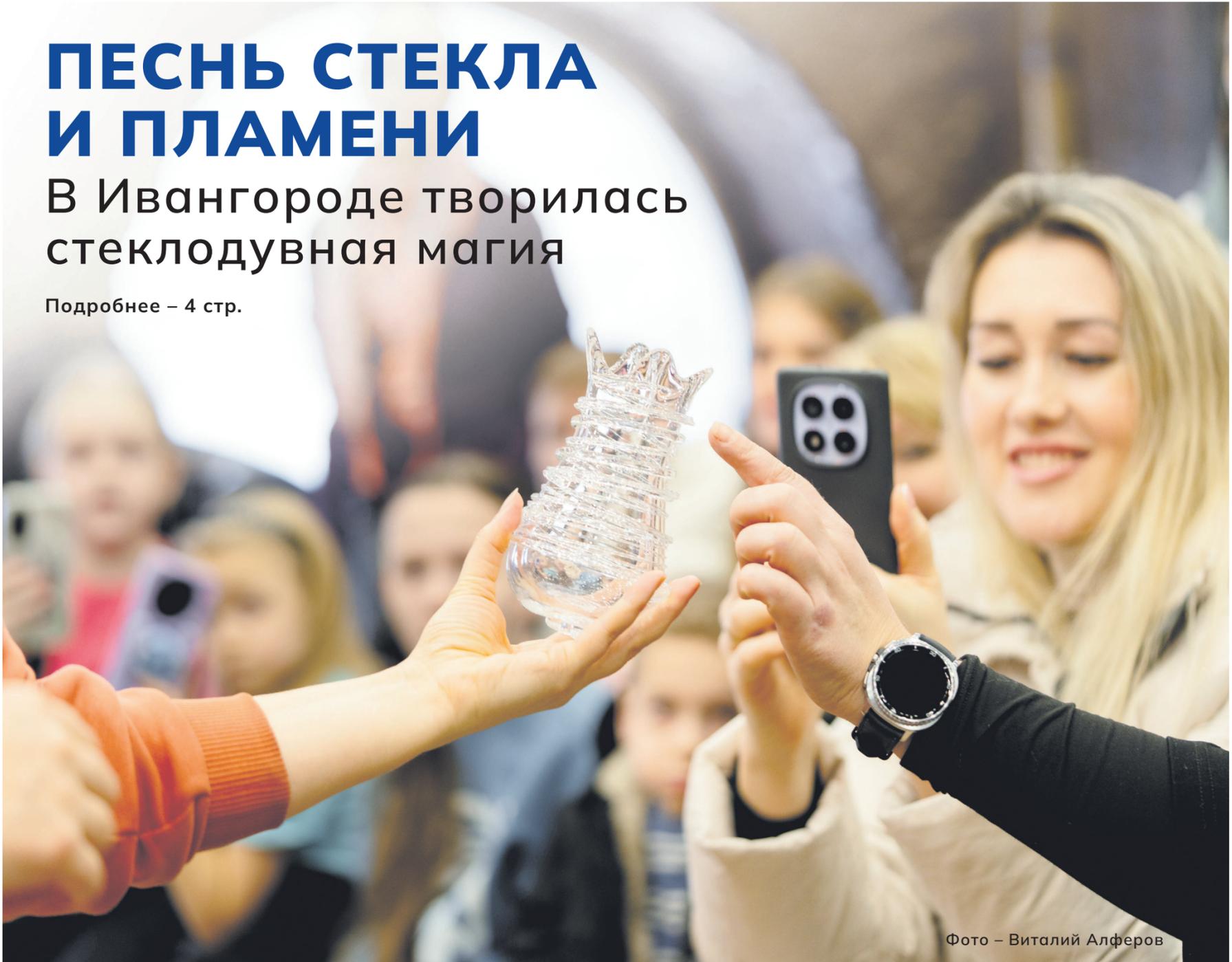


Фото – Виталий Алферов

### ЯРКИЙ ТУРИЗМ НА МАЛОЙ РОДИНЕ

Заработал  
портал  
о Кингисеппском крае

2

### МЫ ИЗ ДЕСАНТА: ВОЛЯ И ДЕЛО

Мечты  
и испытания  
героя СВО

3

### ВОДА ДЛЯ НОВОЙ ЖИЗНИ

Кингисеппцы  
окунулись в источнике  
на Крещение

4

### ИСТОРИЯ, БЬЮЩАЯ В СЕРДЦЕ

«Поезд Победы»  
снова  
в Кингисеппе

5

### ПОБЕДА БУДЕТ ЗА НАМИ!

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ  
В ООМУЖЕННЫХ СИЛАХ РФ

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



Гарантированная выплата  
от 2 800 000 ₽  
от 210 000 ₽ ежемесячно  
в зоне СВО

\*подробности при подписании контракта



Правительство  
Ленинградской  
области

Заработная плата за первый год  
**5 320 000 ₽**

Сделай подарок своим близким  
ОФОРМИ ПОДПИСКУ  
на газету «Время» на 2026 год  
во всех отделениях  
почтовой связи: индекс ПИ997

ЧИТАЙТЕ  
БОЛЬШЕ НОВОСТЕЙ!



Сайт газеты  
«Время»



Газета «Время»  
ВКонтакте



Газета «Время»  
в Telegram

## БОЛЕЕ 60 НОВЫХ ДОРОЖНЫХ ЗНАКОВ ПОЯВИЛОСЬ С НОВОГО ГОДА



Какие новые знаки появились на дорогах

С 1 января в России вступили в силу новые ГОСТы для дорожных знаков и правил их размещения. В перечне появились более 60 новых указателей.

Среди нововведений — знак «Глухие пешеходы», который устанавливают рядом с больницами, социальными учреждениями и школами для людей с нарушением слуха. Также появился вертикальный знак «Стоп-линия» для участков, где невозможно нанести разметку, и указатель «Рекомендуемая скорость на лежачем полицейском», помогающий выбирать оптимальную скорость перед

неровностями на дороге.

Появились таблички, информирующие о времени действия ограничения (например, с января по апрель), а также новые обозначения направления действия — стрелки, которые теперь располагаются под основным знаком. Для парковки добавлен указатель, разрешающий стоянку только для владельцев парковочных разрешений.

Кроме того, изменились и существующие знаки. На «Парковке» теперь дополнительно отмечают способ постановки автомобиля, а на «Платной парковке» появились обозначения возможных способов оплаты,

включая через приложение и по СМС. Новый знак с изображением тучи и снежинки предупреждает о влажном, заснеженном или обледенелом дорожном покрытии.

Изменены размеры парковочных мест вдоль дорог: ширина одного места уменьшена с 2,5 до 2,25 метра, длина осталась прежней — 6,5 метра. Это позволит разместить больше автомобилей на одной парковке.

Для всех новых знаков установлен единый шрифт — для лучшей читаемости. Также введены требования к бережному креплению, чтобы исключить повреждение лицевой стороны знака при установке.



## РЕСТАВРАТОРЫ ВОССТАНОВИЛИ КАРТИНУ «СВАТОВСТВО» ИЗ ИВАНГОРОДСКОГО МУЗЕЯ

Реставраторы Ленобласти восстановили картину «Сватовство» (1923) художницы Александры Щекатихиной-Потоцкой. Об этом сообщили в областном правительстве. Произведение написано в год брака с Иваном Билибиным, прославляет святость семейного союза.

Специалисты Международного центра реставрации вернули экспозиционный вид

картине из Ивангородского музея. Они укрепили трещины красочного слоя, восстановили утраты на основе, грунте и самом живописном слое, а также провели профессиональную очистку полотна от загрязнений.

«Международный центр реставрации в Рождествено играет важную роль для Ленинградской области. Он спасает ценные предметы, возвращая их в музеи, а также

привлекает туристов, показывая подлинную историю. В процессе работы специалисты центра изучают старинные материалы и техники, что помогает лучше понять прошлое нашего региона», — отметил вице-губернатор Ленобласти Владимир Цой.

В этом году коллекции музеев Ленобласти пополнит 31 отреставрированный экспонат.

## НАЧАЛСЯ ДЕМОНТАЖ МОСТА ЧЕРЕЗ ЛУГУ

В Кингисеппском районе продолжается капитальный ремонт моста через реку Луга. Как сообщили в областном правительстве, в настоящее время специалисты приступили к новому этапу работ — демонтажу существующего мостового сооружения.

Работы недалеко от поселка Усть-Луга проходят в рамках национального проекта «Инфраструктура для жизни».

Сооружение начала второй половины прошлого века давно исчерпало свой ресурс. Экспертные оценки показали, что износ несущих конструкций превышал отметку в 60%, создавая потенци-

альные риски для безопасности. Вместо точечного ремонта было принято решение о его капитальном ремонте, который позволит привести объект в соответствие с современными транспортными нагрузками и повышенными нормативами.

После демонтажа старого пролетного строения специалисты проведут усиление и ремонт опор. На обновленных опорах будет смонтировано новое пролетное строение, отвечающее современным стандартам по ширине проезжей части, грузоподъемности и безопасности. Это не только повысит пропускную способность, но и обеспечит долгосрочную и

надежную эксплуатацию.

Помимо самого моста будет модернизирована прилегающая инфраструктура: отремонтировано около 100 метров подъездных путей с каждой стороны, обустроены тротуары, установлены системы освещения.

Для обеспечения бесперебойного сообщения на время реконструкции в прошлом году рядом был оперативно возведен временный мост, на который и было переведено все движение.

Работы на объекте, начатые в 2024 году, ведутся по графику. Полное завершение капитального ремонта и ввод в эксплуатацию нового моста через



реку Луга запланированы на конец 2026 года.

## ЗАРАБОТАЛ ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОРТАЛ О КИНГИСЕППСКОМ РАЙОНЕ

С его помощью путешественники смогут удобно познакомиться со всеми возможностями для отдыха и туризма, которые предлагает этот регион.

На сайте собрана подробная информация о востребованных достопримечательностях, природных объектах и памятниках истории — например, о крепости Ям и Кургальском заказнике, а также о гостиницах, базах отдыха, ресторанах и кафе. Адрес портала: <https://kingisepptravel.ru/>

Разработчики особое внимание уделили навигации: онлайн-гид помогает построить оптимальный маршрут, подобрать варианты проживания и досуга, а также узнать, как доехать до нужных объектов и где попробовать местную кухню.

«Для развития внутреннего туризма и раскрытия потенциала Ленинградской области мы активно внедряем цифровые инструменты. Единичные интернет-платформы, присутствие в со-



циальных сетях, мобильные приложения с функциями дополненной реальности и «умной» навигации открывают новые горизонты для туристов», — отметила председатель комитета по культуре и туризму Ленинградской области Ольга Мельникова.

Новый сайт ориентирован как на самостоятельных путешественников, планирующих свой маршрут, так и на местных жителей, которые хотят ближе познакомиться с родным краем. Проект способствует росту популярности Кингисеппского района и делает посещение этих мест более комфортным и интересным для гостей.

## СВЫШЕ 22 ТЫСЯЧ ЧЕЛОВЕК ПЕРЕСЕКЛИ ГРАНИЦУ В ПРАЗДНИКИ



С 31 декабря 2025 года по 11 января 2026 года через таможенную границу в многостороннем автомобильном пункте пропуска Ивангород прошли свыше 22 тысяч человек. Об этом сообщает пресс-служба СЗТУ.

Всего за этот период пунктом пропуска воспользовались 22 300 человек, из них более 7 300 прибыли на территорию России из Эстонии, а более 14 900 выехали из России через Ивангород. По словам специалистов, наибольший наплыв путешественников пришелся на первые дни нового года — 3, 4 и 5 января, когда ежедневно границу пересекали более 2 500 человек.

В часы пик сотрудники государственных служб оперативно реагировали на увеличение очередей у таможенного пункта пропуска. По словам начальника таможенного поста МАПП Ивангород Санкт-Петербургской таможни Евгения Скорюкова, все необходимые меры принимались для сокращения времени ожидания при прохождении таможенного и пограничного контроля. Однако к 8 января на соседней стороне, в эстонском городе Нарва, начали формироваться очереди до 100–200 человек, следующих в Россию или возвращающихся обратно. Среднее время ожидания в очереди составляло от 4 до 10 часов.

Несмотря на увеличившийся поток, в период новогодних и рождественских праздников пересечение границы происходило в штатном режиме, без чрезвычайных или конфликтных ситуаций. Сотрудники МАПП Ивангород обеспечили бесперебойную работу пункта пропуска и комфортное пересечение границы для всех туристов.

# МЫ ИЗ ДЕСАНТА: МЕЧТЫ И ИСПЫТАНИЯ ГЕРОЯ СВО



**Анатолий Николаевич Кузьмин — человек, чья жизнь словно выкована из стали: в ней есть место и юношеским мечтам, и суровым испытаниям, и непоколебимой вере в правое дело.**

Он родился 9 сентября 1987 года в деревне Бегуницы Волосовского района Ленинградской области. С детства Анатолий отличался целеустремлённостью и силой духа — именно эти качества определили его судьбу.

## Начало пути: спорт и школа жизни

Окончив 11 классов Бегуницкой средней школы, Анатолий поступил в 123-е профессиональное училище Красного Села, где освоил профессию автомеханика. Но главным его увлечением всегда был спорт: бокс, кикбоксинг, армейский рукопашный бой (второй разряд), боевое самбо — каждое из этих направлений закаляло его характер.

Особого внимания заслуживает его достижение в пауэрлифтинге: Анатолий стал чемпионом Европы в своей весовой категории по жиму лёжа. Единоборства и вольная борьба по-прежнему оставались его страстью.

## Мечта о десанте

Мечта о службе в десантных войсках появилась у Анатолия после просмотра фильма «В зоне особого внимания» и рассказов бабушки о родственниках, сражавшихся в годы Великой Отечественной войны. Эти истории глубоко тронули его и укрепили чувство долга и патриотизма.

Мечта сбылась: Анатолий попал в

31-ю гвардейскую отдельную десантно-штурмовую бригаду, где прослужил пять лет. Затем последовало сокращение, возвращение в родной дом и начало гражданской жизни, которая, как он сам признаёт, была далеко не безоблачной.

## Гражданская жизнь и новый поворот

Более десяти лет Анатолий проработал в личной охране. Однако зов долга не утихал. Когда появилась возможность вновь встать на защиту Родины, он без колебаний отправился в зону СВО вместе с другом по прозвищу Купол. Сам Анатолий получил позывной Гном — так называла его в детстве старшая сестра за невысокий рост.

## Служба в разведке и ранение

В зоне СВО Анатолий служил в разведке. Два месяца на передовой — время риска, испытаний и крепкого братства. «У нас был лучший взвод, — вспоминает он. — Ребята отличные, подготовленные, приняли меня хорошо. Все были как братья».

Трагедия случилась в Волчанске: тяжёлое ранение, после которого восстановление оказалось невозможным, — комиссия по категории Д.

## Дорога к восстановлению

Супруга Анатолия узнала о его участии в СВО только после ранения. С тех



пор она неизменно рядом — поддерживает, помогает, идёт рука об руку. «Мы живём счастливой жизнью», — говорит он с теплотой.

Сейчас Анатолий проходит реабилитацию во Всеволожском центре для участников СВО, где ему помогают справиться с последствиями травмы. Впереди ещё одна операция на ноге, но он не теряет оптимизма, осваивает новые знания и шаг за шагом возвращается к полноценной жизни.

## Мысли о будущем

«Планов много и идей тоже, — делится

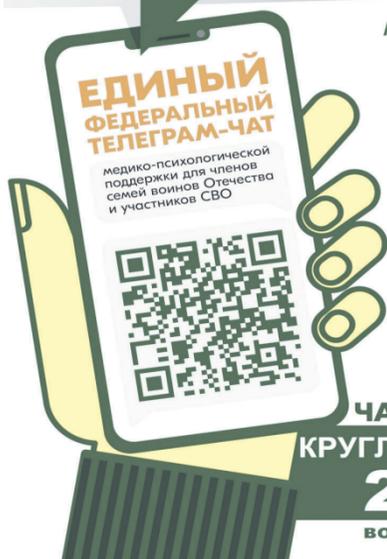
Анатолий, — но сначала здоровье». В его голосе — твёрдая убежденность: защита Родины — дело настоящих мужчин. Он призывает помнить свои корни, хранить честь и достоинство.

«Во все времена воины были примером и защитниками своей Родины, страны, семьи. Мы обязательно победим, потому что мы — русские, и с нами Бог», — заключает Анатолий Кузьмин.

Его история — не просто рассказ о солдате, а повествование о силе духа, верности принципам и неугасимой вере в лучшее.

Ратибор Белояров

## МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА



МЕДИЦИНСКИЕ ПСИХОЛОГИ ПОМОГУТ И ПОДДЕРЖАТ ПРИ ЛЮБЫХ ТРЕВОЖНЫХ СОСТОЯНИЯХ

ЧАТ РАБОТАЕТ КРУГЛОСУТОЧНО 24/7 во всех часовых поясах

## ЧАТ ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ ВОИНОВ СПЕЦОПЕРАЦИИ РАБОТАЕТ КРУГЛОСУТОЧНО

Продолжает свою работу единый федеральный чат Комитета семей воинов Отечества по оказанию медико-психологической поддержки семьям и участникам специальной военной операции (СВО) в круглосуточном режиме.

Адрес чата: <https://t.me/+NICAoiZghk20TNI>

«Психологическая помощь часто нужна здесь и сейчас. Нам важно помочь каждому, кто испытывает любые тревожные состояния. Помощь оказывается в круглосуточном режиме, независимо от региона проживания. Важно то, что к нам можно обратиться анонимно, мы не требуем раскрывать персональные данные и это стало еще одним из дополнительных факторов востребованности именно такого фор-

мата психологической помощи», — отмечает руководитель КСВО Юлия Белехова.

В чате работает команда опытных высококвалифицированных медицинских психологов, которые оказывают бесплатные медико-психологические консультации по различным тревожным состояниям. Общение в чате анонимное, без запроса персональных данных. Обратиться в чат может житель любого региона страны в круглосуточном формате, независимо от часового пояса.

Сегодня запрос на цифровой формат общения, когда не надо идти к психологу. За год работы чата специалистами отработано более 22 000 индивидуальных обращений. Сегодня в динамике сопровождаются даже самые тяже-

лые случаи. В команде 60 клинических психологов из 10 регионов страны.

«Наш чат помогает в дистанционном формате — это более доступная, востребованная и приближенная к заявителю поддержка, причем в режиме 24/7», — комментирует координатор чата, член Общественной палаты Российской Федерации и Московской области, руководитель федерального проекта «ЗдравКонтроль» Евгений Мартынов.

В чат уже подключилось более 18 000 человек из разных регионов страны.

Организаторы: Комитет семей воинов Отечества (КСВО) и Фонд «Социальная сфера» (команда федерального проекта «ЗдравКонтроль») при поддержке Общественной палаты Российской Федерации.

# ПЕСНЬ СТЕКЛА И ПЛАМЕНИ



17 января в мастерской «Верес» талантливого художника, стеклодува и гончара Виктора Федосеева, расположенной в микрорайоне Парусинка города Ивангород, состоялся финальный этап проекта «Секреты ябургских стеклодувов». Проект реализуется при поддержке гранта губернатора Ленинградской области А.Ю. Дрозденко.

В этот день мастерскую «Верес» наполнили жители Ивангорода и Кинги-

сеппа разных возрастов, собравшиеся в ожидании интересных мастер-классов от профессиональных стеклодувов из Санкт-Петербурга. На открытии с приветственным словом выступил Виктор Федосеев. Он поделился своим стремлением передать опыт молодому поколению, отметил необходимость перехода мастерской на самокупаемость из-за дороговизны оборудования, а также подчеркнул важность проведения мастер-классов, чтобы дети учились зарабатывать своими руками и видеть результат своего труда.

Затем Виктор представил своих коллег из Санкт-Петербурга, продемонстрировавших настоящие чудеса стеклодувного ремесла. Тамара Ковалёва — организатор экспериментального производства «NWGlass-lab» (создание печей и оборудования для малых стеклодувных мастерских), руководитель и основатель проекта по производству стеклянных кирпичей «Проект Фальконье». Она рас-

сказала, что «профессия стеклодува редкая, ценная, востребованная и очень перспективная. Сегодня в ней задействованы в основном люди старшего поколения, но молодёжь тоже начинает осваивать азы этого уникального ремесла».

Далее Тамара представила двух молодых мастеров-стеклодувов из Санкт-Петербурга. Валентина Асесерова с десятилетним стажем работает в собственной мастерской «ART BIOW», создаёт дизайнерские предметы и ювелирные изделия, а также проводит обучающие мастер-классы. Азамат Берикбаев на протяжении 9 лет трудится на производстве «Русвудизайн», специализируется на выдувке изделий сложной формы из цветного стекла «гутным» способом и также обучает этому ремеслу. Несмотря на молодой возраст, эти мастера уже внесли вклад в культуру города, а их изделия можно увидеть в дворцовых и исторических интерьерах Санкт-Петербурга.

Работая слаженно и красиво, Валентина и Азамат на глазах у зрителей показали «физику стекла». Древний способ работы на горелке с помощью дрота до сих пор остается актуальным: стекло расплавляют при температуре 1150 градусов, выработывают при 500°, делают отжиг и затем катают в катальнике для равномерного распределения толщины стекла. На глазах у зрителей из рук мастеров рождались изящные фигурки: рыбка, яблоко и вазочка. Некоторым участникам мастер-класса даже удалось самостоятельно выдуть стеклянные изделия.

Встреча в исторической мастерской «Верес» на набережной Нарвских водопроводов прошла интересно и продуктивно. Все участники выражают благодарность Виктору Федосееву и профессионалам из Санкт-Петербурга за этот вдохновляющий и познавательный день!

Владислава Гусарова

## «ЗА МАНДАРИНОВЫМ СТОЛОМ»



В канун нового года в Кингисеппском районе состоялся необыкновенно тёплый и душевный праздник для людей с ограниченными возможностями здоровья. Мероприятие «За мандариновым столом» организовал центр «Шаг к сердцу» под руководством Леонида Воронцова.

В этот день в коворкинге, украшенном по-новогоднему, собрались 27 человек — участников центра и гостей, чтобы вместе ощутить атмосферу наступающего 2026 года.

Торжественную часть открыл директор АНО «Шаг к сердцу» Леонид Воронцов, поздравив всех присутствующих с праздником и пожелав здоровья, счастья и исполнения желаний. Особые слова благодарности прозвучали в адрес администрации МО «Кингисеппское городское поселение» за поддержку в организации праздника, а также Берденниковой Натальи Вадимовны, создавшей уют и тёплую атмосферу в коворкинге.

Праздничное настроение участникам дарил артисты литературно-музы-

кального клуба «Созвучие». Руководитель клуба Наталья Филипповна Рожева, а также Зоря Исмаиловна Вяльева, Елена Евгеньевна Вершкова и Янина Николаевна Митрофанова подготовили необычное и яркое музыкально-театрализованное представление, в котором не обошлось без традиционной Снегурочки и зажигательных песен в новогоднем стиле. Особенно гостям запомнилось музыкальное сопровождение от Янины Митрофановой — оно создавало ощущение настоящей зимней сказки.

Все присутствующие с удовольствием подпевали, аплодировали и дарили друг другу поздравления. Каждый получил сладкий подарок от Деда Мороза.

Этот день подарил участникам праздника массу позитива, счастливые улыбки и заряд бодрости на 2026 год. Коллектив центра «Шаг к сердцу» выражает благодарность всем неравнодушным, кто помог сделать это событие по-настоящему ярким и тёплым.

Директор АНО «Шаг к сердцу»  
Леонид Воронцов

## ВОДА ДЛЯ НОВОЙ ЖИЗНИ



Освящённая в день Крещения вода почитается как проводник к новым началам. Окунувшись в неё, человек сбрасывает с себя тревоги, обиды, всё ненужное. Остаётся только искренность и желание жить с чистого листа. Крещенское купание — это не смелость преодолеть холод, а решимость встретиться с собой настоящим.

Как известно, оборудованных купелей на территории Кингисеппского района мало, так что на Крещение жители Кингисеппа входят еще и в целебные воды источника в селе Каложицы соседнего Волосовского района.

Настроение — самое что ни на есть праздничное! Для многих такое вот омо-

вление является многолетней традицией. «После Крещения происходят дальнейшие встречи человека с Богом. Если эти встречи состоятся, то последнее Богоявление будет радостным и многообещающим, а не страшным.

Дорогие братья и сестры, дай Бог, чтобы мы с вами были ответственными, чтобы были готовы к прикосновению Бога в нашей жизни, чтобы понимали, что для этого мы созданы Богом, а не для чего-то другого, для жизни в Нем, для славословия Бога, для благодарения Его. Как написано в словах молитвы блаженного Августина: «Ты создал нас для себя, и мятется сердце наше, доколе не успокоится в Тебе». Поэтому дай Бог, дорогие братья и сестры, чтобы наше сердце всегда устремлялось навстречу Богу, чтобы эти Богоявления в нашей жизни явно присутствовали и привели нас к окончательной встрече и соединению с Господом, с которым должна быть связана вся наша жизнь», — написал на своей ВК-странице протоиерей Александр Куприянов.

Иван Никитин  
Фото: Лилия Калинина

Кингисеппцы окунаются  
в целебные воды источника  
в селе Каложицы



# МЕМУАРЫ ЗЕМЛЯКА: ПО ЛЕДОВОЙ ДОРОГЕ



Этот отрывок уникального дневника деда жителя Кингисеппа Александра Дмитриева – Василия Григорьевича – посвящен знаменитой Дороге жизни, которая спасла тысячи людей. Он там был и успел рассказать об этом нам!

## Задача поставлена Смольным

Эвакуация населения Ленинграда широко развернулась лишь с декабря 1941 года, когда начала действовать вторая ледовая трасса через Ладожское озеро к станции Войбокала. (Первая трасса тянулась от Ленинграда на станцию Заборье через ст. Ладожское озеро – Сясь, и была длиною в 380 км, вторая же только 140 км.)

Для обслуживания эвакуированных ленинградцев в Жихарево был организован эвакуационный пункт. На этот эвакуационный пункт требовались кадры работников: заведующих, диспетчеров, счетоводов и других категорий.

Ленгорисполком предложил Роно выделить нескольких учителей для отправки в Жихарево на работу по обслуживанию эвакуационного пункта. В число кандидатов от Роно вошли учительница географии Антонина Николаевна Еремеева и я. Оба мы уже в третий раз волею рока в эту войну становимся на работах военного характера. Нас «обязали явкой» в Смольный к 10 часам утра 9 февраля.

Антонина Николаевна состоит в моей школьной пожарной команде. Она исправно выходит на крышу школы во время бесчисленных воздушных тревог, считает себя бесстрашной, так же голодает и пухнет, как я, как все. Она ревниво бережет здание школы, исправляет повреждения, причиненные налетами воздушных пиратов, нежно заботится о голодающих отце с матерью и не прочь уехать из города, так как ей с семьей тоже грозит неизбежная голодная смерть. Муж ее в армии и делится с нею кусоч-

ками хлеба и ложками каши.

Пешком мы идем в Смольный. Нас проведут в приемную тов. М-ва и просят подождать. В публике десятка полтора людей, пришедших сюда по одному с нашим делом.

В приемной тепло и светло. Пишущие барышни в кудряшках заняты своими бумагами. Они, эти барышни, свежи и даже румяны, щебечут между собою о своих Смольных делах. Они, видимо, не чувствуют тягот блокадной зимы. Впрочем, им по штату положена солидность и то, что принято называть «комилфо» – хорошим тоном.

Мы ждем недолго, ровно столько, чтобы почувствовать удовольствие от нормальной комнатной температуры; нас, всех ожидающих, просят войти в кабинет тов. М-ва.

За большим письменным столом сидит человек в полувоенной форме. Он почти молод, в меру солиден, в меру суров. На спинке стула тов. М-ва в боевой готовности висит солидный маузер в деревянной кобуре. На стенах портреты вождей; около стен бюсты и стулья, мягкие, кожаные, солидные.

– Прошу, – говорит тов. М-в, указывая на стулья.

Наша толпа рассаживается.

– Я вас пригласил, товарищи, по важному делу, касающемуся целого города, по делу эвакуации населения, – начал тов. М-в, сложив перед собою руки на столе. – Мне необходимо несколько человек для работы на Жихаревском эвакуационном пункте.

И тов. М-в коротко, но достаточно подробно сообщил нам о будущей работе и о задачах.

– От вас я жду, – закончил он, – не бездушно, формального исполнения обязанности, а теплоты душевной, товарищеской заботы о голодных и больных людях, которых мы отсюда будем направлять к вам для следования вглубь страны.

Он помолчал и совсем просто, как человек, знающий не только официальную

сторону жизни, но и ее скрытые пружины, добавил:

– Я вижу, вы утомлены и истощены. Эта командировка вам будет не бесполезна и с личной точки зрения. В Жихарево вы подкормитесь; там всего достаточно. Кроме того, мы понимаем, что вам невозможно оставить ваши семьи здесь, может быть, умирать. Поэтому мы с первым же эшелонам, уходящим на Борисову Гриву, эвакуируем ваших близких.

Тов. М-в взял список и начал называть каждого по фамилиям, спрашивать, хочет ли вызванный ехать, какую работу предпочитает, кого он хочет эвакуировать.

Мне досталась обязанность коменданта барака для эвакуируемых, Еремеевой – помощника коменданта.

Аудиенция окончена. Тов. М-в встает, желает счастливого пути и успеха в работе. Мы выходим из кабинета, даем о себе необходимые сведения и получаем визы на выезд.

## Спасаясь от голода

...Отъезд назначен на 11 февраля. Я спешу домой обрадовать Нину и Женю. Он немедленно начинает собирать вещи и радоваться: Алма-Ата становится реальной.

Ночь на 11 февраля мы с сыном провели в квартире Еремеевой, куда перенесли необходимые мне вещи, а утром пошли втроем на Знаменскую улицу, откуда отправлялись машины с командированными.

Грузовик прибыл. Женя поддал мне чемоданы, я вручил ему оставшиеся карточки на хлеб, надеясь, что на большой земле с хлебом устроюсь; мы подали друг другу руки через борт машины, и расстались.

Грузовик производства Ярославского завода двинулся через Ленинград к «дороге жизни».

По сторонам мелькали заснеженные громады промерзших домов. Над ними ни клуба дыма, ни струйки пара: людям нечем топить. Пешеходы почти не встречаются, дорога наезжена и гладка. Вот мы уже за городом. Навстречу плывут кусты, холмы, грузовики, идущие в Ленинград...

Еремеевой повезло: она сидит в кабине, пользуется относительными удобствами, ей тепло от мотора. Мы, остальные командированные, среди которых пятеро учеников ремесленного училища и несколько женщин с городского эвакуационного пункта, сидим в ящике. Тут же с нами какой-то дядька, очевидно, по благу влезший в машину после проверки документов, так как он выразительно смотрел на шофера и по его выразительному кивку полез в ящик в момент отхода.

Пока тепло. На мне валенки, выменянные на часы; женщины – в ватных полушубках, ремесленники в ботинках.

Машина ускоряет ход. Через час езды пронзительный ветер заставляет нас забраться под большой промерзший брезент, потом мы начинаем прижиматься друг к другу, образуя клубок трясущихся тел; потом ремесленники в ботинках начинают стонать, особенно один из них, который беспрерывно тянул: «холодно... холодно...»

Я засунул ноги этого несчастного под свое пальто, но это ему мало помогло. Ветер дерзко задирает брезент, и тогда мы мельком видели бесконечное белое снежное поле и свинцовое небо, низко висевшее над дорогой.

Вдруг наша машина остановилась. Кто-то из нас откинул брезент и посмотрел на дорогу.

В сторонке лежал человек. Его лицо уже полусасыпано снегом. Руки засунуты в рукава. Рядом с ним маленький узелок и парусиновый рюкзак. Шофер наклонился к человеку и потрогал пульс.

– Не дошел, бедняга, – сказал он, выпрямляясь. – Их тут много вдоль дороги лежит.

– Кто же они? – спросила Еремеева.

– Такие же, как вы да я, – ответил шо-

фер. – Ушел от голода, пришел к смерти. Он снова влез в кабину, и через стенку мы услышали фразу, сказанную Еремеевой:

– Их подбирают и складывают кучей. Там, впереди, встретим.

Машина тронулась. Мы снова накрылись брезентом.

Много часов прошло в каком-то оцепенении, пока нас привезли в Борисову Гриву. Здесь передышка и заправка машины.

На станции устроено какое-то подобие постоянного двора или чайной. Это подобие – не то дом, не то сарай. Посреди него неуклюжий первобытный очаг, извергающий клубы дыма не в трубу, а под потолок. Труба не задерживается и легко выдувается ветром через дыры в стенах. На очаге теснятся чайники. Два-три выплескивают воду из носиков – они уже закипают – и мешают закипеть остальным.

– Чьи чайники? – орет толстая «здешняя» женщина со слезящимися глазами. – Чего не смотрите? Я буду выбрасывать их.

Очевидно, женщина – или начальство в сарае, или близка к начальству.

В сарае полно людей. Здесь едят, пьют, спят, продают, покупают, советуют, пугают. Добиться толку немислимо.

Мы, потолкавшись минут пять, решили вернуться к нашим беззащитным вещам, правильно рассчитав, что вещи могут украсть, а машина уйти, так как шофер был нимало не озабочен своим живым грузом.

Заправка машины окончилась, и шофер, для проформы сказав:

– Все там? – тронул, не получив ответа.

В самом деле, откуда мы могли знать, все или не все тридцать человек сидят под брезентом. Через километр – два («на глазок», так сказал наш шофер) мы въехали на ледовую трассу – дорогу жизни города Ленинграда.

## Лед и ветер

«Дорога жизни» – это путь через Ладожское озеро для автомашин, доставляющих городу продовольствие и боеприпасы. Прежде всего на трассе поражает неприятное ощущение странной непрочности; в самом деле: под нами многометровая глубина, отделенная коркой льда от колес машины; над нами серое небо; около – бескрайность. Право, на корабле чувствуешь себя прочнее, чем на льду!

Затем нас встретил резкий Ладожский ветер, который забирался во все отдушины под брезентом и снова заставлял стонать ремесленников. Ветер буквально издевался над нашим желанием отогреться. Одна девушка закричала шоферу:

– Остановите, я побегу сзади. Замерзаю!

Шофер ответил:

– Терпите. Выходить нельзя: замерзнете.

И он, не то пугая, не то говоря правду, рассказал Антонине Николаевне, что недавно на озере замерзла группа студентов, пешком пробиравшаяся через озеро.

Неподалеку от нас проносятся машины с грузом для Ленинграда. Оказывается, здесь, по трассе, непрерывно идет бескровная борьба за жизнь ленинградцев. «По этой дороге ежесуточно под самым носом у противника в Ленинград доставлялось 7-8 тысяч тонн продовольствия и боеприпасов, а из Ленинграда ежесуточно эвакуировалось 5-6 тысяч человек населения и большое количество заводского оборудования» (П.С. Попков, речь на V сессии Верховного Совета РСФСР в 1944 г.)

Такова роль этой изумительной трассы!

Фото: интернет-источники, а также инфографика ЛенТВ24

# ИСТОРИЯ, БЬЮЩАЯ В СЕРДЦЕ

## "ПОЕЗД ПОБЕДЫ" С НОВА В КИНГИСЕППЕ



Каждый вагон передвижного музея «Поезд Победы», в четвертый раз прибывшего в Кингисепп, - отдельная страница Великой Отечественной.

Шаг через вагонную сцепку - и ты в окопе, где солдаты застыли перед готовящейся рукопашной схваткой. Вот санитарный состав, воздух которого пропитан болью и, кажется, что даже слышно металлическое звяканье хирургических инструментов. Вот страшный барак концлагеря и мертвенно-бледные лица узников, в уши бьёт лай сторожевых псов...

Погрузиться в военное время помогают не только мультимедийные технологии, но и рассказ железнодорожника Лидии. Ее воспоминания являются литературной основой проекта.

Завершает экскурсию экспозиция вагона, где с войны возвращаются советские победители. В одном из таких с фронта ехали наши бабушки и дедушки, представители народа великих воинов и тружеников.

### Единственный в мире

По словам создателей музея, на сегодняшний день ни в одном музее мира нет такого количества многофигурных композиций в скульптуре, как в «Поезде Победы».

Но не только скульптурами уникальна выставочная экспозиция, интересно и ее техническое сопровождение: 50 видеопроекторов, 18 видеостен, 12 тач-столов, которые благодаря световым и звуковым эффектам воссоздают захватывающие воздушные бои и массивные танковые атаки, рисуют картины походной солдатской жизни и тихие воспоминания мирного довоенного времени.

«Поезд — это метафора жизни человека. Каждому из нас, глядя в глаза тех, кто защищал нашу Родину, стоит задуматься, для чего и как мы живем, достойно ли распоряжаемся даром, полученным от поколения победителей, — даром жизни», - уверены создатели уникального поезда.

Некоторые из посетителей музея были здесь не раз. И говорят, что с каждым новым визитом открываются новые гра-



ни и нюансы. Ведь некоторые экспозиции посвящены не только советским солдатам. Например, в одном из самых жутких вагонов, рассказывающем о биологической лаборатории, где японскими военными врачами разрабатывалось бактериологическое оружие и проводились нечеловеческие медицинские опыты, увековечена фигура храброй китайской партизанки Чэн Бенхуа. Ее образ воссоздан со знаменитой фотографии, сделанной перед ее казнью палачами, где она улыбается перед смертью в объектив, глядя врагу прямо в глаза. (Ее фото с официального сайта музея «Поезд Победы» мы также публикуем в этой статье - прим. редакции).

### Под впечатлением

«Ощущения от этой экспозиции оставили яркие и глубокие впечатления. Конечно, они не радостные — экспозиция показывает всю боль и горечь, которую пережил советский народ во времена войны. Но, с другой стороны, в конце поезда появляется чувство радости — радости за нашу страну, за наших людей, которые, несмотря на все испытания, смогли выстоять и, наконец, обрести долгожданный мир и покой, - рассказала журналистам заместитель главы администрации по экономическому развитию Юлия Богомазова, - безусловно,

эта экспозиция уникальна для нашей страны. Такое количество экспонатов, собранных в передвижном составе, курсирует по стране с 2020 года, и вот уже в четвертый раз поезд приходит в Кингисеппский район. Я считаю, что воссоздание трагических страниц войны — одно из самых правильных решений для того, чтобы показать нашим гражданам тот великий подвиг советских людей, который был совершен в годы Великой Отечественной войны».

«Нет слов, чтобы описать эмоции, - поделилась с газетой «Время» одна из посетительниц, пришедшая в музей с детьми, - ты окунаешься в другую эпоху с головой».

«Мы под большим впечатлением от увиденного, - рассказала жительница Кингисеппа, которая пришла вместе с внуком, - мы много рассказываем внуку о войне. Недавно прочитали с ним «Тимур и его команда», и с этой стороны истории он тоже теперь знаком».

### Огромный интерес

Музей прибыл в Кингисепп всего на два дня. Чтобы попасть в него, многие регистрировались на сайте заранее, и многие расстроились, что не успели записаться. С одной стороны - жаль, что, как говорится, «хорошо, но мало», а с другой - как отрадно, что у наших земляков такой неподдельный, живой интерес к родной истории! Автор этих строк прекрасно помнит эпоху 90-х, когда подвиги советских людей поливали грязью по центральным ТВ-каналам, День Победы 9 мая предлагалось переименовать в день скорби, а советских комсомольцев некоторые общественные деятели пытались называть «собратями» юношей из фашистской организации «гитлерюгенд». К счастью, времена меняются. Вернее, меняем их, в том числе, и мы сами, представители своих поколений. И пусть наш «Поезд Победы» идёт только вперёд, навстречу новым городам и новым свершениям во благо нашей страны!

Александр Кудрявцев

### ЛЕГЕНДА НА КОЛЕСАХ

«Поезд Победы» — интерактивная выставка с максимальным эффектом присутствия, размещенная в движущемся поезде. 10 тематических вагонов посвящены отдельным событиям или вехам Великой Отечественной войны. Выставка воссоздает историческую реальность с помощью современных технологий: дополненная реальность, объемный звук и театральное освещение реалистичных фигур.

Предвоенные годы — Великая Отечественная — Победа. По этому исто-

рическому маршруту посетителей ведет девушка Лидия — не просто аудиогид: это — собирательный образ поколения, юная советская девушка. Ее судьба — судьба страны.

«Поезд Победы» реализован командой творческой мастерской «Невский баталист» совместно с медиагруппой «Красный квадрат», при поддержке Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, ОАО «Российские железные дороги» и ВОД «Волонтеры Победы».

# «СИЛА СЛОВА» В КИНГИСЕППЕ

## ЮБИЛЕЙНАЯ ВСТРЕЧА С ГАЗЕТОЙ «ВРЕМЯ»



Значение и мощь владения словом прозы и стихов на войне обсудили участники творческой встречи газеты «Время» «Сила слова» в кингисеппском ЦСО. Главный редактор газеты Александр Кудрявцев принес листовки и статьи времен Великой Отечественной войны и текущей СВО из своего музея живой истории, а музыкальную поддержку обеспечил кингисеппский ансамбль «Три топора».

### Слово, меняющее реальность

В повседневной жизни редко задумываешься о той силе, которую несёт в себе слово. Казалось бы, простые фразы и обороты подразумевают только информацию, но в действительности каждое слово способно формировать образы в сознании — а значит, менять и саму реальность, в которой мы живём.

Этот нехитрый тезис спикер доказал на примере в самом начале выступления, предложив слушателям представить, как он режет лимон, что вызвало у аудитории совершенно реальную физическую реакцию.

«Язык — не просто средство передачи мыслей, он — создатель смыслов и образов. Эти образы влияют на восприятие событий, направляя мысли в определённое русло. Благодаря этому свойству слова, рождающие символы, становятся главным инструментом пропаганды», — подчеркнул Александр Кудрявцев.

В арсенале любого пропаган-

диста — не столько факты, сколько умение нарисовать нужную картину, подобрать такие выражения, которые изменят отношение людей к происходящему. Именно поэтому мощные лозунги, эмоциональные обращения и даже обычный повтор определённых формулировок способны коллективно влиять на общественное мнение.

Стоит ли говорить, что создание образа врага в лице жителей нашей страны готовилось заранее, десятилетиями?

### Как нацисты изображали советских солдат

Во времена Второй мировой войны немецкая пропаганда активно использовала карикатуры, кинохроники и плакаты, чтобы создать у населения отрицательный образ советского солдата. В официальных материалах Красная армия представлялась как «орда варваров» — безжалостная, дикая, угрожающая цивилизации Европы. Советских бойцов изображали грубыми, необразованными и опасными, часто сопровождая визуальные образы уничижительными подписями и слухами об их жестокости. Такая стратегия позволяла усиливать страх среди граждан Германии и мотивировать солдат к сопротивлению, оправдывая затяжную войну на Востоке.

Для наглядности Александр Кудрявцев принес две газеты 1937 года — советскую «Правду» и одно из популярных немецких изданий того времени, где в свое время работал Адольф Гитлер. На первой полосе «Правды» того времени — статья про урожай и советскую учительницу. Немецкую газету из «цивилизованной Европы» этого же года «украшает» большое фото вооруженного до зубов германского солдата-завоевателя с арийским профилем.

Исторические параллели с сегодняшним днём напрашивались сами собой. Методички наших врагов с Запада практически не изменились. Нас снова изображают в виде «темного народа», «орков», отказывая в самобытности и праве на свободное от западного вмеша-



тельства существование.

Слово продолжает творить нашу реальность — сегодня, как и прежде.

Кстати, на встрече стало известно, что Александр также является автором книг. Он поделился с участниками одним из своих рассказов под названием «Кука». Это небольшая, но трогательная история о том, как фашисты ведут на расстрел группу советских людей. В этой непростой ситуации дедушка пытается отвлечь своего маленького внука, рассказывая ему о сказочном существе, которое живет в лесу.

### Ненависть — изнанка любви

Как же отреагировали советские мастера публичного слова на начало войны фашистского «Евросоюза» против нашей Родины? Так, как и подобает лучшим сынам и дочерям великого народа — всей творческой мощью, которая в итоге оказала немалую поддержку воинскому духу наших людей и приблизила долгожданную Победу.

После вероломного нападения и кровопролитных боёв 41-ого в газете «Правда» вышла статья «красного графа» Алексея Толстого под названием «Убей зверя», в газете «Красная звезда» в этом же году публикуют стихи военкора Константина Симонова «Убей немца». «Если ты фашисту с ружьем / Не желаешь навек отдать / Дом, где жил ты, / жену и мать, / Все, что родины мы зовем, / Знай: никто ее не спасет, / Если ты ее не спасешь; / Знай: никто его не убьет, / Если ты его не



убьешь». Как считают литературоведы, это редкий вид русского стихотворения в жанре проклятия.

И проза, и стихи того времени пропитаны яростью. Недаром этому стихотворению Симонова даже предлагали присвоить звание Героя СССР, так как с его строками на устах наши бойцы поднимались в атаку и разили врага без устали. Столь же бескомпромиссны первые листовки начала СВО.

Однако со временем накал ненависти к врагу стихал. И вот в выпуске газеты «Правда» победного 1945 года публикуется статья знаменитого журналиста Ильи Эренбурга «Утро нового мира». В ней — новое принятие немецкого народа, очищенного от нацистской скверны. Так, по

крайней мере, думали многие жители СССР в то время. Если бы кто-то из тех фронтовиков дожил бы до сегодняшнего дня, он не поверил бы собственным глазам, читая новости о происходящем на границах России.

Как выяснилось, самой крепкой в мире историческая память оказалась у русских (хотя, к сожалению, не у всех). Мы помним прошлое, чтобы не потерять будущее. Крупицы этой памяти остаются и в наших песнях. Группа «Три топора» сыграла акустическую программу, слушатели ее встретили очень тепло и пригласили выступить ещё. Продолжение следует!

Иван Никитин, Евгения Иванова

## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ: ОПАСНУЮ ЯМУ ЛИКВИДИРУЮТ



Коммунальные службы планируют ликвидировать вызвавшую беспокойство жильцов яму 53 дома по пр. Карла Маркса в Кингисеппе в течение недели, власти взяли вопрос на контроль. Об этом газете «Время» сообщили в районной администрации.

Напомним, в конце прошлой недели местные жители обратились в нашу редакцию из-за ямы в диаметре примерно 5 метром и глубиной около 2 метров, которая образовалась из-за обвала грунта после работ с канализационным люком. По их словам, этот «котлован» появился еще в ноябре минувшего года.

«Коммунальные службы устраняли там аварийную ситуацию, проводились ремонтные работы. В течение недели обещали всё ликвидировать, вопрос на контроле у комитета по жилищно-коммунальному хозяйству администрации», — рассказали в администрации.





## ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ГОД ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

Ленинградская область первой в России создала кластер по комплексному сопровождению и реабилитации участников и ветеранов СВО. Опыт признан удачным. По поручению президента РФ в регионах России будут созданы протезно-ортопедические реабилитационные центры. Председатель Совета Федерации Валентина Матвиенко заявила, что в ближайшие три года планируется открыть 25 таких учреждений.



# ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ ЗАДАЁТ СТАНДАРТ

Ленинградская область уже сейчас может предложить участникам и ветеранам СВО не только программу по восстановлению здоровья, но и всестороннюю помощь в адаптации к мирной жизни.

Первый в стране кластер комплексного сопровождения и реабилитации участников и ветеранов СВО во Всеволожске посетил председатель общероссийского общественного движения «Ветераны России» Ильдар Резяпов.

— Я был удивлён, что такой мощный проект работает уже сегодня, — поделился своими впечатлениями от инфраструктуры кластера Ильдар Резяпов. — Я увидел всё своими глазами, пообщался с ребятами. Видел спортивные залы для реабилитации бойцов, которые учатся ходить на протезах. Важно, что здесь есть протезирование. И всё можно получить в одном месте.

### ГЛАВА ДВИЖЕНИЯ «ВETERАНЫ РОССИИ» НАЗВАЛ ВСЕВОЛОЖСКИЙ КЛАСТЕР ЛУЧШИМ В СТРАНЕ

Ильдар увидел и сам процесс протезирования, в частности, с применением технологий 3D-печати. Главное преимущество метода — 3D-принтинг помогает изготовить протез по индивидуальным параметрам, с учётом всех анатомических особенностей пациента. Современные технологии позволяют напечатать протез из мелкой фракции титана, а значит, конструкция будет прочной, лёгкой и безопасной.

Центр адаптивной физической культуры, реабилитации и абилитации стал первым объектом кластера, открытого в 2024 году специально для помо-

щи участникам СВО и членам их семей. Он появился на базе всеволожского Мультицентра социальной и трудовой интеграции, который уже 10 лет занимается трудоустройством людей с особенностями здоровья. Опираясь на многолетний опыт, Мультицентр предлагает ветеранам и их близким программы профессиональной подготовки и переобучения.

Гость кластера посетил занятия по IT-технологиям и практике видеонаблюдения. Побывал и в швейной мастерской, где учат шить армейское снаряжение: тактические одеяла, маскировочные плащи, аптечные сумки. Обучение по пошиву экипировки в первую очередь проходят жёны, матери и сёстры участников СВО.

Председатель общественного движения «Ветераны России» высоко оценил функциональность кластера, а также то, что доступ ко всем его услугам осуществляется бесплатно.

— Мы видим для нас реальную перспективу взаимодействия. В наш адрес поступает большое количество обращений о помощи. И мы будем рассказывать о том, как работает кластер комплексного сопровождения и реабилитации участников и ветеранов СВО во Всеволожске, который является лучшим в России. Проект заслуживает развития в рамках страны, — убеждён Ильдар Резяпов.

На днях Мультицентр посетил ещё одна делегация — общественная организация «Первый Патриот», состоящая из представителей разных регионов России. Такие межрегиональные встречи служат укреплению системы поддержки героев, уверены в кластере.

АЛЕКСАНДРА СИДОРОВА  
ФОТО: МУЛЬТИЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ И ТРУДОВОЙ ИНТЕГРАЦИИ



## НЕ БОЙТЕСЬ БЫТЬ ЧЕСТНЫМИ

### КАК ОГРАДИТЬ ПОДРОСТКОВ ОТ ЗАВИСИМОСТЕЙ

Как вредны алкоголь, наркотики и табак «Ленинградской панораме» рассказал эксперт Ленинградского областного наркологического диспансера им. А.Я. Гриненко Владимир Стемасов.



— Врач-нарколог работает в системе химических зависимостей — это алкоголь, наркотики и употребление табака.

Если мы говорим о профилактике химических зависимостей, то она бывает трёх типов: первичная профилактика, которая проводится в образовательных учреждениях; вторичная — это профилактика потребления веществ среди людей, которые имели такой опыт; и третичная — это профилактика срыва, когда пациент уже прошёл лечение.

— С какого возраста должна начинаться профилактика зависимости у детей?

— Если мы говорим о курении, особенно вейпах, то в основном это 5–6 классы. Учащиеся 7–8 классов я включаю в работу по профилактике алкоголя. Начиная с 9-го класса работаем по профилактике наркотиков. К сожалению, наркотизация подростков сейчас молодеет. Есть в моей практике случаи, когда уже в 13 лет мы констатируем синдром зависимости.

Первичная профилактика проводится в течение всего года. Каждую неделю представитель нашей организации выходит в школы. Мы проводим лекции, семинары, круглые столы, викторины — формат зависит от аудитории. В школах Всеволожского района аудитории бывают достаточно большие, до 500 человек. Но даже в большой аудитории стараюсь включать в работу слушателей, устраивать обсуждение.

На базе центра «Молодёжный» во Всеволожском районе мы проводим девятидневный курс для детей в сложной жизненной ситуации со всей Ленинградской области. Летом работаем в детских оздоровительных лагерях.

— В чём вы видите причины возникновения зависимости у детей?

— Здесь комплекс факторов — и влияние среды, и психологические особенности. При высоком уровне инфантилизма дети и подростки рано осознают себя как личности. Это хорошо для развития в учёбе и продуктивных достижений, но опасно в плане деструктивных проявлений.

■ 90% потребителей электронных сигарет в России составляют подростки (Минздрав)

■ вейпы или электронные сигареты пробовал каждый третий подросток в России

Есть ещё влияние семьи. Бывают родители, которые воспринимают бытность в формате потребления. Они, конечно, любят своих детей, но при этом считают, что если они их одели, обули и дали гаджет в руки, то уже выполнили все свои родительские обязанности. Отсюда проблемы: в первую очередь потеря контакта, детско-родительских отношений.

— Как быть родителю, если он заметил странности в поведении подростка и возникли подозрения насчёт употребления?

— Чаще всего, если заметны косвенные признаки употребления, то уже имеются определённые проблемы в семье. Надо восстанавливать отношения, не стесняться задавать прямые вопросы. Потому что если пойти окольными путями или просто предложить обследование, то это вызовет ещё большее недоверие. Надо постараться выйти на прямой разговор, спокойно обосновать своё беспокойство, ведь речь идёт о жизни и здоровье.

— Какие дальнейшие шаги нужно предпринять, если речь идёт о наркотиках?

— Нужно обратиться за помощью к специалистам. Записаться к психиатру-наркологу. Основной страх, который преследует родителей, — это то, что ребёнка обязательно поставят на учёт. Во-первых, сейчас такого понятия нет, есть понятие диспансерное наблюдение, и оно оформляется после подписания информированного согласия. Во-вторых, наблюдаем мы при наличии определённых симптомов, то есть синдрома зависимости или пагубного потребления.

В случае единичного потребления человек рассматривается просто как консультируемый. Но и в этом случае важно обратиться к психиатру-наркологу, поскольку нужна вторичная профилактика. Никакие лже-психологи и маги не помогут. Я всегда говорю родителям: если вы хотите, чтобы планы на будущее вашего ребёнка сбылись, то не игнорируйте проблему. И работайте именно со специалистами.

БЕСЕДОВАЛА  
АЛЕКСАНДРА СИДОРОВА  
ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ  
ВЛАДИМИРА СТЕМАСОВА

НАШ РЕГИОН

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ПАНОРАМА

ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ

Свадьба в Выборгском замке, усадьбе, где часто принимали А. С. Пушкина. Или выездная церемония в доме великого композитора Римского-Корсакова... О том, как влюблённые Ленинградской области могут превратить заключение брака в удивительную сказку, не потратив на это средства, в материале «Ленинградской панорамы».

В СРЕДНЕВЕКОВОЙ АТМОСФЕРЕ

В число участников проекта входят: Дом-музей Н.А. Римского-Корсакова, Кингисеппский историко-краеведческий музей, музей «Домик няни А.С. Пушкина», Ивангородская крепость, Тосненский историко-краеведческий музей, Сланцевский историко-краеведческий музей, музей-усадьба Н.К. Рериха, музей-усадьба «Приютино», музей-усадьба «Суйда», музей «Дом станционного смотрителя». Проект должен по-



ЗАМКИ И УСАДЬБЫ ЖДУТ МОЛОДОЖЁНОВ

МУЗЕЙНОЕ АГЕНТСТВО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ПРЕДСТАВЛЯЕТ ПРОЕКТ «МАГИЯ МУЗЕЙНОЙ СВАДЬБЫ»

мочь развитию свадебного туризма в Ленинградской области под брендом «Ленобласть — территория любви». Музеи, ставшие участниками проекта, предлагают молодым особую программу торжества и необычные декорации.

Стоит отметить, что провести выездную регистрацию брака на некоторых площадках можно было и раньше. Например, в стенах Кингисеппского историко-краеведческого музея 40 лет назад зарегистрировали брак Александр и Ирина Дрозденко — нынешний губернатор Ленинградской области и его супруга. Сейчас молодым здесь предлагают провести торжественную церемонию в старинных интерьерах и в интерактивных зонах. Так, молодожёны могут перенестись в средневеко-

вую атмосферу или же оформить праздничные фотографии в интерьерах фотосалона начала прошлого века. Помимо того, музей много рассказывает о свадебных обрядах и традициях коренных народов, живших на этой земле. В истории племён воль и ижора можно найти интересные ритуалы, которые сделают праздник более трогательным и запоминающимся.

В КАРТИННОЙ ГАЛЕРЕЕ

Если же хочется почувствовать себя хозяином в старинном усадебном доме с красивой верандой и шикарными интерьерами, то заключить брак можно в музее-усадьбе. Их в Ленобласти несколько, и каждая обладает богатой историей, которая буквально пропитывает стены. Так, музей-усадьба Н.К. Рериха предлагает молодожёнам провести торжество в окружении красивейших пейзажей — на берегу реки Изварка с чистой водой и ключами, на фоне старинной форелевой фермы и сада, окружающего сам дом. Для проведения церемонии гостям предлагают красивую и светлую веранду, а фотосессию можно устроить в аутентичных интерьерах усадьбы, где хранятся подлинные картины великого художника.



Есть вариант и для тех, кто хотел бы отметить свадьбу в традиционном русском стиле. Такую возможность предоставляет музей «Дом станционного смотрителя» в Выре. Экспозиция музея рассказывает о быте и работе станционных смотрителей и почтовых станций до появления в Российской империи железной дороги. Амбар, кузница, пожарная каланча, различные экипажи — всё это может стать отличным обрамлением для необычного торжества. Тут же можно договориться и о проведении венчания в часовне. В тёплое время года на большом поле за зданием почтовой станции можно разбить свадебный шатёр и отпраздновать событие с родными после церемонии.

СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ

Все музеи в рамках проекта подготовили специальные свадебные пакеты и услуги, чтобы помочь молодым семьям навсегда запомнить знаменательный день. Выбрать один из музеев в качестве места регистрации брака можно на «Госуслугах» при подаче заявления, а о дополнительных атрибутах праздника — например, о тематической экскурсии для гостей — договориться позднее. Молодожёны обязательно получают особое памятное свидетельство о том, что их союз был заключён в музее.

Летом уходящего года был запущен пилотный проект по регистрации в двух учреждениях культуры — музее-усадьбе «Приютино» (Всеволожский район) и доме-музее Николая Римского-Корсакова в Тихвине. Проект подтвердил интерес молодожёнов к этим локациям. В следующем году официально зарегистрировать брак можно будет в десяти музеях Ленинградской области, сообщила замдиректора Музейного агентства региона Анна Невинская.

ВИКТОРИЯ ЗАЛЕПУХИНА  
ФОТО: ВИКТОРИЯ ЗАЛЕПУХИНА,  
МУЗЕЙНОЕ АГЕНТСТВО ЛЕНОБЛАСТИ

»»» ДЛЯ СПРАВКИ

Проект «Магия музейной свадьбы» стартовал в Ленинградской области 8 июля 2025 года в День любви, семьи и верности. Уже 15 пар воспользовались такой возможностью и зарегистрировали брак в музее-усадьбе «Приютино» и Доме-музее Н.А. Римского-Корсакова.

УСАДЬБА

ЗДОРОВЬЕ С ГРЯДКИ. МОЛОДИЛЬНЫЙ ТОПИНАМБУР

Наши огородные растения обладают просто сказочной молодильной силой благодаря ценным и очень полезным для нас биологически активным веществам.

В этом растении нам полезны и цветы, и листья, и особенно клубни. Профессор Борис Николаевич Малиновский, доктор биологических наук, подробно



изучал целебные свойства топинамбура. Клубни богаты органическим кремнием, а он необходим пожилым людям.

Для достижения молодильного эффекта клубни нужно есть сырыми, протёртыми, со сметаной либо с растительным маслом. В салатах — в смеси с другими свежими дачными овощами. Борис Николаевич рассказал мне такую историю.

Свою старенькую маму сын в город привёз из деревни — там трудно ей было зимовать одной. Каждое утро на завтрак он делал для мамы салат из свёклы, топинамбура, яблок и сельдерея. Всё протирал на тёрке, готовил с маслом, с любовью. Перезимовала бабушка, вернулась в деревню. Подружки-старушки так и ахнули: уезжала немощная, седая — вернулась бодрой брюнеткой!

В клубнях топинамбура значительно больше органического кремния, чем в столовой свёкле, в морковке и в картофеле. А кремний нужен для укрепления сердечно-сосудистой системы. И витаминов группы В тут больше,

чем в любых других огородных луковичах, плодах и корешках. В топинамбуре учёные обнаружили восемь незаменимых аминокислот, которые не синтезируются нашим организмом. Сок топинамбура нормализует работу желудка и кишечника, помогает мягкому пищеварению, утоляет рези и колики. Одна столовая ложка свежего сока снимает тошноту, избавляет от головной боли при повышенном давлении. От сока затягиваются язвы, рубцуются раны. Он полезен даже самым здоровым людям как источник витаминов и микроэлементов.

У многих дачников растёт топинамбур, да мало кто знает о его пользе и о том, как зимой сохранить клубни для кухни. Пока не застыла земля, накопайте клубни, положите в ящик, посыпьте песком либо торфом и заройте в землю на высоком месте на глубину до 20 см. Сверху холмик опавшей листвой укройте. Вешку поставьте. Зимой разроете сугроб и достанете столько, сколько нужно.

ТЕПЛО ЛИ ТЕБЕ, ЯБЛОНЬКА?

А ещё, как говорится, намотаем на ус и вот такую информацию. В середине прошлого века учёные-плодоводы установили зависимость здоровья плодовых культур от микроклимата местности. В низинах, где скапливается холодный воздух, сады чаще, чем на равнинах, подвергаются вымерзанию. Измеряли зимнюю температуру воздуха одновременно на самой поверхности снега и на метр выше. Обнаружили значительную разницу. Например, наверху было -30, а на снегу -37! На воздухе -40, а на снегу почти -50!

Такой вот простой замер температуры позволил ответить на вопрос: почему в 40-градусные морозы именно по уровню снега проходит кольцевое обморожение яблонь, вишен и груш. От этого погибли северные сады.

И тогда плодоводы стали высаживать плодовые деревья и ягодные кустарники на насыпях, на валах.

У вас сад на равнине? Тут вам поможет широкая сне-



говая лопата. Пришёл в сад — подгребай снег к стволу каждого дерева. Такое окуливание защитит деревья от кольцевых обморожений. Конечно, нужно будет брать снег подальше от проекции кроны, чтобы не оголить землю и не заморозить корни деревьев. Корни способны выдержать понижение температуры почвы лишь до -15, -20 градусов. Более уверенно перезимуют сады у тех дачников, кто с осени утеплил землю в приствольных кругах рыхлой органикой: торфом, компостом, опилками, газонной стрижкой.

ВЛАДИМИР МАШЕНКОВ,  
ФОТО АВТОРА

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Дорогие друзья! Примите искренние поздравления с Днем российского студенчества! Студенческие годы — время экспериментов и творческих открытий, дружбы и первых серьезных побед.

Уважаемые кингисеппцы! Дорогие ветераны, блокадники, труженики тыла! Позвольте от всего сердца поздравить вас с Днем снятия блокады Ленинграда!

Дорогие жители Кингисеппского района! Друзья! Поздравляем самых энергичных, веселых и целеустремленных жителей нашего края с Днем российского студенчества!

КИНГИСЕППСКАЯ ГОРОДСКАЯ ПРОКУРАТУРА ИНФОРМИРУЕТ: Российской Федерации от 31.08.2023 № 581 «Об организации прокурорского надзора за соблюдением прав субъектов предпринимательской и инвестиционной деятельности».

Вторник, 27 января

Первый 05:00 "Доброе утро" 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости 09:25 "Модный приговор" 0+ 10:15 "Жить здорово!" 16+

Понедельник, 26 января

Первый 05:00 "Доброе утро" 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости 09:25 "Модный приговор" 0+ 10:15 "Жить здорово!" 16+

Среда, 28 января

Первый 05:00 "Доброе утро" 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости 09:25 "Модный приговор" 0+ 10:15 "Жить здорово!" 16+

# ТВ-ПРОГРАММА

## Четверг, 29 января

**Первый**  
05:00 "Доброе утро" 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости  
09:25 "Модный приговор" 0+  
10:15 "Жить здорово!" 16+  
11:00, 12:15, 18:30 "Время покажет" 16+  
14:00, 17:00, 23:00 "Большая игра" 16+  
15:15 "Давай поженимся!" 16+  
16:05 "Мужское / Женское" 16+  
19:50 "Пусть говорят" 16+  
21:00 Время  
22:00 Т/с "Капкан на судью" 16+

**Россия 1**  
05:00 "Утро России" 09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00 Вести  
09:30 Местное время  
09:55 "О самом главном" Ток-шоу 12+  
11:30, 21:10 Вести. Местное время  
12:00, 18:00 "60 Минут" Ток-шоу 12+  
14:30, 02:20, 03:30 Т/с "Райский" 16+  
17:00 "Малахов" 16+  
21:30 Т/с "Омут" 16+  
23:40 "Вечер с Владимиром Соловьёвым" 12+

**5**  
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 "Известия" 16+  
05:45, 06:25, 07:10, 09:30, 10:20, 11:15, 12:05, 13:30, 14:20, 00:30, 01:15, 02:00, 02:40, 03:20, 03:55, 17:00 Т/с "Великолепная пятёрка 6" 16+  
08:00 "Ваше здоровье!" 12+  
08:35 "День ангела" 6+  
15:10, 16:55, 17:30, 18:10, 18:55, 19:45, 20:50, 21:25, 22:20, 23:05 Т/с "След" 16+  
16:00 Т/с "След. Новые легавые" 16+

**НТВ**  
04:45, 08:25, 10:35 Т/с "Пёс" 16+  
06:30 "Утро. Самое лучшее" 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:10 Сегодня  
13:25 "Чрезвычайное происшествие" 16+  
14:00 "Место встречи" 16+  
16:45 "За гранью" 16+  
17:50 "ДНК" 16+  
20:00 Т/с "Первый отдел" 16+

**ЛЕНТВ24**  
22:15 Т/с "Ментовские войны" 16+  
00:30 "Поздныков" 16+  
00:45 Т/с "Паутина" 16+  
04:20 Т/с "Агентство скрытых камер" 16+  
06:00 "Новое утро" на ЛЕНТВ24 (12+)  
09:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
09:05 «Ветка сирени» (16+)  
10:45 «Герои среди нас» (16+)

11:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
11:15 «Кавказский пленник» (12+)  
12:00 «Вольная грамота» (16+)  
13:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
13:15 «Вольная грамота» (16+)  
14:15 «Ледоколы войны» (12+)  
15:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» (6+)  
15:35 «Неизвестная блокада» (12+)  
16:15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной» (12+)  
17:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
17:15 «Отец Матвей» (16+)  
19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
19:15 «Люди нашего круга» (12+)  
19:30 «Восемь бусин на тонкой ниточке» (16+)  
20:30 «ЛЕНТВ24 Акценты» (12+)  
21:10 «Одиноки вместе» (16+)  
23:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» (12+)  
23:40 «Сельский врач» (16+)

**ЦЕНТР**  
06:00 "Настроение" 08:15 "Доктор И..." 16+  
08:40 Т/с "Чисто московские убийства. Опасная партия" 12+  
10:35 Д/с "Актерские драмы. Прикинуться простаком" 16+  
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+  
11:50, 02:50 Х/ф "Сельский детектив. Чем сердце успокоится" 12+  
13:45, 05:00 "Мой герой. Антон Богданов" 12+  
14:50 "Город новостей" 16+  
15:00 Х/ф "Я иду тебя искать. Долго и счастливо" 16+  
16:55 Д/ф "Георгий Милляр. Далеко от сказки" 16+  
18:15 Т/с "Неизвестный" 16+  
22:35 "10 самых... Любовь со школьной скамьи" 16+  
23:05 Д/с "Легенды эстрады. Миг удачи" 16+  
00:00 События. 25-й час 16+  
00:30 "Петровка, 38" 16+  
00:45 Д/ф "Охота на маньяка. Дело ката в цилиндре" 16+

**ТВЦ**  
06:00 "Настроение" 08:15 "Доктор И..." 16+  
08:40 Т/с "Чисто московские убийства. Опасная партия" 12+  
10:35 Д/с "Актерские драмы. Прикинуться простаком" 16+  
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+  
11:50, 02:50 Х/ф "Сельский детектив. Чем сердце успокоится" 12+  
13:45, 05:00 "Мой герой. Антон Богданов" 12+  
14:50 "Город новостей" 16+  
15:00 Х/ф "Я иду тебя искать. Долго и счастливо" 16+  
16:55 Д/ф "Георгий Милляр. Далеко от сказки" 16+  
18:15 Т/с "Неизвестный" 16+  
22:35 "10 самых... Любовь со школьной скамьи" 16+  
23:05 Д/с "Легенды эстрады. Миг удачи" 16+  
00:00 События. 25-й час 16+  
00:30 "Петровка, 38" 16+  
00:45 Д/ф "Охота на маньяка. Дело ката в цилиндре" 16+

**Звезда**  
01:25 "Прощание. Татьяна Егорова" 16+  
02:10 Д/ф "Русские тайны. Эликсир бессмертия" 16+  
04:20 Д/ф "Братья Вайнеры. Место встречи" 16+  
05:30 Т/с "Исчезнувшие" 16+  
07:00 "Сегодня утром" 12+  
09:00, 13:00, 17:00, 04:20 Т/с "Новости дня" 16+

**Россия 1**  
09:15, 21:00 "Открытый эфир" Ток-шоу 16+  
11:00, 02:35 Х/ф "Добровольцы" 12+  
13:25, 18:50 Специальный репортаж 16+  
13:40, 15:05, 17:15 Т/с "Жди меня" 16+  
15:00 Военные новости 16+  
19:55 "По горячим следам" 16+  
20:10 "Код доступа" 12+  
22:45 "Между тем" 12+

**Россия 1**  
06:00 "Диалоги о животных. Минский зоопарк" 07:20 "Театральная летопись. Василий Лановой" 07:45 Д/с "Археология. История с лопатой. Как в России Помпеи искали" 08:20, 22:15 Т/с "Мегрэ. Мегрэ отправляется в школу" 10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры 10:15 "Наблюдатель" 11:15, 01:05 ХХ век. "Драматургия и театр. Театр, который люблю" 12:45 Новости. Подробно. Театр 13:00 "Запутанное дело Салтыкова-Щедрина" 13:30 Х/ф "Нежность к ревущему зверю" 14:45 Д/ф "Древняя крепость Дуньхуан" 15:40 "2 Верник 2" 16:30 Моя любовь - Россия! "Заканье - край позовов и просветителей" 17:15 Д/с "Я не боюсь, я музыкант" 17:50 Д/с "Предки наших предков. Маори. Связанные одним прошлым" 18:30 Кристальные истории. "Верное место" 18:45 Больше чем любовь. Архип и Вера Куинджи 19:45 "Главная роль" 20:05 Открытая книга. Елена Холмогорова. "Недрогнувшей рукой" 20:30 "Спокойной ночи, малыши!" 20:50 Д/ф "Анна на шее. Милая! Ты услышь меня!"

**Культура**  
06:00 "Диалоги о животных. Минский зоопарк" 07:20 "Театральная летопись. Василий Лановой" 07:45 Д/с "Археология. История с лопатой. Как в России Помпеи искали" 08:20, 22:15 Т/с "Мегрэ. Мегрэ отправляется в школу" 10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры 10:15 "Наблюдатель" 11:15, 01:05 ХХ век. "Драматургия и театр. Театр, который люблю" 12:45 Новости. Подробно. Театр 13:00 "Запутанное дело Салтыкова-Щедрина" 13:30 Х/ф "Нежность к ревущему зверю" 14:45 Д/ф "Древняя крепость Дуньхуан" 15:40 "2 Верник 2" 16:30 Моя любовь - Россия! "Заканье - край позовов и просветителей" 17:15 Д/с "Я не боюсь, я музыкант" 17:50 Д/с "Предки наших предков. Маори. Связанные одним прошлым" 18:30 Кристальные истории. "Верное место" 18:45 Больше чем любовь. Архип и Вера Куинджи 19:45 "Главная роль" 20:05 Открытая книга. Елена Холмогорова. "Недрогнувшей рукой" 20:30 "Спокойной ночи, малыши!" 20:50 Д/ф "Анна на шее. Милая! Ты услышь меня!"

## Суббота, 31 января

**Первый**  
06:00 "Доброе утро. Суббота" 0+  
09:00 "Умницы и умники" 12+  
09:45 "Слово пастыря" 0+  
10:00, 12:00, 18:00 Новости  
10:15 Д/ф "К 115-летию со дня рождения Ванги. Пророчества" 16+  
11:10 "Вспомнить всё" 12+  
12:15 "Поехали!" 12+  
13:20 Д/ф "Вера Глаголева. Несломанный свет" 12+  
14:30 Х/ф "Выйти замуж за капитана" 12+  
16:15 Горячий лед. Фигурное катание. "Чемпионат России по прыжкам 2026" 0+  
18:20 "Ледниковый период" 12+  
21:00 Время  
21:35 "Сегодня вечером" 16+  
00:00 Д/ф "Герой с душой клоуна" 18+  
01:55 Подкаст.Лаб овости 16+

**Россия 1**  
06:00 "Утро России. Суббота" 08:00 Местное время. Суббота  
08:35 "По секрету всему свету" 09:00 "Формула еды" 12+  
09:25 "Петро на одного" 10:10 "Сто к одному" 11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести 11:30 "Наши. Военкоры" 12+  
12:00 Д/ф "Анатомия геноцида. Мы пришли вас уничтожить" 16+  
13:00 "Большие перемены" 14:30, 20:50 Вести. Местное время 14:50 "Юмор! Юмор! Юмор!!!" 16+  
17:50 "Привет, Андрей!" 12+  
21:00 Х/ф "Шоу Золотой рыбки" 16+  
00:40 Х/ф "Верить и ждать" 12+

**5**  
05:15, 06:00, 06:40, 07:25, 08:20, 10:05, 10:15, 11:10 Т/с "Условный мент 4" 16+  
09:00 "Страна советов" 16+  
09:30 "Стройнадзор" 16+  
12:05, 13:00, 13:55, 14:50, 15:45, 16:40, 17:35, 18:25, 19:20, 20:20, 21:15, 22:05, 23:05 Т/с "Условный мент 5" 16+  
00:00 "Известия. Главное" 16+  
01:05 "Светская хроника" 16+  
02:10, 02:50 Т/с "Флиинг 3" 16+  
03:30, 04:15 Т/с "Свидетели" 16+

**НТВ**  
04:45 Х/ф "Ошибка следствия" 16+  
06:20 "Жди меня" 12+  
07:20 "Смотр" 0+  
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня  
08:20 "Неограниченные возможности" 16+

09:20 "Едим дома" 0+  
10:20 "Главная дорога" 16+  
11:00 "Живая еда" 12+  
12:00 "Квартирный вопрос" 0+  
13:00 "Сатья" 16+  
14:00 "Поедем, поедим!" 16+  
15:00 "Своя игра" 0+  
16:20 "ЧП. Расследование" 16+  
17:00 "Следствие вели..." 16+  
19:00 "Центральное телевидение" 16+  
20:20 "Ты не поверишь!" 16+  
21:20 "Суперстар!" 16+  
01:20 "Квартирник НТВ у Маргулиса" 16+  
02:45 "Дачный ответ" 0+  
03:35 Х/ф "Вопрос чести" 16+

**ЛЕНТВ24**  
06:00 «Вместе по России» (12+)  
06:30 «География 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 Мультфильмы советского детства (6+)  
09:25 «Жар-птица» (6+)  
11:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
11:15 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» (12+)  
13:00 «Юрочка» (16+)  
15:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
15:35 «Юрочка» (16+)  
16:55 «Возвращение мускетёров, или Сокровища кардинала Мазарини» (12+)  
19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
19:15 «Загадочные убийства Агаты Кристи 2» (16+)  
20:50 «Идеальная ложь» (16+)  
22:45 «Одинокая женщина желает познакомиться» (16+)

**ЦЕНТР**  
06:45 "Православная энциклопедия" 6+  
07:10 Х/ф "Ночная смена" 16+  
09:00 "Здоровый смысл" 16+  
09:30 "Смех, дрожь и видео" 16+  
10:05 "Мифы о еде. Средиземноморская диета" 16+  
10:55 "Просто - вкусно" 6+  
11:30, 14:30, 23:35 События 16+  
11:45 "Смешите меня семеро" 16+  
12:35 Анекдот-клуб "Нехмурые люди" 16+  
13:10, 14:45 Х/ф "Женщина наводит порядок" 12+  
17:10 Х/ф "Свадебные хлопоты" 12+  
21:00 "Постскриптум" 16+  
22:10 "Право знать!" Ток-шоу 16+  
23:45 Д/ф "Хроники перелома. Ельцин против Горбачёва" 16+

**ТВЦ**  
06:00 «Вместе по России» (12+)  
06:30 «Наука есть» (12+)  
07:00 «Ледяная принцесса» (6+)  
08:35 «Подземелье ведьмы» (12+)  
10:00 «Святые России» (12+)  
11:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
11:15 «Одинокая женщина желает познакомиться» (16+)  
12:50 Первенство национальной молодежной хоккейной лиги (0+)  
По окончании: «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
15:35 «Девочки» (12+)  
16:50 «Чемпионат России по волейболу. Суперлига. 2025-26гг» (6+)  
По окончании: «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
19:15 «Загадочные убийства Агаты Кристи 2» (16+)  
20:55 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» (12+)  
22:45 «Унесённые ветром» (16+)

00:25 "Девяностые. Бандитский Екатеринбург" 16+  
01:10 "10 самых... Любовь со школьной скамьи" 16+  
01:35 "Хватит слухов!" 16+  
02:00 Д/ф "Валентин Гафт. Ядовитый талант" 16+  
02:40 Д/ф "Дмитрий Марьянов. Конец вечеринки" 16+  
03:25 Д/ф "Татьяна Бестаева. Разлучница" 16+  
04:05 Д/ф "Георгий Милляр. Далеко от сказки" 16+  
04:45 Д/с "Актерские драмы. Импортные лица" 16+

**Звезда**  
06:05 Х/ф "На златом крыльце сидели..." 6+  
07:20 Х/ф "Отряд особого назначения" 12+  
09:00, 13:00, 19:00 Новости дня 16+  
09:15 "Второе мнение" 12+  
09:45 «СССР. Знак качества» 12+  
10:35 "Не факт!" 12+  
11:05 "Мужики" 16+  
11:35 "Легенды искусства" 12+  
12:05 Д/с "Москва - фронт" 16+  
12:30 "Любовь на линии огня" 16+  
13:15 Д/ф "Сталинградская битва. Охота на Паулуса" 16+  
14:00 Т/с "Узник замка Иф" 12+  
19:25 Х/ф "Ожидание полковника Шалыгина" 12+  
21:20 Х/ф "Даурия" 12+  
01:00 Х/ф "Фартовый" 16+  
02:30 Х/ф "Мы жили по соседству" 12+  
03:45 Х/ф "Опасные тропы" 12+  
04:45 Д/с "Освобождение: решающие битвы" 16+

**Россия 1**  
06:30 "Библейский сюжет" 07:00 М/ф "Конек-Горбунок" 08:30 Х/ф "Одинокая женщина желает познакомиться" (16+)  
09:55 Старейшие музыкальные коллективы России. Московский Синодальный хор 10:25 Х/ф "За витриной универмага" 11:55 Земля людей. "Восточные ханты. Прописки в лесу" 12:25 "Черные дыры. Белые пятна" 13:05 "Эрмитаж" 13:35, 00:35 Д/с "Водный мир острова Комодо" 14:25 "Рассказы из русской истории" 15:40 Государственный академический русский народный хор имени М.Е. Пятницкого. Юбилейный вечер в Концертном зале имени П.И. Чайковского 17:10 Д/ф "Врачи Победы" 18:10 Х/ф "О тебе" 19:30 Новости культуры 19:55 Спектакль "Балалайкин и Ко" 22:00 "Агора" Ток-шоу 23:00 Х/ф "Новые амазонки" 01:25 Искатели. "Никола Тесла из Царицына"

**Культура**  
06:30 "Библейский сюжет" 07:00 М/ф "Конек-Горбунок" 08:30 Х/ф "Одинокая женщина желает познакомиться" (16+)  
09:55 Старейшие музыкальные коллективы России. Московский Синодальный хор 10:25 Х/ф "За витриной универмага" 11:55 Земля людей. "Восточные ханты. Прописки в лесу" 12:25 "Черные дыры. Белые пятна" 13:05 "Эрмитаж" 13:35, 00:35 Д/с "Водный мир острова Комодо" 14:25 "Рассказы из русской истории" 15:40 Государственный академический русский народный хор имени М.Е. Пятницкого. Юбилейный вечер в Концертном зале имени П.И. Чайковского 17:10 Д/ф "Врачи Победы" 18:10 Х/ф "О тебе" 19:30 Новости культуры 19:55 Спектакль "Балалайкин и Ко" 22:00 "Агора" Ток-шоу 23:00 Х/ф "Новые амазонки" 01:25 Искатели. "Никола Тесла из Царицына"

## Пятница, 30 января

**Первый**  
05:00 "Доброе утро" 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости  
09:25 "Модный приговор" 0+  
10:15 "Жить здорово!" 16+  
11:00, 12:15 "Время покажет" 16+  
14:00, 17:00 "Большая игра" 16+  
15:15 "Давай поженимся!" 16+  
16:05 "Мужское / Женское" 16+  
18:40 "Человек и закон" 16+  
19:45 "Поле чудес" 16+  
21:00 Время  
21:45 "Голос" 12+  
23:30 Х/ф "Мажор в Сочи" 16+  
01:30 Подкаст.Лаб овости 16+

**Россия 1**  
05:00 "Утро России" 09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00 Вести  
09:30 Местное время  
09:55 "О самом главном" Ток-шоу 12+  
11:30, 21:10 Вести. Местное время  
12:00, 18:00 "60 Минут" Ток-шоу 12+  
14:30 Т/с "Райский" 16+  
17:00 "Прямой эфир" 16+  
21:30 Музыкальное гранд-шоу "Дуэты" 12+  
00:50 Х/ф "Легенда №17" 6+  
03:15 XXIV Торжественная церемония вручения Национальной кинематографической премии "Золотой Орёл"

**5**  
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 "Известия" 16+  
05:25, 05:35, 06:15, 06:55, 07:45, 09:30, 09:35, 10:25, 11:20, 12:05, 13:30, 14:20 Т/с "Великолепная пятёрка 6" 16+  
08:30 "Ваше здоровье!" 12+  
15:10, 16:00, 16:50, 17:30, 18:15, 19:00, 19:45, 20:40, 21:45, 22:20 Т/с "След" 16+  
23:10 "Светская хроника" 16+  
00:10 Д/с "Они потрясли мир. Ален Делон. Дьявольская красота" 16+  
01:00 Д/с "Они потрясли мир. По ту сторону. Мистические истории звезд" 16+

**НТВ**  
04:45, 08:25, 10:35 Т/с "Пёс" 16+  
06:30 "Утро. Самое лучшее" 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня  
13:25 "Чрезвычайное происшествие" 16+  
14:00 "Место встречи" 16+

**ЛЕНТВ24**  
16:50 "ДНК" 16+  
17:55 "Жди меня" 12+  
20:00 Т/с "Первый отдел" 16+  
22:15 Т/с "Ментовские войны" 16+  
00:20 "Своя правда" 16+  
02:10 "Квартирный вопрос" 0+  
03:05 Х/ф "День отчаяния" 16+

**ЦЕНТР**  
06:00 "Новое утро" на ЛЕНТВ24 (12+)  
09:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
09:05 «Сельский врач» (16+)  
11:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
11:15 «Кавказский пленник» (12+)  
12:00 «Вольная грамота» (16+)  
13:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
13:15 «Вольная грамота» (16+)  
14:15 «Ледоколы войны» (12+)  
15:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
15:15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор» (6+)  
15:35 «Неизвестная блокада» (12+)  
16:15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной» (12+)  
17:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
17:15 «Отец Матвей» (16+)  
19:00 «ЛЕНТВ24 Новости» (6+)  
19:15 «Люди нашего круга» (12+)  
19:30 «Восемь бусин на тонкой ниточке» (16+)  
20:30 «ЛЕНТВ24 Акценты» (12+)  
21:10 «Влюбленный Ван ГоГ» (16+)  
23:00 «ЛЕНТВ24 Акценты» (12+)  
23:40 «Михаил Шугутинский» «Love Story» - Юбилейный концерт в день рождения» (16+)

**ТВЦ**  
06:00 "Настроение" 08:20, 11:50 Х/ф "Письма из прошлого" 12+  
11:30, 14:30, 17:50 События 16+  
12:30, 15:00 Х/ф "Цвет липы" 12+  
14:50 "Город новостей" 16+  
16:55 Д/с "Актерские драмы. Импортные лица" 16+  
18:10 Х/ф "Когда позовёт смерть" 16+  
20:00 Х/ф "Ночная смена" 16+  
22:00 "В центре событий" 16+  
23:05 "Хорошие песни" 12+  
00:30 Х/ф "Игрушка" 12+  
02:00 "Петровка, 38" 16+  
02:15 "Закон и порядок" 16+  
02:45 Х/ф "Месья на десерт" 12+  
05:45 "Москва резиновая" 16+  
06:05 Д/с "Актерские драмы. Прикинуться простаком" 16+

**Звезда**  
04:40 Т/с "Жди меня" 16+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости дня 16+  
09:20 "Ищу своих" 12+  
10:05 Специальный репортаж 16+  
10:20, 13:25 Х/ф "Даурия" 12+  
14:45, 15:05, 17:15 Х/ф "Марш-бросок. Особые обстоятельства" 16+  
15:00 Военные новости 16+  
19:40 Д/с "Загадки века. Операция "Пакет" 12+  
20:30 Д/с "Война миров" 16+  
21:20 "Что русскому смешно..." Специальный репортаж 16+  
22:00 "Здравствуйте, товарищи!" 16+  
23:30 "Музыка+" 12+  
00:45 Х/ф "Мы жили по соседству" 12+  
02:00 Х/ф "Застава в горах" 12+  
03:40 Д/с "Шеддевры военных музеев" 12+  
04:25 Д/с "Победоносцы" 16+

**Россия 1**  
06:30 "Диалоги о животных. Минский зоопарк" 07:20 "Театральная летопись. Василий Лановой" 07:45 Д/с "Археология. История с лопатой. Как лепной горшок ценнее клада оказался" 08:20 Т/с "Мегрэ. Мегрэ и принцесса" 10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры 10:20 Х/ф "Близнецы" 11:45 Д/с "Забывтое ремесло. Плотогон" 12:00 Открытая книга. Елена Холмогорова "Недрогнувшей рукой" 13:00 "Запутанное дело Салтыкова-Щедрина" 13:30 Х/ф "Нежность к ревущему зверю" 14:45 Д/ф "Древняя крепость Дуньхуан" 15:45 "Энигма. Димитрис Ботинис" 16:30 Письма из провинции. Буй (Костромская область) 17:15 Д/с "Я не боюсь, я музыкант" 17:50 Д/с "Предки наших предков. Маори. Испытание цивилизацией" 18:30 Кристальные истории. "Неправильный князь Георгий Романов" 18:45 "Царская ложь" 19:45 Искатели. "С чего начинаются мифы?" 20:35 Лилия жизни. Татьяна Судец 21:25 Х/ф "Одинокая женщина желает познакомиться"

**Культура**  
06:30 "Диалоги о животных. Минский зоопарк" 07:20 "Театральная летопись. Василий Лановой" 07:45 Д/с "Археология. История с лопатой. Как лепной горшок ценнее клада оказался" 08:20 Т/с "Мегрэ. Мегрэ и принцесса" 10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры 10:20 Х/ф "Близнецы" 11:45 Д/с "Забывтое ремесло. Плотогон" 12:00 Открытая книга. Елена Холмогорова "Недрогнувшей рукой" 13:00 "Запутанное дело Салтыкова-Щедрина" 13:30 Х/ф "Нежность к ревущему зверю" 14:45 Д/ф "Древняя крепость Дуньхуан" 15:45 "Энигма. Димитрис Ботинис" 16:30 Письма из провинции. Буй (Костромская область) 17:15 Д/с "Я не боюсь, я музыкант" 17:50 Д/с "Предки наших предков. Маори. Испытание цивилизацией" 18:30 Кристальные истории. "Неправильный князь Георгий Романов" 18:45 "Царская ложь" 19:45 Искатели. "С чего начинаются мифы?" 20:35 Лилия жизни. Татьяна Судец 21:25 Х/ф "Одинокая женщина желает познакомиться"

**5**  
05:15, 05:55, 06:35, 07:20, 08:10, 09:30 Т/с "Наш спецназ" 16+  
09:00 "Фирменный рецепт" 12+  
10:20, 11:20, 12:15, 13:05, 14:05, 15:00, 16:45, 17:40, 18:40, 19:35, 20:25, 21:20, 22:15 Т/с "Наш спец

Совместный выпуск пресс-службы  
Президентской библиотеки и редакции газеты «Время»

№ 2 (150)

## ПРОРЫВ БЛОКАДЫ ЛЕНИНГРАДА



Около полуночи 18 января 1943 года по радио было передано сообщение о прорыве блокады Ленинграда. Вышед-

шие на улицы ленинградцы ликовали. Следующим утром город был украшен флагами.

Операция «Искра» по прорыву блокады Ленинграда началась 12 января 1943 года. В директиве № 170696 Ставки Верховного Главнокомандования командующим войсками Волховского и Ленинградского фронтов об утверждении плана операции написано: «Готовность операции – к 1 января 1943 года. Операцию при телефонных переговорах и переписке именовать „Искра“». С документом можно ознакомиться на портале Президентской библиотеки. Также доступно фото группы участников прорыва блокады Ленинграда, сделанное не ранее 12 января 1943 года.

Общий замысел операции сводился к тому, чтобы встречными ударами двух фронтов – Ленинградского с запада и Волховского с востока – разгромить группировку немецко-фашистских войск, которая удерживала Шлиссельбургско-Синявинский выступ.

12 января 1943 года после тщательной подготовки 67-я армия Ленинградского фронта нанесла мощный удар с запада на восток. Навстречу ей пробивалась 2-я ударная и 8-я армии Волховского фронта. Наступление поддерживали огнём корабли, береговая артиллерия и авиация Балтийского флота, а также авиация дальнего действия. На портале Президентской библиотеки можно ознакомиться с боевыми донесениями штаба Волховского фронта за 14 и 17 января.

В боях за Ленинград было совершено множество подвигов, навсегда вошедших в историю. Об одном из них рассказывает Алексей Константинович Баранов – участник наступательной операции войск Ленинградского и Волховского фронтов по прорыву блокады Ленинграда в январе 1943 года, полковник в отставке. Интервью было записано радиожурналистом Матвеем Фроловым 13

января 1983 года.

Алексей Константинович рассказывает о том, что наши бойцы шли в наступление по пояс в снегу под непрекращающимся обстрелом врага: «Создалось очень сложное положение и казалось, что ничего нельзя сделать... Огонь врага не давал поднять головы. И тогда первым к вражеской огневой точке двинулся молодой боец, комсомолец, ленинградец Костя Усов... Он полз по снегу с гранатами в руках, но вражеский пулемётчик заметил его. Раненый Усов остался лежать на снегу. Следом пополз другой боец и его сразила пулемётная очередь. В это время возле вражеского дзота показались два наших связиста, которые тянули связь к командному пункту батальона. Один из них, заметив, в каком трудном положении оказался батальон, принял смелое решение. Он взял гранаты и пополз по-пластунски к стенам дзота. Дважды он пытался забросить гранаты и лимонки в дзот, но оба раза оказались неудачными. И тогда на глазах у всех бойцов он совершил обесмертивший его подвиг – поднялся во весь рост, обернулся к бойцам, как-бы призывая продолжать наступление, сделал несколько шагов и своим телом закрыл амбразуру».

Позднее все воины дивизии, а затем и фронта узнали имя этого героя – солдат Дмитрий Семёнович Молодцов, рабочий, ленинградец. Посмертно ему было присвоено высокое звание Героя Советского Союза. Позже он был зачислен в списки 270-го Ленинградского стрелкового полка.

С прорывом блокады значительно улучшилась обстановка на всём Ленинградском фронте. Но полностью блокадное кольцо было снято лишь спустя год – 27 января 1944 года.

## О ЗИМНИХ РАЗВЛЕЧЕНИЯХ ПРЕДКОВ

С наступлением зимы на Руси связано множество забав и традиций. Александр Сергеевич Пушкин писал: «Как весело, обув железом острым ноги, / Скользить по зеркалу стоячих, ровных рек!».

Материалы и документы в фонде Президентской библиотеки рассказывают о зимних увлечениях петербуржцев. В книге писателя, журналиста и краеведа Михаила Пыляева (1842–1899) «Старое житьё: Очерки и рассказы о бывших в отшедшее время обрядах, обычаях и порядках в устройстве домашней и общественной жизни» (1892) рассказывается о катальных горах в годы царствования Екатерины II.

Горки устраивались на площадях для народа «и всякий мог туда собираться». В Москве катальные горы были созданы при Покровском дворце по образцу тех, которые уже существовали в Ораниенбауме и Царском Селе. Они были не только зимние, но и летние. Для зимнего катания скат устилали снегом и льдом, поливали водой. По бокам крепили канат, по которому наверх поднимали санки и коляски, а по бортам для украшения прибавляли ёлки. Для зимнего катания использовались «санки и лодки, обитые сукном на стальных полозьях; у одних было резное изображение льва, а у других – лебедя». Сначала такие увеселения были доступны только дворянам, но потом за 10 копеек стали допускать и простых людей.

Описание зимних забав жителей Петербурга Михаил Пыляев продолжает в издании «Старый Петербург: Рассказы

из былой жизни столицы» (1887). Он рассказывает о том, что ледяные горы обычно строили на Охте, на Крестовском острове и на Неве. «Ледяные горы делали до восьми и более сажен в высоту (около 17 метров). Простой народ катался с них на лубках, ледянках и санях», – пишет Пыляев.

В таких забавах нередко принимала участие и сама императрица, которая «ездит на больших санях, к которым для свиты привязывали ещё попарно 14 или 16 маленьких санок. В большие сани закладывали двенадцать прекрасных лошадей, великолепно убранных; вечером у каждой санок зажигали разноцветные фонари».

Популярностью среди всех слоёв населения пользовалось катание на коньках. В фонде Президентской библиотеки можно ознакомиться с документом 1842 года, где представлен подробный отчёт о расчистке катка на пруду в саду Таврического дворца для катания на коньках их императорских высочеств великих князей и офицеров кавалергардского полка. Подготовка катка шла несколько месяцев. Его обычно обустроивали на три месяца – январь, февраль и март. Смотритель Таврического дворца Чулков в своём рапорте в ноябре 1841 года сообщал: «Имею честь донести, что катка устроить теперь ещё невозможно, ибо лёд весьма тонок и ходить по нему опасно». Для обслуживания катка с Путиловского завода было выделено шесть мастеровых, двое больших саней для перевозки снега. Также «куплено было смотрителем Чулковым ёлок один воз на 1 рубль 70 копеек серебром».



В документе 1848 года речь идёт о постройке в Таврическом саду не только катка, но и зимних катальных гор. Чтобы организовать катание императорской семьи, предстояло привести в порядок 30 саней. Для этого закупили кленовые полозья, дубовые и берёзовые доски, клей, масло конопляное, скипидар, гвозди и другие материалы на 11 рублей серебром.

Катки в городе обустроивались не только для царствующих особ. В январе 1866 года в Контору императорских Санкт-Петербургских театров поступило прошение от купца второй гильдии Василия Егарева. Он арендовал гостиницу «в Коломенской части на Офицерской улице в доме номер 35» и просил о доз-

волении «на особо устроенном в саду катке для катанья на коньках, иметь музыку, арфистов и других артистов».

Одним из лучших мест для катания на коньках в Петербурге считался старейший и самый большой по площади каток в бывшем саду Юсуповского дворца. К середине XIX века сад стал общественной собственностью, именно там проводились первые всероссийские и международные соревнования по фигурному катанию и скоростному бегу. Каток был не только спортивным центром, но и увеселительным местом, доступным для городской публики разных сословий. Мастер документальной фотографии Карл Булла в 1908 году запечатлел массовое катание на коньках в Юсуповском саду.

## ПОЧЕМУ МЫ НЕ ОТДЫХАЕМ, И КАК ПОВЫСИТЬ КАЧЕСТВО ОТДЫХА

По данным «Авиасейлс», за последние два года 13% россиян отдыхали всего один раз, 27% — два, а каждый восьмой россиянин вовсе не побывал в отпуске. Привело это к ожидаемым результатам: опустошенности, истощению и агрессии. Почему мы так склонны отказывать себе в отдыхе? И как правильно его организовать, чтобы по-настоящему восстановиться?

Отдых — это восстановление ресурсов организма: психических, когнитивных, физических. Возможности нашего тела можно представить в виде сосудов: совершая любые действия, мы понемногу черпаем из каждого, а отдыхая, наполняем их заново.

Культ продуктивности зачастую заставляет нас думать, что для восстановления полезно переключаться с одних дел на другие. На самом деле это не всегда так — чтобы отдохнуть, в первую очередь нужно перестать заниматься тем, что вас утомляет. Хаотично чередуя нагрузки, легко можно лишь усугубить усталость. Удивительно, но иногда секрет продуктивности заключается именно в том, чтобы вовремя разрешить себе лениться.

### Чем полезна лень

Мы привыкли считать лень недостатком, поэтому желание «ничего не делать» вызывает у нас чувство вины. В действительности же лень выполняет важную функцию — сигнализирует, что ресурсы организма исчерпаны, и подсказывает оставить на время занятие, от которого мы устали.

«Полезную лень» не стоит путать с прокрастинацией: нередко мы от усталости откладываем дела, к примеру, принимаясь за уборку или чтение новостей, но не отдыхаем, так как испытываем тревогу из-за невыполненных рабочих задач и нереализованных планов. В этом

случае граница между работой и отдыхом оказывается размытой, в то время как «полезная лень», то есть настоящее «переключение» в режим восстановления, помогает ее восстановить.

Отсутствие отдыха негативно сказывается на нашем эмоциональном фоне, когнитивных функциях и физическом состоянии. Так, хроническая усталость может провоцировать головные и мышечные боли, снижение работоспособности, проблемы с памятью, нарушения сна.

Можно ли распознать усталость до наступления таких тяжелых последствий? Да. Но для этого важно признать существование эмоционального выгорания и научиться реагировать на его признаки.

Люди, которые пренебрегают отдыхом, постепенно теряют интерес к работе, чаще коллег чувствуют эмоциональную отстраненность, а иногда — раздражение и агрессию.

Быстрее всего выгорание развивается у специалистов с высокой вовлеченностью в работу — в том случае, если они не до конца разделяют себя как личность и себя как профессионала. Также выгоранию способствуют высокие нагрузки и ненормированный график.

### Как повысить качество отдыха

Каждому человеку время от времени нужен продолжительный период покоя и восстановления. Когда ресурсы серьезно истощены, может потребоваться несколько дней только на то, чтобы действительно расслабиться и выйти из «рабочего режима».

По этой причине в отпуске важно ни в коем случае не возвращаться к рабочим задачам. Нам может казаться, что один рабочий звонок или полчаса, потраченные на небольшую, но срочную задачу, не помешают нам отдыхать. Но на самом деле все это быстро возвращает нас в



тонус — переключает из режима восстановления обратно в рабочий ритм. Чтобы не выгорать, необходимо учиться делегировать профессиональные задачи: грамотное делегирование поможет отдыхать, не беспокоясь о процессах и задачах, от которых вы временно отключаетесь.

При этом важно не впасть и в другую крайность, то есть забывать о том, что предстоит вернуться к работе. Мы часто стремимся получить от отдыха максимум: возвращаемся из путешествия накануне выхода в офис, не успеваем даже разобрать вещи и выспаться. Но резкое погружение в работу провоцирует стресс — мы просто не успеваем переключиться.

Здесь на помощь снова приходит «полезная лень»: последние два-три дня отпуска лучше провести в спокойной обстановке, например, посвятить время домашним делам. А еще вернуться в привычный режим: на отдыхе мы часто привыкаем ложиться и вставать в более позднее время.

### Чек-лист правильного отдыха

- Продолжительный отдых время от времени необходим каждому. Свободных

вечеров и пары выходных в неделю мало, чтобы полностью восстанавливать ресурсы организма.

- Вам пора восстановиться, если вы замечаете у себя признаки эмоционального выгорания, плохо спите, с трудом справляетесь с привычными задачами и запоминаете новую информацию.

- Залог качественного отдыха — сильная внутренняя установка «Я — это не только моя работа». Развивайте личные границы, учитесь оставлять работу на работе.

- Делегируйте профессиональные задачи, когда отправляетесь в отпуск. Короткая встреча в зуме, ответ на деловое письмо или небольшая «и точно последняя» задачка только кажутся безобидными, а на самом деле сильно влияют на процесс восстановления.

- Планируйте отпуск. Расписывать каждый шаг не нужно, но продумать, чем вы займетесь, с кем встретитесь и где побываете, полезно — помогает не растеряться и провести время с пользой.

- Выбирайте то, что помогает восстановиться именно вам. Любимые многими путешествия одних людей наполняют энергией, а других окончательно выматывают. Так что всегда прислушайтесь к своим ощущениям и потребностям.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ БЛИЗКИЙ ДРУГ НАЧАЛ ВАС ИГНОРИРОВАТЬ

Иногда размолвка старых друзей выглядит абсолютно иррационально: вроде бы ничего не мешает продолжать проводить время вместе, но они резко отдаляются друг от друга и сводят общение на нет. За этим может быть не просто наблюдать, но еще сложнее, если один из них — вы. Как быть, если решительно непонятно, на что друг обиделся, а поговорить не выходит, и с каждым днем дистанция между вами только растет?

Когда поведение хорошего друга кардинально меняется, важно понять, в чем причина. Потому что от этого напрямую будет зависеть и его дальнейшее поведение, и ваше, и дружба в целом. Триггеры могут быть как внешние, так и внутренние. Попробуем понять, как действовать в обоих случаях.

Внешние триггеры — это обиды и недопонимания между вами и другом. Внешними мы называем их условно, потому что они связаны с интерпретацией конкретных фактов общения человеком, пропущенных через призму внутреннего восприятия. Однако охлаждение во взаимоотношениях действительно может произойти из-за накопившегося негатива, который долгое время не проговаривался.

Самое простое в этом случае

— разговор по душам: необходимо выяснить, не являетесь ли вы сами источником изменения поведения близкого человека. Результатом такой беседы может быть выход ваших отношений на новый уровень взаимопонимания, но прежде всего важна обоюдная готовность к открытому разговору. Иногда точка невозврата уже пройдена и человек просто отдаляется от вас, потому что уже решил для себя прекратить всякое общение.

Внутренние триггеры означают, что в жизни вашего друга начался трансформационный период. Как правило, в такие моменты человеку важно остаться наедине с самим собой, чтобы услышать внутренний голос. Это поиск себя, который важен для гармоничного развития личности. Именно поэтому он отдаляется от других людей, больше времени проводит в одиночестве и рефлексии.

В такие моменты важно продемонстрировать другу свое понимание и поддержку, принять его позицию. Не стоит давить на него и стремиться вернуть «все как было», навязывать свое мнение и общество. В противном случае он может воспринять это как попытку решить все за него и закрыться еще больше. «Я буду рад продолжить наше общение, когда ты будешь к этому готов», — вот посыл, который вы должны до-

нести до друга.

Если друг прерывает общение, замыкается в себе, то это может быть проявлением кризиса в его жизни. Возможно, он пока не готов говорить об этом и пытается справиться самостоятельно. Причина такого поведения может крыться в событиях в его жизни, о которых трудно говорить: финансовых трудностях, проблемах в отношениях. Если человек испытывает чувство вины или стыда, он может замкнуться, стать скрытным.

Кроме того, подобное поведение может быть вызвано депрессивным состоянием. Если до того, как вы перестали общаться, он жаловался на усталость или проблемы с мышлением, говорил, что не видит смысла в жизни, это может быть проявлением депрессии или эмоционального выгорания.

Сохранить дружбу возможно. Важно написать, что вы остаетесь рядом, в доступе, готовы помочь. Выслушать, если это необходимо.

Человеку может быть ценно услышать, что он важен для вас и вы цените вашу дружбу. Велика вероятность того, что спустя время он снова выйдет на связь. Творческий кризис тоже может вызывать такое поведение. И человек вполне может с ним справиться — просто ему нужно дать время для этого.

## ЗВОНОК В РЕДАКЦИЮ



Есть ли какие-то признаки выгорания в отношениях?

Н. Щеглова

Как и с профессиональным выгоранием, здесь тоже стоит держать руку на пульсе — чтобы иметь возможность если не предупредить ухудшение отношений, то хотя бы попытаться их спасти. Или своевременно завершить.

Термин «эмоциональное выгорание» обычно принято употреблять в связи с работой. Выгоревшие сотрудники чувствуют, что их невероятно утомила рабочая рутина и ежедневное повторение одного и того же, теряют всякий интерес к тому, чем им приходится заниматься, и задаются вопросом, зачем вообще выбрали свою специальность. Однако эмоционально выгореть можно и в отношениях, особенно если они далеки от той идеальной картинки, которую вы себе рисовали в их начале.

Как определить, достигли ли вы точки эмоционального выгорания? Оцените по шкале от 0 (никогда) до 7 (всегда), как часто вы, думая об отношениях, сталкиваетесь со следующим:

1. С усталостью.
2. С разочарованием в партнере.
3. С безнадежностью.
4. С чувством, что вы в ловушке.
5. С беспомощностью.

## Как определить, что отношения выгорели

6. С унынием, тоской.
7. С упадком сил.
8. С чувством неуверенности, беззащитности, неудачи.
9. С бессонницей.

10. С мыслью «С меня хватит!». Если хотя бы одна позиция набрала более пяти баллов, то вам стоит задуматься о подступающем выгорании.

Особенно склонны к выгоранию отношения с тем, в чьей личности ярко представлены черты алекситимии. Таким людям невероятно трудно выражать свои эмоции — зачастую они их просто не осознают и не могут облечь в слова. Поэтому вместо того, чтобы разговаривать с партнером, обсуждать проблемы, сочувствовать переживаниям, предпочитают стратегию отключения, отстранения, игнорирования.

Тяжело также находиться в отношениях с человеком, у которого наблюдается тревожно-избегающий тип привязанности — к такому типу привязанности как раз склонны люди с алекситимией. Такие люди, с одной стороны, боятся и избегают эмоциональной близости, а с другой — страшатся быть брошенными. Кроме того, вы рискуете быстро выгореть в отношениях с тем, кто плохо справляется с управлением своими эмоциями. Как правило, это в первую очередь касается сильных отрицательных эмоций.

**Внимание! По поводу рекомендаций рубрики обязательно посоветуйтесь с лечащим врачом!**

# 14

## ВРЕМЯ

21 января 2026 года

# ОТДЫХАЙ!

### СКАНВОРД № 3



			Железные прутья на окне	"Лишний" завтрак британца	Время звериных "свадеб"	Подписывает Иртыш	"Не всякое ... в строку"
			Станция рядом с Сочи			Соплеменник Шрека	Деревенский "будуар"
						Добывание правды в суде	
			Кейт ... из "Титаника"	Влюблённый из Вероны			
Причал для лодок	Добытчик золотого руна	"Как люди" у "Иванушек"		Пресноводный дельфин	Знаменитый курорт в Бельгии	Вагончик с мишенями	Десятая буква в латинице
				Лекарственная форма			
Школа живописи в Японии	Заяц из пампасов	Выделение из общего			Его подают в пабе		
			Кинодива ... Жирардо	"Напротив" аза	Монголпастух		
"Дзюдо" для упитанных	"Сосед" острова Ява			Замужем за Юпитером	Золотое время года	"Нож" для уборки травы	Соседствует с Того
			Детёныш с колючей шерстью				Актриса, "Обыкновенное чудо"
Его не утаить в мешке	Деловое "ядро" Лондона			Растёт на влажном лугу			
			Лечебный корень	Висюлька для ключей	Заводской воришка		
Профессия Фаберже	Покровитель скота у славян	Без неё кобыле легче			Кубанский курорт		
				"Крышки" для глаз	Поклёп на безвинного	Питт, сыгравший Ахиллеса	Лодка для сплава
Контур журавлиной стаи	"Сердце" Армении					Богатый хозяин арыка	
			Африканский "кот" с гривой		"Мусорка" клерка		
Зарисовка философа	Индийская причёска					Монета в кошельке Атоса	
			"Треть" земной опоры		"Рот" за столом		

## КАК ВЫДЕЛИТЬ СВОЮ ВАКАНСИЮ, И СТОИТ ЛИ МЕНЯТЬ СФЕРУ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В 2026 ГОДУ



### Заранее готовиться к выходу на рынок

За последний год специалисты, которые откликаются на вакансии, заметно изменились. С одной стороны, они стали более требовательными к условиям и содержанию работы, с другой — более гибкими в форматах и подходах. Для части соискателей зарплата перестала быть един-

ственным аргументом: на собеседованиях чаще звучат вопросы о смысле работы, влиянии на продукт, возможностях развития и балансе.

Одновременно вырос уровень осознанности. Сейчас, кандидаты заранее готовятся к выходу на рынок: обновляют резюме и портфолио, развивают нетворкинг, репетируют интервью и кейсы.

### Структурировать резюме и продумать самопрезентацию

Использование ИИ стало новой реальностью для работодателей. Чтобы пройти фильтры ATS, кандидату важно менять акценты в самопрезентации. На первый план выходит не количество навыков, а их связность и прикладная ценность. Кандидату важно уметь объяснять, какие задачи он решал на предыдущем месте и к какому результату пришёл.

Доминирующий тренд — глобальная интеграция ИИ в процессы найма. Алгоритмы станут основой для первичного скрининга, анализа резюме и даже проведения первых интервью. Но хорошая новость в том, что резюме можно адаптировать к фильтрам ATS. Для этого проанализируйте 8–10 целевых вакансий, выпишите ключевые слова, которые повторяются в

требованиях и задачах, и внесите их в своё резюме. Обычно это 2–3 одинаковых навыка или компетенции. Например, для сферы продаж частыми ключевыми словами будут: «ведение переговоров», «холодный прозвон», «работа с B2B-воронкой», «контроль дебиторской задолженности».

### Стоит ли менять работу или сферу в 2026 году

Рынок труда стал сложнее, и из-за этого менять работу морально тяжело. Но можно облегчить поиск, если начать готовиться к нему заранее. hh.ru советует сопоставить собственные навыки с требованиями вакансий, оценить уровень конкуренции в этой сфере и понять, насколько реально перенести свой опыт в другие роли или сферы. Ваши шансы выше, если у вас узкая специализация, есть подтвер-

ждённые кейсы с измеримыми результатами и логика вашего карьерного перехода понятна.

Рост стоимости жизни усилил интерес к предложениям с более высокой оплатой, и для многих смена работы стала единственным способом увеличить доход. Особенно это актуально в высококонкурентных сферах — топ-менеджмент, маркетинг, юриспруденция, — где выигрывают те, кто проактивно управляет карьерой.

В результате выросло число осознанных кандидатов, которые заранее готовят инструменты для поиска работы: обновляют резюме и сопроводительные письма, развивают нетворкинг, готовят самопрезентацию и используют сразу несколько каналов — от классических сервисов поиска работы до личных контактов и соцсетей

hh.ru



# Вакансии от портала [www.hh.ru](http://www.hh.ru)

Чтобы откликнуться на вакансию и получить контактную информацию с телефоном, необходимо в поисковой строке браузера набрать [www.hh.ru/vacancy/xxxxxx](http://www.hh.ru/vacancy/xxxxxx), где xxxxxx — номер вакансии.

Обращаем внимание: для отклика на вакансию необходимо разместить свое резюме на сайте [www.hh.ru](http://www.hh.ru)

### Кингисепп

Номер вакансии: 129315094

Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования

КПО Кингисепп  
78 300 руб.

Выплаты: два раза в месяц  
Опыт работы: 1–3 года  
Полная занятость  
График: 3/3  
Рабочие часы: Вечерние или ночные смены, 12  
Формат работы: на месте работодателя

### Обязанности

- Проведение планового и внепланового ремонта электрооборудования.
- Обслуживание и настройка электрических систем и оборудования.
- Диагностика неисправностей и их оперативное устранение.
- Обеспечение бесперебойной работы электрооборудования.
- Ведение технической документации и отчетности.

### Требования

- Средне-специальное/высшее техническое образование.
- Опыт работы от 1 года на аналогичной должности.
- Знание основ электроники, электро-радио-техники.
- Знание устройства электрических машин, агрегатов и средств измерения.
- Понимание допустимых нагрузок на трансформаторы, электродвигатели, электропроводящие линии различных сечений.
- Группа по электробезопасности III.

### Условия:

- Место работы: г. Кингисепп, Большелуцкое с.п., промзона Фосфорит, пр-д Западный, д. 1 Мая.
- Доставка к месту работы на корпоративном транспорте (из г. Кингисепп, Ивангород и

Сланцы).  
- График работы 3/3 (день/день/ночь/отсыпной/2 выходных).  
- Официальное трудоустройство, полностью белая заработная плата (выплачивается 2 раза в месяц).  
- Комплексные горячие обеды.  
- Предоставление спец. одежды.  
- Медкомиссия за счет работодателя.

Номер вакансии: 129431628  
Линейный диспетчер

ООО Логистическая  
индустриальная компания  
от 60 000 руб.

Выплаты: два раза в месяц  
Опыт работы: 1–3 года  
Полная занятость  
Оформление: Трудовой договор-Договор ГПХ с физлицом  
График: 3/3  
Рабочие часы: 12  
Формат работы: на месте работодателя

### Обязанности:

- Организация бесперебойной работы транспорта;
- Учет рабочего времени водителей (график, табель);
- Распределение заказов между водителями;
- Коммуникация с заказчиком;
- Урегулирование возникающих вопросов, споров.
- Контроль своевременного выполнения заказов;
- Работа в 1С (УАТ), отчеты.

### Условия:

- Официальное трудоустройство;
- Зарплата от 60 000 руб.;
- График: 3/3 с 7:00 до 19:00;
- Работа на автобазе, отдельный кабинет;
- Удобства: кухня, санузел;

### Требования:

- Опыт работы диспетчером или в сфере

транспортной логистики;  
• Знание 1С УАТ будет преимуществом;  
• Умение работать в режиме многозадачности;  
• Ответственность, внимательность, стрессоустойчивость.

Номер вакансии: 129351167  
ОАО Кингисеппский Водоканал

Секретарь-делопроизводитель  
от 60 000 руб.

Выплаты: два раза в месяц  
Опыт работы: 1–3 года  
Полная занятость  
Оформление: Трудовой договор  
График: 5/2  
Рабочие часы: 8  
Формат работы: на месте работодателя

Вам нравится, когда всё под контролем, а документы всегда на своих местах? Любите помогать людям и быть в центре событий? Тогда эта вакансия для вас!

### Ваши задачи:

- Организация работы приёмной руководителя: встреча посетителей, создание гостеприимной атмосферы
- Приём и распределение телефонных звонков, оперативная передача информации
- Ведение документооборота: регистрация, хранение, отправка и получение корреспонденции
- Работа с входящей и исходящей почтой
- Заказ и учёт канцелярских товаров, контроль наличия необходимых материалов
- Оформление и подготовка служебных документов, писем, приказов
- Взаимодействие с сотрудниками подразделений по вопросам документооборота

### Наши ожидания:

- Опыт работы на аналогичной должности от 1 года
- Уверенное владение ПК (Word, Excel, электронная почта)
- Грамотная устная и письменная речь

- Организованность, внимательность к деталям, ответственность
- Доброжелательность, умение работать с людьми
- Навыки работы с большим объёмом информации и документов

### Условия и преимущества:

- Оформление по ТК РФ с первого дня
- Полный соцпакет, оплачиваемые отпуска и больничные
- Стабильная заработная плата, выплаты дважды в месяц
- Годовые и ежемесячные премии
- График работы: 5/2, с 8:00 до 17:12, рабочее место в офисе

Номер вакансии: 129271516  
ООО Дельта

Оператор котельной  
от 65 000 руб.

Выплаты: два раза в месяц  
Опыт работы: 1–3 года  
Полная занятость  
Рабочие часы: Вечерние или ночные смены, 12

### Обязанности:

- Бесперебойное обеспечение производства пара;
- Принятие мер к устранению неисправностей в работе оборудования;
- Обеспечение работы оборудования в соответствии с заданным режимом.

### Требования:

- обязательно окончившее обучение и имеющее аттестацию на право обслуживания паровых котлов, работающих на газовом топливе.

### Условия:

- График сменный(день/ночь/2выходных)
- Спецодежда предоставляется.
- Работа в г.Кингисепп, пр.Карла Маркса, д.62

Более 25 000 вакансий по Санкт-Петербургу и Ленинградской области вы найдете на [www.hh.ru](http://www.hh.ru)

На официальном сайте администрации Котельского сельского поселения, по ссылке:  
<https://kotelskoe-r41.gosweb.gosuslugi.ru>  
в разделе «Муниципальные услуги и функции» можно ознакомиться с принятыми нормативными правовыми актами:

- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 7 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Выдача справок об отказе от преимущественного права покупки доли в праве общей долевой собственности на жилые помещения»
- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 8 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Предоставление земельного участка или земельных участков, находящихся в муниципальной собственности на кадастровом плане территории»

муниципальной услуги «Утверждение и выдача схемы расположения земельного участка или земельных участков, находящихся в муниципальной собственности на кадастровом плане территории»

- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 9 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Предоставление земельных участков, находящихся в муниципальной собственности, гражданам для индивидуального жилищного строительства, ведения личного подсобного хозяйства в границах населенного пункта, садоводства для собственных нужд»
- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 10 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Предоставление земельного

участка, находящегося в муниципальной собственности, в собственность, аренду, постоянное (бессрочное) пользование, безвозмездное пользование без проведения торгов»

- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 11 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Предоставление информации об объектах учета, содержащейся в реестре муниципального имущества»
- П О С Т А Н О В Л Е Н И Е от 16.01.2026 года № 12 «Об утверждении административного регламента предоставления администрацией Котельского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области муниципальной услуги «Выдача разрешений на вступление в брак несовершеннолетним лицам, достигшим возраста шестнадцати лет»

В целях актуализации действующих нормативных правовых актов и их приведения в соответствие с федеральным законодательством, администрацией Большелуцкого сельского поселения утверждены следующие нормативные правовые акты:

- Постановление № 1 от 12.01.2026 «Об утверждении Административного регламента по предоставлению муниципальной услуги «Выдача разрешений на захоронение (перезахоронение) и подзахоронение на общественных кладбищах муниципального образования»
- Постановление № 2 от 12.01.2026 «Об утверждении Административного регламента по предоставлению муниципальной услуги «Приватизация имущества, находящегося

в муниципальной собственности, в соответствии с Федеральным законом от 22 июля 2008 года № 159-ФЗ «Об особенностях отчуждения движимого и недвижимого имущества, находящегося в государственной или в муниципальной собственности и арендуемого субъектами малого и среднего предпринимательства, и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации».

- Постановление № 3 от 12.01.2026 «Об утверждении Административного регламента по предоставлению муниципальной услуги «Выдача разрешений на выполнение авиационных работ, парашютных прыжков, демонстрационных полетов воздушных судов, полетов беспилотных воздушных судов (за исключением полетов беспилотных воздушных

судов с максимальной взлетной массой менее 0,25 кг), подъема привязных аэростатов над населенными пунктами, а также посадки (взлета) на расположенные в границах населенных пунктов площадки, сведения о которых не опубликованы в документах аэронавигационной информации»

- Постановление № 4 от 12.01.2026 Об утверждении Административного регламента по предоставлению муниципальной услуги «Выдача разрешений на проведение работ по сохранению объектов культурного наследия местного (муниципального) значения»

**(Полные тексты регламентов размещены на официальном сайте Большелуцкого сельского поселения в сети Интернет);**

**АДМИНИСТРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КИНГИСЕППСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН»  
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**П О С Т А Н О В Л Е Н И Е № 74 от 20.01.2026 г.**

Об условиях приватизации муниципального имущества по адресу: Ленинградская область, Кингисеппский муниципальный район, Кингисеппское городское поселение, г.Кингисепп, ул.Малая, д.5

Руководствуясь статьей 14 Федерального закона от 21 декабря 2001 года № 178-ФЗ «О приватизации государственного и муниципального имущества», постановлением Правительства Российской Федерации от 27 августа 2012 года № 860 «Об организации и проведении продажи государственного и муниципального имущества в электронной форме», в соответствии с решением Совета депутатов МО «Кингисеппское городское поселение» от 11.12.2024 года № 33 «Об утверждении Прогнозного плана (программы) приватизации имущества МО «Кингисеппское городское поселение» на 2025 год», Порядком подготовки и принятия решений об условиях приватизации муниципального имущества МО «Кингисеппский муниципальный район», МО «Кингисеппское городское поселение», утвержденным постановлением администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» от 07.02.2023 года № 293, учитывая, что продажа муниципального имущества нежилого здания с земельным участком по адресу: Ленинградская область, Кингисеппский муниципальный район, Кингисеппское городское поселение, г.Кингисепп, ул.Малая, д.5, на электронном аукционе, назначенном на 16.01.2026 года, признана несостоявшейся по причине отсутствия заявок (протокол № 88 заседания комиссии по проведению

торгов (аукционов) при приватизации муниципального имущества от 14.01.2026г.) администрация

- п о с т а н о в л я е т:**
1. Осуществить приватизацию муниципального имущества муниципального образования «Кингисеппское городское поселение» Кингисеппского муниципального района Ленинградской области: нежилое здание КН 47:20:0908001:53, площадью 110,9 кв.м., инв.№ 1988А, лит. Б, с земельным участком КН 47:20:0908001:143, площадью 187 кв.м., разрешенное использование: для существующей базы ЖКХ, категория земель: земли населенных пунктов, по адресу: Ленинградская область, Кингисеппский муниципальный район, Кингисеппское городское поселение, г.Кингисепп, ул.Малая, д.5 (далее - муниципальное имущество) путем продажи муниципального имущества посредством публичного предложения в электронной форме.
  2. Установить:
    - 2.1. Начальную цену продажи муниципального имущества на аукционе в размере 2 240 000,00 (два миллиона двести сорок тысяч рублей 00 копеек), с учетом НДС, в т.ч. нежилое здание - 1 600 000,00 рублей, земельный участок - 640 000,00 рублей.
    - 2.2. Величину снижения цены первоначального предложения («шаг понижения») - 10% от начальной цены) - 224 000,00 рублей (двадцать четыре тысячи рублей 00 копеек).
    - 2.3. Минимальную цену предложения (цена отсечения), по которой может быть продано муниципальное имущество - 1 120 000,00 рубля (один миллион сто двадцать тысяч рублей 00 копеек).
    - 2.4. Величину повышения начальной цены («шаг аукциона») - 50% от «шага понижения») - 112 000,00 рублей (сто двадцать тысяч рублей 00 копеек).
    - 2.5. Задаток для участия в продаже муниципального имущества посредством публичного предложения - 224 000,00 рублей (двадцать четыре тысячи рублей 00 копеек).
    - 2.6. Заключение договора купли-продажи с победителем продажи муниципального

имущества посредством публичного предложения в течение 5 рабочих дней с даты подведения итогов продажи.

- 2.7. Срок оплаты муниципального имущества победителем продажи муниципального имущества посредством публичного предложения: в течение 10 рабочих дней со дня заключения договора купли-продажи.
  - 2.8. Возмещение победителем продажи расходов по определению рыночной стоимости муниципального имущества в сумме 19 300,00 рублей (девятнадцать тысяч триста рублей 00 копеек)
  3. Комитету по управлению имуществом муниципального образования «Кингисеппский муниципальный район» Ленинградской области:
    - 3.1. Произвести необходимые действия по организации и проведению продажи посредством публичного предложения муниципального имущества.
    - 3.2. Разместить настоящее постановление на официальном сайте Российской Федерации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» для размещения информации о проведении торгов, определенном Правительством Российской Федерации, в течение 10 дней со дня его принятия.
    - 3.3. Опубликовать настоящее постановление в средствах массовой информации и разместить на официальном сайте администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.
    - 3.4. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на первого заместителя главы администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» С.Г.Соболева.
- Исполняющий обязанности главы администрации МО «Кингисеппский муниципальный район»  
Первый заместитель главы администрации

С.Г.Соболев

**АДМИНИСТРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КИНГИСЕППСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН»  
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**П О С Т А Н О В Л Е Н И Е № 42 от 15.01.2026 г.**

О внесении изменений в постановление администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» от 24.12.2024 № 4418 «О подготовке проекта планировки территории и проекта межевания территории с целью размещения линейного объекта «Частная автомобильная дорога общего пользования, расположенная на территории Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области»»

В соответствии со статьями 45, 46 Градостроительного кодекса Российской Федерации, с пунктом 20 части 1, частями 3 и 4 статьи 14 Федерального закона от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», пунктом 2 части 2 статьи 1 областного закона Ленинградской области от 07.07.2014 № 45-оз «О перераспределении полномочий в области градостроительной деятельности между органами государственной власти Ленинградской области и органами местного самоуправления Ленинградской области», Уставом МО «Кингисеппский муниципальный район», соглашением от 14.01.2025 № 3 «О передаче администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» части полномочий администрации Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области по подготовке проектов генерального плана, правил землепользования и застройки и внесения изменений в генеральный план, правила землепользования и застройки, и полномочий по принятию решений о подготовке документации по планировке территории, внесении изменений в такую документацию (далее - по принятию решений о подготовке ГП и ПЗЗ (внесении изменений), и документации по планировке территории (внесении изменений), отмене такой документации или ее отдельных частей, признании отдельных частей такой документации не подлежащими применению), административным регламентом предоставления муниципальной услуги по принятию решения о подготовке документации по планировке территории, утвержденным постановлением администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» от 28.09.2023 года № 2759 (с изменениями), на основании обращения ООО «Геосервис» (вх. № 01-20-22558/2025 от 17.12.2025), администрация

**п о с т а н о в л я е т:**

1. Внести изменения в постановление администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» от 24.12.2024 № 4418 «О подготовке проекта планировки территории и проекта межевания территории с целью размещения линейного объекта «Частная автомобильная дорога общего пользования, расположенная на территории Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области»:
- 1.1. Приложение № 1 (Задание на подготовку проекта планировки территории и проекта межевания территории с целью размещения линейного объекта «Частная автомобильная дорога общего пользования, расположенная на территории Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области») к постановлению изложить в новой редакции согласно приложению к настоящему постановлению.
2. Постановление опубликовать в средствах массовой информации и разместить на официальном сайте администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».
3. Контроль за исполнением постановления возложить на первого заместителя главы администрации Соболева С.Г.

Исполняющий обязанности главы администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» Первый заместитель главы администрации

3	Источник финансирования работ по подготовке документации по планировке территории	ООО «Геосервис»
4	Вид и наименование планируемого к размещению объекта капитального строительства, его основные характеристики (назначение, местоположение, площадь объекта капитального строительства и др.)	Размещение линейного объекта. Ориентировочная площадь территории 26 794 кв.м. (уточняется проектом).
5	Поселения, муниципальные округа, городские округа, муниципальные районы, субъекты Российской Федерации, в отношении территорий которых осуществляется подготовка документации по планировке территории	Ленинградская область, Кингисеппский муниципальный район, Вистинское сельское поселение
6	Состав документации по планировке территории	Документацию по планировке территории выполнить в следующем составе:  <b>1. Проект планировки территории. Раздел 1 «Проект планировки территории. Графическая часть», включающий в себя:</b> 1.1) Чертеж красных линий. 1.2) Чертеж границ зон планируемого размещения линейных объектов. 1.3) Чертеж границ зон планируемого размещения линейных объектов, подлежащих реконструкции в связи с изменением их местоположения.  <b>Раздел 2 «Положение о размещении линейных объектов», включающий в себя:</b> 2.1) Наименование, основные характеристики (категория, протяженность, проектная мощность, пропускная способность, грузонапряженность, интенсивность движения) и назначение планируемых для размещения линейных объектов, а также линейных объектов, подлежащих реконструкции в связи с изменением их местоположения. 2.2) Перечень субъектов Российской Федерации, перечень муниципальных районов, муниципальных округов, городских округов в составе субъектов Российской Федерации, перечень поселений, населенных пунктов, внутригородских территорий городов федерального значения, на территориях которых устанавливаются зоны планируемого размещения линейных объектов. 2.3) Перечень координат характерных точек границ зон планируемого размещения линейных объектов. 2.4) Перечень координат характерных точек границ зон планируемого размещения линейных объектов, подлежащих реконструкции в связи с изменением их местоположения. 2.5) Предельные параметры разрешенного строительства, реконструкции объектов капитального строительства, входящих в состав линейных объектов в границах зон их планируемого размещения: предельное количество этажей и (или) предельная высота объектов капитального строительства, входящих в состав линейных объектов, в границах каждой зоны планируемого размещения таких объектов;

максимальный процент застройки каждой зоны планируемого размещения объектов капитального строительства, входящих в состав линейных объектов, определяемый как отношение площади зоны планируемого размещения объекта капитального строительства, входящего в состав линейного объекта, которая может быть построена, ко всей площади этой зоны;

минимальные отступы от границ земельных участков в целях определения мест допустимого размещения объектов капитального строительства, которые входят в состав линейных объектов и за пределами которых запрещено строительство таких объектов, в границах каждой зоны планируемого размещения объектов капитального строительства, входящих в состав линейных объектов;

требования к архитектурным решениям объектов капитального строительства, входящих в состав линейных объектов, в границах каждой зоны планируемого размещения таких объектов, расположенной в границах территории исторического поселения федерального или регионального значения (с указанием требований к цветовому решению внешнего облика; к строительным материалам, определяющим внешний облик; к объемно-пространственным, архитектурно-стилистическим и иным характеристикам таких объектов).

2.6) Информация о необходимости осуществления мероприятий по защите сохраняемых объектов капитального строительства (здание, строение, сооружение, объекты, строительство которых не завершено), существующих и строящихся на момент подготовки проекта планировки территории, а также объектов капитального строительства, планируемых к строительству в соответствии с ранее утвержденной документацией по планировке территории, от возможного негативного воздействия в связи с размещением линейных объектов.

2.7) Информация о необходимости осуществления мероприятий по сохранению объектов культурного наследия от возможного негативного воздействия в связи с размещением линейных объектов.

2.8) Информация о необходимости осуществления мероприятий по охране окружающей среды.

2.9) Информация о необходимости осуществления мероприятий по защите территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе по обеспечению пожарной безопасности и гражданской обороне.

**Раздел 3 «Материалы по обоснованию проекта планировки территории. Графическая часть», включающий в себя:**

- 3.1) Схема расположения элементов планировочной структуры (территорий, занятых линейными объектами и (или) предназначенных для размещения линейных объектов).
- 3.2) Схема использования территории в период подготовки проекта планировки территории.
- 3.3) Схема организации улично-дорожной сети и движения транспорта.
- 3.4) Схема вертикальной планировки территории, инженерной подготовки и инженерной защиты территории.
- 3.5) Схема границ территорий объектов культурного наследия.
- 3.6) Схема границ зон с особыми условиями использования территорий, особо охраняемых природных территорий, лесничеств.

**(Продолжение на 18 стр.)**

**ЗАДАНИЕ на подготовку проекта планировки территории и проекта межевания территории с целью размещения линейного объекта «Частная автомобильная дорога общего пользования, расположенная на территории Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области»»**

№ п/п	Параметр проекта	Описание
1	Вид разрабатываемой документации по планировке территории	Проект планировки территории и проект межевания территории
2	Инициатор подготовки документации по планировке территории	ООО «Ультрамар»

# КОНТАКТ

# ВРЕМЯ 17

21 января 2026 года

## ПРОДАЮ

**ХОЛОДИЛЬНИК "Атлант" 2-х камерный в рабочем состоянии. Тел. 8 905-224-47-58**

**КОВЁР (2,5 м x 4,8 м) б/у ярко коричневый. Дёшево. Тел.: +7 911-755-73-43**

## УСЛУГИ

**ПОЕЗДКИ на л/а. БОЛЬНИЦЫ (ожидание), вокзалы. Р-он., обл., СПБ, РФ, РБ. Тел. 8-981-189-30-04.**

**Двери из массива сосны. Оконные блоки. Лестницы, мебель из любого массива древесины. Тел. 4-81-46, 8-911-246-47-60**

**РЕМОНТ холодильников и стиральных машин на дому. Выезд за город и на дачи. Тел. 8-905-274-48-62.**

**РЕМОНТ холодильников. Гарантия. Ежедневно с 9.00 до 21.00. Тел. 8-921-418-99-13, 8-911-718-13-95**

**реклама**  
**ДРОВА**  
Тел. 8-963-316-20-33

**РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ. Гарантия. Выезд на село, в Ивангород. Тел. 8-931-201-38-07.**

**в ЛОГБУ «Кингисеппский ДИ» (Дом-интернат для престарелых и инвалидов) в п.Кингисеппский**

**НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ В ДРУЖНЫЙ КОЛЛЕКТИВ требуются:**

- уборщик территории (дворник)
- водитель автомобиля
- уборщик служебных помещений
- медицинская сестра палатная (постовая)

**Обращаться по тел. 8(81375)69-350 с 8.30 до 16.30.**

**ЦЕНТР СЛУХА**  
**ПОДБОР СЛУХОВЫХ АППАРАТОВ**  
**МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ СЛЫШАТЬ**  
✓ **ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА НА ДОМ И ПРОВЕРКА СЛУХА БЕСПЛАТНО!**  
✓ **ПРОДАЖИ ПРОВОДИТ СУРДОАКУСТИК АКЦИЯ! 6 БАТАРЕЕК ЗА 300 Р!**  
**29 ЯНВАРЯ с 14.00 до 15.00 в аптеке № 186**  
г. Кингисепп, ул. 2-я линия, 51  
**8-800-250-30-59** звонки бесплатны  
**СКИДКА до 25%**  
**ЦЕНЫ ОТ 8000 до 45 000 Р.**  
Скидки, акции предоставляются ИП Черных Ю.А. ОГРН ИП 320183200054598 в день торговли. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## СОБРАНИЕ членов ГПК «ЛУГА» Состоится

**25 января 2026 года в 14.00**

в Городском Доме Культуры по адресу:  
г. Кингисепп, проспект Карла Маркса, д. 40.

**Явка членов общества обязательна!!!!**

Правление ГПК «Луга»

## В 2026 ГОДУ ИЗМЕНИЛИСЬ ПРАВИЛА ПОЛУЧЕНИЯ ЕДИНОГО ПОСОБИЯ

Теперь для назначения выплаты доход каждого трудоспособного члена семьи должен быть не менее восьмикратной величины минимального размера оплаты труда. В этом году МРОТ составляет 27 093 рубля. Если сумма дохода будет менее 216 744 рублей, в назначении единого пособия заявителю будет отказано.

К уважительным причинам дохода менее обозначенной суммы относятся получение пенсий по старости, по случаю потери кормильца или по инвалидности.

В 2026 году при оценке уровня дохода не учитывается единовременная материальная помощь от работодателя, оказанная в связи с рождением, усыновлением или установлением опеки над младенцем. Зато в сумме доходов, свя-



занных с трудовой деятельностью, стали учитываться пособия по временной нетрудоспособности.

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

## СТАНЕТ ЛИ ПРОЩЕ ПОПАСТЬ К ВРАЧУ? ЧТО ДУМАЮТ ЭКСПЕРТЫ О НОВЫХ СРОКАХ ОКАЗАНИЯ МЕДПОМОЩИ В РОССИИ

В России официально закрепили сроки, в течение которых граждане должны будут получать медицинскую помощь. Теперь попасть к терапевту россияне должны будут в течение суток после обращения, а к профильным специалистам в течение 14 рабочих дней. Если же пациент обращается за экстренной помощью, то ее обязаны будут оказать в течение двух часов. Такой регламент установило правительство на 2026–2028 годы.

Однако специалисты и сами пациенты опасаются, что следовать данным срокам, в условиях дефицита медицинских работников, больницам будет сложно. Некоторые предостерегают, что введенные нормы лишь сильнее усилят давление на врачей и приведут к новой волне утечки кадров.

### Дефицит кадров растет

На сегодняшний день основная сложность с тем, чтобы попасть к врачу, заключается в их нехватке. На начало прошлого года их дефицит уже составлял более 23 тысяч человек. В 2025 году отечественные вузы выпустили порядка 78 тысяч новых медиков. Однако, чтобы закрыть дефицит кадров, ежегодно должно появляться не менее 100 тысяч новых специалистов. По оценке Минтруда, до 2030 года в России потребуется 496 тысяч новых медработников.

О проблеме кадров говорили еще в прошлом году. Поэтому с 1 марта 2026 года решено ввести обязательную отработку для медиков. Все выпускники должны будут в течение трех лет после окончания медвуза или колледжа отработать в государственных клиниках. Пройти трехлетнее наставничество обязаны, как бюджетники, так и те, кто обучался платно. Тем не менее, сказать однозначно, поможет ли такая реформа, сложно. Некоторые эксперты предупреждают, что обязательная отработка может отпугнуть часть потенциальных абитуриентов от поступления в медицинские вузы.

Особенно тяжело сегодня обстоит ситуация с узкими специалистами. Острее всего их нехватка чувствуется в отдаленных районах, где попросту может вообще не быть гастроэнтеролога или алерголога, и люди вынуждены обращаться в крупные районные или городские больницы. В результате, на ожидание приема у врача может уйти месяц, а то и больше.

Пациенты опасаются, что при таких условиях, даже закрепленные сроки приема пациентов вопрос не решат: принимать больных попросту будет некому.

«Если на одного специалиста нагрузка за прием, в среднем, 80 человек, то, как вы попадете к нему в установленные сроки? Это нереально», — задается вопросом пользователь сети.

Многие уверены, что давление и возможные штрафы за несоблюдение регламента, лишь усугубят ситуацию с врачами.

«Когда врачей не хватает, то откуда они возьмутся? Ну а если на других нагрузку переложить, то и они сбегут в частные клиники», — отмечает Александр.

### Врачи выгорают

В условиях дефицита, как терапевтов, так и узких специалистов, соблюдать введенные правилами сроки приема пациентов будет довольно затруднительно, подтвердил в беседе с Online47 терапевт, кардиолог Фарид Исламов:

«Безусловно, я согласен, что это идеальные сроки для приема больных. Человек должен попадать к участковому терапевту в течение суток. Это необходимо, чтобы была вовремя оказана нужная медицинская помощь. Но, к сожалению, реалии сегодня другие. И если в больших городах еще можно найти варианты, то в маленьких населенных пунктах организовать необходимую помощь, и сделать это в короткие сроки, бывает очень сложно».

Помочь больницам с кадрами, по мнению специалиста, может введенная с этого года отработка для медиков, а также снижение нагрузки на врачей и увеличение зарплат в бюджетных учреждениях:

«На мой взгляд, должно быть обязательное трудоустройство медиков в государственные больницы после окончания учебы. Кроме того, нужно внимательнее относиться к отработке студентов-целевиков. К сожалению, практика показывает, что многие из них не отработывают свой договор. Не менее важно — снижение нагрузки на врачей. Сейчас она довольно серьезная, особенно в городских медучреждениях. Участковый терапевт может работать не на один участок, а на два или три. Это приводит к выгоранию. В результате, врачи сами начинают болеть, выпадают из рабочего процесса, и очередь к специалистам возрастает еще сильнее».

Вместе с тем, Фарид Исламов отмечает, что пока реакция на введение обязательной отработки у студентов-медиков не самая положительная. Некоторые даже отказываются продолжать свою учебу. Тем не менее, он уверен, что в дальнейшем, когда процесс отработки будет налажен и станет нормой, относиться к ней будущие медики будут проще.

### Люди имеют право на помощь

Нельзя забывать и о том, что россияне сегодня платят налоги, которые, в том числе, идут на содержание медицины. Поэтому, как подчеркнул депутат Госдумы VII созыва Сергей Вострецов в разговоре с Online47, люди вправе рассчитывать на своевременную и качественную помощь врачей:

«Люди сегодня платят налоги на медицину. Их не должно волновать, что у министерства или правительства проблемы с обеспечением работников в данной сфере. Человек заплатил деньги и имеет право на медицинское обслуживание. При этом, помощь должна быть своевременная. Мы для этого и вводили цифровизацию, проводили другие реформы в медицине. Но у нас половина врачей в платной медицине. Многие пытаются совмещать работу в госучреждении и частном секторе. С этим нужно наводить порядок. Не должен врач прыгать между двумя больницами, пытаться заработать себе на жизнь».

Online47

## ПАМЯТНИКИ и ОГРАДЫ



**по ценам 2023 Г.**

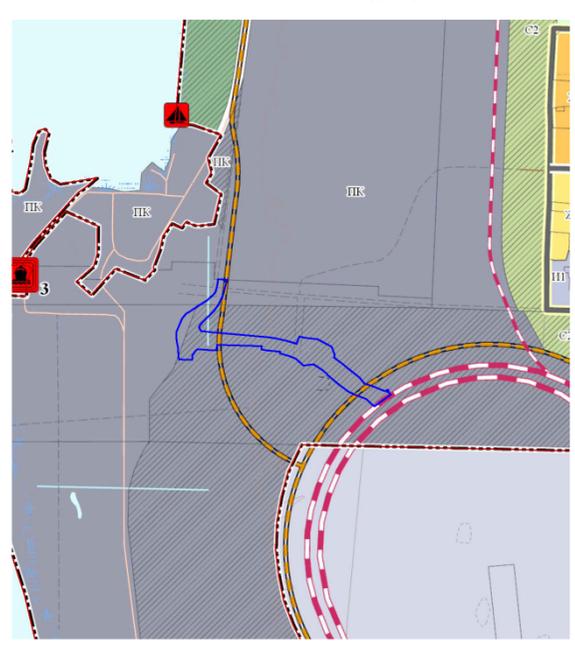
**ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ**

**Любые работы по благоустройству мест захоронений**

**Звоните: +7 904 638 73 30**

**г. Кингисепп, ул. 1-ая Линия, 13**

реклама

<p>3.7) Схема границ территорий, подверженных риску возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (пожар, взрыв, химическое, радиоактивное заражение, затопление, подтопление, оползень, карсты, эрозия и т.д.).</p> <p>3.8) Схема конструктивных и планировочных решений.</p> <p><b>Раздел 4 «Материалы по обоснованию проекта планировки территории. Пояснительная записка» содержит:</b></p> <p>4.1) Описание природно-климатических условий территории, в отношении которой разрабатывается проект планировки территории.</p> <p>4.2) Обоснование определения границ зон планируемого размещения линейных объектов.</p> <p>4.3) Обоснование определения границ зон планируемого размещения линейных объектов, подлежащих реконструкции в связи с изменением их местоположения.</p> <p>4.4) Обоснование определения предельных параметров застройки территории в границах зон планируемого размещения объектов капитального строительства, проектируемых в составе линейных объектов.</p> <p>4.5) Ведомость пересечений границ зон планируемого размещения линейного объекта (объектов) с сохраняемыми объектами капитального строительства (здание, строение, сооружение, объект, строительство которого не завершено), существующими и строящимися на момент подготовки проекта планировки территории.</p> <p>4.6) Ведомость пересечений границ зон планируемого размещения линейного объекта (объектов) с объектами капитального строительства, строительство которых запланировано в соответствии с ранее утвержденной документацией по планировке территории.</p> <p>4.7) Ведомость пересечений границ зон планируемого размещения линейного объекта (объектов) с водными объектами (в том числе с водотоками, водоемами, болотами и т.д.).</p> <p>Обязательным приложением к материалам по обоснованию проекта планировки территории являются:</p> <p>1) Исходно-разрешительная документация, используемая при подготовке документации по планировке территории, включающая:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- информацию о наличии или отсутствии в границах территории проектирования объектов культурного наследия, их защитных зон или зон охраны, особо охраняемой природной территории;</li> <li>- информацию о технической возможности присоединения (подключения) к сетям инженерно-технического обеспечения;</li> <li>- заключение ФГБУ «Управление «Ленмелиоводхоз» в части расположения в границах территории проектирования существующих медиоаривных систем в соответствии со ст. 30 Федерального закона от 10.01.1996 № 4-ФЗ «О мелиорации земель»;</li> <li>- информацию о расположении в границах территории проектирования водных объектов, водоохраных и прибрежных защитных зон, береговых полос, о возможности сброса очищенных сточных вод в водный объект;</li> <li>- заключение федерального органа управления государственным фондом недр или его территориального органа об отсутствии полезных ископаемых в недрах под участком предстоящей застройки согласно ст. 25 Закона РФ от 21.02.1992 № 2395-1 «О недрах» (при расположении территории проектирования вне границ населенного пункта);</li> <li>- информация о наличии мест в существующих объектах образования в целях обеспечения планируемого населения (в случае, если в границах территории проектирования не предусматривается размещение объектов образования);</li> <li>- исходные данные для разработки мероприятий по гражданской обороне.</li> </ul> <p>2) Материалы и результаты инженерных изысканий, используемые при подготовке документации по планировке территории.</p> <p>3) Решение о подготовке документации по планировке территории с приложениями.</p> <p>4) Программа и задание на проведение инженерных изысканий, используемые при подготовке проекта планировки территории.</p> <p><b>2. Проект межевания территории</b></p> <p><b>Раздел 1 «Проект межевания территории. Графическая часть», включающий в себя:</b></p> <p>Чертеж (чертежи) межевания территории, выполненный на цифровом топографическом плане, соответствующем требованиям, установленным федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере строительства, архитектуры, градостроительства.</p> <p>На чертеже (чертежах) межевания территории отображаются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>границы планируемых (в случае, если подготовка проекта межевания территории осуществляется в составе проекта планировки территории) и существующих элементов планировочной структуры;</li> <li>красные линии, утвержденные в составе проекта планировки территории, или красные линии, устанавливаемые, изменяемые, отменяемые в соответствии с пунктом 2 части 2 статьи 43 Градостроительного кодекса Российской Федерации;</li> <li>границы образуемых и (или) изменяемых земельных участков (далее - образуемые земельные участки), условные номера образуемых земельных участков, в том числе расположенных полностью или частично в границах зоны планируемого размещения линейного объекта, в отношении которых предлагаются их резервирование и (или) изъятие для государственных или муниципальных нужд;</li> </ul>	<p>линии отступа от красных линий в целях определения мест допустимого размещения зданий, строений, сооружений;</p> <p>границы земельных участков, образование которых предусмотрено схемой расположения земельного участка или земельных участков на кадастровом плане территории, срок действия которой не истек.</p> <p><b>Раздел 2 «Проект межевания территории. Текстовая часть» содержит следующую информацию:</b></p> <p>2.1) Перечень образуемых земельных участков, подготавливаемый в форме таблицы.</p> <p>2.2) Перечень координат характерных точек образуемых земельных участков.</p> <p>2.3) Сведения о границах территории, применительно к которой осуществляется подготовка проекта межевания, содержание перечня координат характерных точек таких границ в системе координат, используемой для ведения Единого государственного реестра недвижимости. Координаты характерных точек границ территории, применительно к которой осуществляется подготовка проекта межевания, определяются в соответствии с требованиями к точности определения координат характерных точек границ, установленных в соответствии с Градостроительным кодексом Российской Федерации для территориальных зон.</p> <p>2.4) Вид разрешенного использования образуемых земельных участков, предназначенных для размещения линейных объектов и объектов капитального строительства, проектируемых в составе линейного объекта, а также существующих земельных участков, занятых линейными объектами и объектами капитального строительства, входящими в состав линейных объектов, в соответствии с проектом планировки территории.</p> <p><b>Раздел 3 «Материалы по обоснованию проекта межевания территории. Графическая часть» содержит:</b></p> <p>Чертежи, выполненные на цифровом топографическом плане, соответствующем требованиям, установленным федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере строительства, архитектуры, градостроительства, на которых отображаются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>границы субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, населенных пунктов, в которых расположена территория, применительно к которой подготавливается проект межевания;</li> <li>границы существующих земельных участков;</li> <li>границы публичных сервитутов, установленных в соответствии с законодательством Российской Федерации;</li> <li>границы публичных сервитутов, подлежащих установлению в соответствии с законодательством Российской Федерации;</li> <li>границы зон с особыми условиями использования территорий, подлежащие установлению, изменению в связи с размещением линейных объектов;</li> <li>границы зон с особыми условиями использования территорий, подлежащие установлению, изменению в связи с размещением линейных объектов, подлежащих реконструкции в связи с их переносом из зон планируемого размещения линейных объектов либо в границах зон планируемого размещения линейных объектов;</li> <li>местоположение существующих объектов капитального строительства;</li> <li>границы особо охраняемых природных территорий;</li> <li>границы территорий объектов культурного наследия, включенных в единый государственный реестр объектов культурного наследия (памятников истории и культуры) народов Российской Федерации, границы территорий выявленных объектов культурного наследия;</li> <li>границы лесничества, участков лесничества, лесных кварталов, лесотаксационных выделов или частей лесотаксационных выделов.</li> </ul> <p><b>Раздел 4 «Материалы по обоснованию проекта межевания территории. Пояснительная записка» содержит:</b></p> <p>4.1) Обоснование определения местоположения границ образуемого земельного участка с учетом соблюдения требований к образуемым земельным участкам, в том числе требований к предельным (минимальным и (или) максимальным) размерам земельных участков.</p> <p>4.2) Обоснование способа образования земельного участка.</p> <p>4.3) Обоснование определения размеров образуемого земельного участка.</p> <p>4.4) Обоснование определения границ публичного сервитута, подлежащего установлению в соответствии с законодательством Российской Федерации.</p> <p>Чертежи и схемы документации по планировке территории выполняются на цифровом топографическом плане. Объединение нескольких чертежей в один допускается при условии обеспечения читаемости линий и условных обозначений графических материалов.</p> <p>Графическая часть документации по планировке территории и перечни координат характерных точек представляются с точностью координат - два знака после запятой.</p>	<p>Документация должна быть заверена заявителем и направлена в сброшюрованном и прошитом виде на бумажном носителе в 2 экземплярах, а также на электронном носителе, подписанная отсканированной усиленной квалифицированной электронной подписью заявителя, в количестве экземпляров, равном количеству поселений, муниципальных округов, городских округов, применительно к территориям которых осуществлялась подготовка документации по планировке территории, и одного экземпляра для хранения в архиве Комитета архитектуры и градостроительства администрации МО «Кингисеппский муниципальный район».</p> <p>Томы (книги) Документации на бумажном носителе не должны содержать более 50 листов чертежей, приведенных к формату А4, или 200 листов текстовой документации, толщина тома (книги) не должна превышать 4 см. К каждому тому (книге) оформляется титульный лист и содержание (содержание оформляется в случае, если том (книга) содержит более 20 листов).</p> <p>Документация по планировке территории, направляемая на электронный носитель, должна соответствовать формату, позволяющему осуществить ее размещение в государственных информационных системах обеспечения градостроительной деятельности субъектов Российской Федерации. Требования к указанному формату установлены в приложениях 2 - 4 к административному регламенту предоставления муниципальной услуги по утверждению документации по планировке территории, утвержденному постановлением администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» от 28.09.2023 № 2758 (с изменениями).</p> <p>Экземпляр документации на электронном носителе (каждый файл) должен быть заверен отсканированной усиленной квалифицированной электронной подписью разработчика.</p> <p>Экземпляр документации по планировке территории на бумажном носителе должен быть идентичен экземпляру документации на электронном носителе.</p> <p>В составе документации по планировке территории представляются проекты приложений к распоряжению акту администрации МО «Кингисеппский муниципальный район» об утверждении документации по планировке территории соответствующее требованиям п.п. «з» п.п. 8 п. 2.6 Административного регламента.</p> <p>7</p> <p>Информация о земельных участках (при наличии), включенных в границы территории, в отношении которой планируется подготовка документации по планировке территории, а также об ориентировочной площади такой территории</p> <p>Ориентировочная площадь территории, в отношении которой планируется подготовка документации по планировке территории - 26794 кв.м. (уточняется проектом). Схема границ территории, в отношении которой осуществляется подготовка документации по планировке территории, согласно приложению к настоящему заданию.</p> <p>8</p> <p>Цель подготовки документации по планировке территории</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделение элементов планировочной структуры;</li> <li>- установление границ территорий общего пользования;</li> <li>- установление границ зон планируемого размещения объектов капитального строительства;</li> <li>- установление, изменение, отмена красных линий;</li> <li>- определение местоположения границ образуемых и изменяемых земельных участков, а также в отношении которых предполагается резервирование и (или) изъятие для государственных нужд.</li> </ul> <p>Приложение к заданию на подготовку проекта планировки территории и проекта межевания территории с целью размещения линейного объекта «Частная автомобильная дорога общего пользования, расположенная на территории Вистинского сельского поселения Кингисеппского муниципального района Ленинградской области»</p> <p>Схема границ территории, в отношении которой осуществляется подготовка документации по планировке территории</p>  <p>□ - Границы территории, применительно к которой осуществляется подготовка документации по планировке территории</p>
--	---	--

**КАКУЮ ТЕРРИТОРИЮ 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 по национальному проекту «Инфраструктура для жизни».

Участвуют более 340 потенциальных скверов, аллей, бульваров, площадей и набережных из 145 поселений региона, в том числе и город Кингисепп.

Думаете, пора обновить парк? Оборудовать ещё одну детскую площадку рядом с домами или, может быть, сделать зону для занятия спортом?

Голосуйте за одну из наших территорий:

- Благоустройство территории ул. Карла Маркса дом 21
- Благоустройство территории Большая Советская дом 37/2
- Благоустройство территории Большая Советская, д. 8
- Благоустройство от ул. Восточная, продолжение пешеходной зоны за школу №7.

Голосуйте по ссылке: <https://вместе47.pf/>

Участвовать может каждый житель Ленобласти от 14 лет. Регистрация на сайте займёт несколько минут.

Региональное голосование на платформе [вМесте47.pf](https://вместе47.pf/)

**с 19 января по 19 февраля**

Примите участие в голосовании по благоустройству вашего населенного пункта!




## ОБРАЩЕНИЕ К НАСЕЛЕНИЮ НАЧАЛЬНИКА ОТДЕЛА НАДЗОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ КИНГИСЕППСКОГО РАЙОНА БАТАШЕВА АНАТОЛИЯ ВЛАДИМИРОВИЧА

Уважаемые жители и гости Кингисеппского района! Отдел надзорной деятельности и профилактической работы Кингисеппского района информирует Вас, что с 01 января 2026 года по 18 января 2026 года на территории Кингисеппского района Ленинградской области сложилась неблагоприятная обстановка с пожарами.

На сегодняшний день произошло 12 пожаров, что на 71 % больше, чем в 2025 году (7 пожаров), на которых погиб 1 человек, пострадал 1 человек. При этом погибших и пострадавших за указанный период 2025 года не зарегистрировано.

По местам возникновения основное количество пожаров приходится на жилищный фонд – 7 случаев, 2 – открытые территории (свалки, мусорные контейнеры и прочее), 3 – объекты транспорта.

Постоянно меняется число пожаров, адреса уничтоженных объектов, причины же их возникновения остаются прежними: нарушение правил устройства и эксплуатации электрооборудования, неисправность печей и дымоходов, неосторожное обращение с огнём.

В связи со сложившейся обстановкой, отдел надзорной деятельности и профилактической работы Кингисеппского района призывает жителей района проявлять благоразумие и бдительность, а также соблюдать элементарные меры пожарной безопасности и не подвергать себя и окружающих людей смертельной опасности:

- не используйте неисправные электроприборы, следите за состоянием электропроводки, своевременно осуществляйте их ремонт с помощью специалистов. Категорически запрещается применение самодельных электронагревательных приборов. Не допускайте включение в одну розетку нескольких источников электропотребления повы-

шенной мощности, это может привести к перегрузке в электросети и, как правило, к возгоранию;

- осмотрите еще раз свои отопительные печи, котлы, дымоходные каналы и убедитесь в их безопасном режиме работы. В случае, если в кладке отопительной печи и дымовой трубы имеются трещины, необходимо заделать их песчано-глиняным раствором, оштукатурить и побелить. Не оставляйте во время топки печи без наблюдения и не топите их продолжительное время – может произойти перекал отдельных частей печи. Если эти части соприкасаются с деревянными стенами или мебелью, то пожар неизбежен. Поэтому рекомендуется топить печь 2–3 раза в день по 1–1,5 часа, нежели один раз длительное время;

- у печей нельзя сушить дрова, пиломатериалы, просушивать бельё, размещать вблизи горючие материалы и, конечно, нельзя применять при растопке печи легковоспламеняющиеся и горючие жидкости;

- не бросайте, а также не храните золу и шлак вблизи строений и мест хранения сена – это тоже может привести к пожару;

- особое внимание обратите на эксплуатацию газовых баллонов – их нельзя хранить дома и на балконах. Помните, что если полностью заправленный баллон с мороза перенести в тепло, газ расширится и неисправный сосуд может взорваться;

- уходя из дома, проверьте, все ли электро- и газовые приборы отключены;

- курите в строго отведённых местах. Не забывайте, что курение в постели, особенно в нетрезвом виде, часто является причиной пожара;

- не оставляйте малолетних детей одних дома и не позволяйте им заниматься топкой печи и других отопительных приборов, спрячьте от них спички, за-



жигалки и другие опасные предметы;

Как правило, пожары случаются в ночное время. Для своевременного обнаружения пожара и оповещения о нем, оборудуйте жилые помещения автономными пожарными извещателями. Это устройство реагирует на дым еще на стадии возгорания, когда потушить огонь можно подручными средствами.

Также напоминаем, что огнетушитель в жилье – залог Вашей безопасности. Он поможет спасти жизнь и имущество,

если требуется потушить небольшое возгорание или удержать распространение пожара до прибытия пожарного расчёта.

**ОНДиПР Кингисеппского района напоминает:**

**при возникновении любой чрезвычайной ситуации срочно звоните 01, «101» - для набора со всех операторов мобильной связи; «112» - единый телефон вызова экстренных оперативных служб**

## СОЦИАЛЬНЫЙ ФОНД РОССИИ СООБЩАЕТ

**В 2026 году Отделение СФР по Санкт-Петербургу и Ленобласти назначает единое пособие семьям с детьми и беременным женщинам по новым правилам**

В прошлом году более 130 тысяч семей региона получало единое пособие на детей в возрасте до 17 лет от Отделения СФР по Санкт-Петербургу и Ленобласти.

В феврале 2026 года единое пособие семьям с детьми и беременным женщинам из Санкт-Петербурга и Ленинградской области будет начисляться в увеличенном размере. Сумма пересчитывается автоматически, в связи с изменением прожиточного минимума.

В этом году в Санкт-Петербурге прожиточный минимум для трудоспособного населения составляет 22 502 рубля, в Ленобласти – 22 089 рублей. Для детей: в Санкт-Петербурге — 20 025 рублей, в Ленобласти – 19 657 рублей.

В то же время с января текущего года вступили в силу новые правила назначения ежемесячного пособия в связи с рождением и воспитанием ребенка до 17 лет и выплат беременным женщинам, вставшим на учёт в ранние сроки.

Для получения единого пособия необходимо, чтобы доход каждого трудоспособного члена семьи составлял не менее восьмикратной величины минимального размера оплаты труда. Поскольку в 2026 году МРОТ равен 27 093 рубля, сумма дохода

трудоспособного члена семьи вне зависимости от формы занятости, не может быть менее 216 744 рубля, иначе в назначении единого пособия заявителю будет отказано.

Напомним: размер МРОТ определяется на дату обращения за назначением пособия.

К уважительным причинам дохода менее обозначенной суммы относится получение пенсий по старости, по случаю потери кормильца или по инвалидности.

В 2026 году при оценке нуждаемости семьи из дохода исключена единовременная материальная помощь от работодателя в связи с рождением, усыновлением или установлением опеки над младенцем. Исключена также ежемесячная выплата гражданам, которые на 6 августа 2024 года проживали в Курской области и были временно отселены с утратой ими имущества первой необходимости.

Зато в комплексную оценку материального состояния семьи в 2026 году включены пособия по временной нетрудоспособности. Теперь «больничные» листы учитываются не как социальные выплаты, а как доходы, связанные с трудовой деятельностью.

Сумма единого пособия по-прежнему устанавливается в зависимости от уровня доходов семьи: чем он меньше, тем больше размер предоставляемой выплаты. Размер единого пособия для семей с детьми до 17 лет и беременных женщин составляет 50%, 75% или 100% от прожиточного минимума.

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

**Пресс-служба Отделения СФР по Санкт-Петербургу и Ленинградской области**

## ВРЕМЯ



Главный редактор Александр Валентинович Кудрявцев

Адрес редакции и издателя: 188480, Кингисепп, Театральная, 5. Индекс подписки - ПИ997; ПИ998. КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ: объявления, реклама: 8-905-207-21-48, 8(81375)4-24-90. E-mail: time-spb@yandex.ru

Издаётся с 19 октября 1920 года. Выходит каждую неделю по средам.

ГАЗЕТА зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Санкт-Петербургу и Ленинградской области. Свидетельство ПИ №Ту 78-00492.

УЧРЕДИТЕЛИ: ООО «Редакция газеты "Время"», Комитет по печати Ленинградской области, администрация муниципального образования "Кингисеппский муниципальный район" Ленинградской области

Возрастная категория 16+

Ответственность за содержание и достоверность рекламной информации несут рекламодатели.

МНЕНИЯ, высказанные авторами на страницах газеты, не обязательно совпадают с точкой зрения редакции. ПУБЛИКАЦИИ, обозначенные + в печатании на коммерческой основе. Перепечатка материалов, публикация PDF-версий газеты "Время" - только с письменного разрешения редакции. Тираж 5000 экз. Заказ № ДБ-00028/2.

Газета отпечатана в ООО "Типографский комплекс "Девиз", 90 020, Санкт-Петербург, Вн. тер. г. МО Екатеринбургский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть.

Номер подписан в печать 20.01.2026 г. в 14.00 (установленное по графику), по факту - 20.01.2026 г. в 14.00

**ТАМАРУ  
НИКОЛАЕВНУ  
ОКОРОКОВУ**

поздравляем  
с прекрасным Юбилеем!

В Ваш 90-летний юбилей  
Побольше ярких, светлых дней.  
Тепла, любви мы Вам желаем,  
Мы Вас любим и уважаем.

Так оставайтесь Вы такой,  
Здоровой и с улыбкой озорной.  
Вы наслаждайтесь каждым днём.  
Пусть все невзгоды будут ничем!

25.01.2026 г. Родные

Общество бывших  
малолетних узников  
сердечно поздравляет

**ГАЛИНУ ИВАНОВНУ  
ИВАНОВУ**

с прекрасным Юбилеем!

В эти 90 лет  
Мы Вам желаем счастья много,  
Эмоций радостных букет,  
Здоровья крепкого, стального!  
Пусть будут рядышком всегда  
Родные, дорогие люди!  
Осуществится пусть мечта,  
И все, что Вы хотите, в жизни будет!

26.01.2026 г. Совет общества

**Погода: 22 - 28 января**



**22 января** - пасмурно, ветер восточный 3 м/с. Утром -7°, вечером -12°.  
**23 января** - пасмурно, влажность воздуха 87%. Днем -13°, ночью -14°.  
**24 января** - пасмурно, ветер юго-восточный 2 м/с. Утром -15°, вечером -15°. Атмосферное давление 764 мм.  
**25 января** - ветер восточный 3 м/с. Днем -16°, ночью -17°. Влажность воздуха 92%.  
**26 января** - небольшой снег, ветер юго-восточный 3 м/с. Днем -12°, ночью -15°. Влажность воздуха 90%.  
**27 января** - пасмурно, ветер северный 3 м/с. Днем -11°, ночью -13°. Влажность воздуха 91%.  
**28 января** - облачно с прояснениями, ветер восточный 4 м/с. Утром -15°, вечером -13°. Атмосферное давление 758 мм.

**А в народе говорят...**

**22 января**  
Иней на сухой траве – к морозной погоде, без осадков.

**23 - 24 января**  
Подул северный ветер, а облаков нет – мороз стукнет. Вороны садятся на нижние ветки деревьев – к ветру.

**25 - 26 января**  
Бледная и мутноватая луна – признак снегопада. Синие вечерние облака – к перемене погоды.

**27 - 28 января**  
Крутой месяц – к холоду, сережка у луны – к пурге и морозу. Ясная кругорогая луна зимой – к стуже, летом – к ветру.



**ГОРОСКОП**

22 - 28 января



**ОВЕН**

Овнам в течение всей этой недели удастся многого добиться, если вы будете действовать изобретательно и целеустремленно. Прежде всего, это относится к решению вопросов карьеры и материального обеспечения. Если вы поставите себе цель купить какую-то вещь, и начнете откладывать деньги на покупку, то необходимая сумма соберется достаточно быстро. Неделя складывается благоприятно для тех, кто сосредоточен на личном развитии и учебе. Ваши интеллектуальные способности усиливаются, равно как и усиливается ваша самостоятельность и предприимчивость. Также в это время усиливается ваш аппетит. Постарайтесь не передать и держать себя под контролем.



**ТЕЛЕЦ**

У Тельцов в течение всей этой недели может сложиться благоприятное время для урегулирования вопросов, связанных с учебой и поездками. Если жизненные обстоятельства этому не противостоят, то ничто не удержит вас от поездки. Возможно, вы неожиданно получите приглашение составить компанию друзьям в их поездке. В любых делах, за которые вы бы ни взялись, вы можете чувствовать поддержку окружающих людей. Также у вас усиливается потребность к новым необычным впечатлениям. Лучше всего в эти дни проводить время с друзьями и единомышленниками. Не отказывайтесь от приглашений посетить дружеские вечеринки. Вы можете почувствовать обострившуюся чувствительность, интуицию и восприимчивость к знакам Вселенной.



**БЛИЗНЕЦЫ**

Близнецы в течение всей этой недели смогут проявить свои незаурядные способности находить ответы на самые загадочные и таинственные явления. Если вас последнее время волновали какие-то странные и непонятные события, то вы сможете провести расследование и понять истинную причину произошедшего. Это хорошее время для урегулирования деликатных вопросов с представителями власти и закона, особенно если они требуют личных встреч или обращений. Возможно, вам окажет поддержку влиятельный покровитель. Неделя благоприятствует в обретении душевной гармонии. Звезды советуют вам вести спокойный и умиротворенный образ жизни.



**РАК**

У Раков в течение всей этой недели могут складываться благоприятно партнерские отношения. Возможно, вы посмотрите на своего партнера по браку новыми глазами и как-бы заново откроете для себя его с положительной стороны. Также велика вероятность, что случай предоставит вам возможность сравнить свою семейную жизнь с другими семейными парами. И такое сравнение может оказаться в пользу вашей семьи. Звезды советуют остерегаться поспешных решений, принятых под обаянием приятных перспектив без учета возможных рисков. Возможно, предстоит отдать инициативу другим людям и смириться с чужим лидерством, но это не всегда будет плохо для них и для общего дела.



**ЛЕВ**

Львам в течение всей этой недели звезды советуют заниматься наведением порядка в делах дома и на работе. Настройтесь на конструктивное решение проблем, подходите к вопросам с практических позиций. Чем больше порядка будет в окружающем вас пространстве, тем лучше будет ваше состояние здоровья. Также это благоприятное время для решения текущих хозяйственно-бытовых вопросов. Можно запланировать покупку домашнего животного средних размеров типа котенка или щенка. Если у вас в доме уже есть домашние животные и растения, то уход за ними будет доставлять вам особое удовольствие. Хорошее время для перемен в карьере. Не следует бояться перемен.



**ДЕВА**

У Дев в течение всей этой недели может сложиться хорошее время для личной жизни. Прежде всего, это касается романтических отношений и супружеского союза. Это прекрасное время для развития романтических отношений, любви, творчества, хобби и любых занятий, которыми вы можете быть всерьез увлечены. В профессиональной деятельности все стабильно и предсказуемо. Если у вас есть дети, на этой неделе рекомендуется больше времени заниматься воспитанием детей. Вы откроете в себе педагогические таланты и добьетесь полного взаимопонимания с ребенком. А ребенок обязательно порадует вас своими успехами. Прекрасное время для урегулирования имущественных вопросов в семье.



**ВЕСЫ**

У Весов в течение всей этой недели может сложиться удачное время для борьбы с вредными привычками. Вы легко и без особых сложностей будете справляться с текущими делами. Этому будет способствовать высокий уровень работоспособности. Ваше физическое состояние позволит вам выдерживать длительные и интенсивные нагрузки. Воспользуйтесь этим временем, чтобы добиться полного взаимопонимания в семье, в отношениях с близкими родственниками, родителями. Если в вашей семье есть бабушки и дедушки, то можно обсуждать вопросы наследства – эта достаточно щепетильная и острая тема будет встречена с пониманием.



**СКОРПИОН**

У Скорпионов в течение всей этой недели может сложиться благоприятное время для общения, любви и творчества. Вам может казаться, что перед вами сейчас открываются широкие и радужные перспективы. И во многом это действительно так. Влюбленные будут переживать пору расцвета своих чувств. Вас ожидают любовные признания, подарки, отдых, развлечения и все то, что наполняет жизнь радостными впечатлениями. Можно посещать концертные и театральные залы, танцплощадки. Прекрасные дни для того, чтобы навести порядок в делах, и упорядочить свой образ жизни. Хорошо устраивать генеральную уборку в квартире, выбрасывая старый ненужный хлам.



**СТРЕЛЕЦ**

Стрельцам в течение всей этой недели удастся укрепить семейные отношения. Можно восстановить хорошие отношения с теми родственниками, с которыми ранее не было должного взаимопонимания. Прежде всего, это относится к родителям, братьям, сестрам. В целом отношения с окружающими людьми будут складываться доброжелательно, гармонично. Поэтому наверняка ваш дом могут посетить желанные гости, или вас самих пригласят в гости. Это благоприятное время для урегулирования материальных и хозяйственно-бытовых проблем. Денег в семейном бюджете прибавится, и вы сможете сделать крупные покупки.



**КОЗЕРОГ**

Козерогам в течение всей этой недели звезды советуют сосредоточить внимание на личном развитии. Это то редкое время, когда уместно проявить здоровый эгоизм и позаботиться о себе. Это хорошая неделя для избавления от ненужных и обременительных контактов с людьми, которые лишь досаждают вам и ни в чем не полезны для вас. В результате список контактов в мобильном телефоне может существенно уменьшиться. С вами останутся только те люди, которые не воруют ваше личное время, переключая на свои нужды ваши силы и время. Это благоприятный период для личного развития и творчества. Также звезды советуют держать руку на пульсе основных событий и новостей. Чем больше вы будете вовлечены в новостной информационный поток, тем успешнее будут решаться ваши дела.



**ВОДОЛЕЙ**

У Водолеев в течение всей этой недели может усилиться потребность в отдыхе, комфорте и уединении. Хорошо проводить это время в тихих местах, на природе, у воды в каком-нибудь санатории или на базе отдыха. Контакт с природой поможет вам восстановить силы и привести свое душевное состояние в равновесие. Также это хорошее время для медитации на воду или на огонь, чтения мантр, изучения йоги, цигуна и иных восточных духовных практик. Используйте это весьма продуктивное время для наращивания базы полезных деловых связей. Стабильные отношения в семье с близкими родственниками из числа старшего поколения позволят вам почувствовать себя намного надежнее, так, как будто обретете опору в жизни.



**РЫБЫ**

Рыбам в течение всей этой недели необходимо держать ситуацию под личным контролем. Прежде всего, это относится к общению с друзьями и родственниками. От этих людей вам может прийти помощь и поддержка. Также вы можете находиться в поиске новых впечатлений. И вы их найдете в поездках и в дружеском общении. Не отказывайтесь от счастливого случая отметить праздничное мероприятие в теплой дружеской компании, где все свои и где вы чувствуете себя легко и свободно. В конце недели может исполниться ваша заветная мечта. Например, вы можете встретиться или познакомиться с человеком, появления которого давно ждали. Также вы найдете ту информацию, которую давно искали.

**ПОСЛЕДНЯЯ КОЛОНКА**

**С этой тривиальной задачей, предназначенной для анализа развития детей, зачастую не справляются взрослые студенты**

В середине 20 века психологи Жан Пиаже и Бербель Инхелдер разработали тесты для исследования развития детей. В их числе было задание начертить уровень воды в наклонённой бутылке. Спустя некоторое время их коллега Фреда Ребельски обнаружила, что удивительно большое число её взрослых студентов не справляются с заданием, проводя вместо горизонтальной линию, параллельную дну наклонённой бутылки, причём процент заваливших тест девушек выше аналогичного процента у мужского пола. Этот феномен неоднократно воспроизводился в разные годы и разных вузах: например, в одном типовом исследовании задание с бутылкой не покорило 15% юношей и 32% девушек.

**В какой стране популярны телетрансляции движения поездов или огня в камине?**

В Норвегии популярен жанр так называемого медленного телевидения — многочасовые трансляции в реальном времени ничем не примечательных на первый взгляд событий, собирающие у экранов миллионы зрителей. Первой подобной передачей стала съёмка из окна машиниста поезда, который в 2009 году в течение семи часов следовал из Бергена в Осло, за ней последовали трансляции других путешествий поездов и кораблей. Помимо них норвежское телевидение выбирает для стримов самые разные сюжеты, например, огонь в камине, вязание свитера, ход часов и миграцию оленей.

**Насекомым поставили памятник в Австралии**

В 1920-х годах в отсутствие естественных врагов в Австралии сильно разрослись кактусы-опунции. Для борьбы с ними из Аргентины привезли бобочек-вредителей этих растений — кактусовых огнёвок. Когда ситуация удалось взять под контроль, фермеры штата Квинсленд поставили гусеницам кактусовых огнёвок памятник.

**КАДР ДНЯ**



**ТРИ ФАКТА НА ДЕСЕРТ**

- В древнем Египте главными вредителями полей считались не жуки и даже не саранча, а ... гиппопотамы.
- Через 5 миллиардов лет Солнце исчерпает запасы топлива и станет Красным Гигантом.
- В Карибском бассейне существуют устрицы, которые умеют лазать по деревьям.