



# Неделя

№ 42 (206)

27 октября 2016

## нашего города

14+

Официальное печатное издание МО «Кировск» • еженедельная общественно-политическая газета г. Кировска и п. Молодцово



**СЕВЕРНОМУ  
ДРУГУ — 85!**

стр. 2

**ДЕНЬ**  
**НАРОДНОГО**  
**4**  
**ЕДИНСТВА**

ноября  
**13.00**

**ДОМ КУЛЬТУРЫ**  
г. Кировск ул. Набережная д.27

**Праздничный концерт**  
**“Этот край - наш общий дом!”**

В программе:

- концерт творческих коллективов
- выставка декоративно-прикладного творчества и мастер-класс для детей и взрослых

**ВХОД СВОБОДНЫЙ**  
Ждем Вас всей семьей!



**Уважаемые жители  
г. Кировска!**

**Приглашаем  
всех желающих!**

**10 ноября 2016 г. в 18.30**

в конференц-зале администрации  
(2 этаж) состоится

**ЕЖЕГОДНЫЙ ОТЧЕТ  
УПРАВЛЯЮЩИХ  
КОМПАНИЙ  
ПЕРЕД ЖИТЕЛЯМИ.**

Администрация МО «Кировск»



**Получите ответы  
на интересующие  
вас вопросы!**



**ФЕСТИВАЛЬ  
КРЕПКИХ СЕМЕЙ**

стр. 3



**ЛИТЕРАТУРНАЯ  
ГОСТИНАЯ**

стр. 4

**Горячая линия Кадастровой палаты:  
государственный кадастровый учет объектов  
капитального строительства (ГКУ ОКС)**

1 ноября, во вторник состоится телефонная горячая линия «Вопросы кадастрового учёта объектов капитального строительства (ГКУ ОКС)». С вопросами по указанной теме, заявители смогут обратиться в филиал Кадастровой палаты Росреестра с 11:00 до 13:00 мск по телефону +7 (812) 384-10-86.

Кадастровый учёт объектов капитального строительства – это процедура внесения сведений об объекте недвижимости в государственный кадастр недвижимости (ГКН). В настоящее время сроки постановки на государственный кадастровый учёт объектов капитального строительства в филиале ФГБУ «ФКП Росреестра» по Ленинградской области сокращены до пяти рабочих дней.

В ходе телефонной консультации заявители могут задать вопросы о порядке проведения государственного кадастрового учёта объектов капитального строительства: сроках проведения государственного кадастрового учёта, необходимых документах и способах подачи заявлений. На вопросы граждан ответит начальник отдела ГКУ ОКС Юлия Михеева.

Кроме того, можно будет узнать:

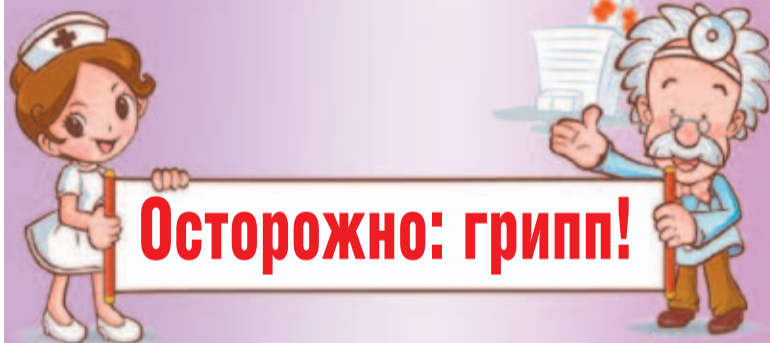
— каков порядок учёта изменений в сведениях об объекте капитального строительства (ОКС) в соответствии с Законом о кадастре;  
— как снять с учёта здание, сооружение, помещение либо объект незавершенного строительства;

— какое лицо вправе обратиться в Филиал с заявлением о постановке объекта недвижимости на кадастровый учёт, об учёте изменений или о снятии объекта с учёта.

Обращаем внимание заявителей, что тематические горячие линии проводятся в филиале ФГБУ «ФКП Росреестра» по Ленинградской области каждый первый понедельник месяца.

Телефон «горячей линии» +7 (812) 384-10-86.

Пресс-служба филиала ФГБУ «ФКП Росреестра»  
по Ленинградской области



**Уважаемые жители  
и гости города Кировска!**

Сообщаем Вам, что в выходные дни **29 и 30 октября 2016 года** в районе Кировского рынка будет работать передвижная медицинская амбулатория ГБУЗ ЛО «Кировская межрайонная больница».

**Квалифицированные и опытные  
медицинские сотрудники  
Кировской межрайонной больницы**

**БЕСПЛАТНО**  
будут проводить  
**ВАКЦИНАЦИЮ от ГРИППА  
ВСЕМ ЖЕЛАЮЩИМ**  
(включая детей).

**Часы работы врачебной амбулатории  
с 11:00 до 15:00.**

Администрация ГБУЗ ЛО «Кировская МБ»



**ДЕНЬ В ИСТОРИИ**

стр. 4



**КУБОК  
БАЛТИЙСКОГО  
МОРЯ**

стр. 5

**ПИШИТЕ!**  
nash\_kirovsk@mail.ru



**ЗВОНИТЕ!**  
23-325



**ПРИХОДИТЕ!**  
ул. Новая, 1, каб. 232



**ВСЕГДА НА САЙТЕ**  
www.kirovsklenobl.ru  
www.nngplus.ru



# Северному другу — 85!

Не секрет, что городов с названием Кировск существует несколько, они расположены как на территории нашей страны, так и в соседних государствах. Но из всех городов-тезок пока только с одним у нашего города сложились теплые и дружественные отношения — с Кировском Мурманской области.

Наши города схожи не только количеством проживающего населения, но и возрастом. В июне текущего года наш Кировск отпраздновал 85-летний юбилей, а в октябре такого же возраста достиг и северный собрат.

Несмотря на суровый климат, люди в Кировске с размахом отмечают юбилей родного города. Праздничные мероприятия проходят в течение всего октября: художественные и фотовыставки, посвященные Кировску, интеллектуальные и спортивные состязания для людей всех возрастов. А 28-29 октября состоятся основные народные гуляния.

Напомним, что соглашение о сотрудничестве и развитии партнерских отношений между нашими городами было подписано 4 июня 2011 года на празднике «Содружество».

Как город-побратим Кировск Ленинградской области от всей души поздравляет Кировск Мурманской области с юбилеем и искренне желает процветания и благополучия!

Город Кировск с подведомственной территорией находится в центре Кольского полуострова, в южной части Хибинского массива, на берегу озера Большой Вудъявр. На территории города по состоянию на 1 января 2010 года проживает 32 593 человека. Расстояние до Санкт-Петербурга составляет 1250 км.



Кировск обязан своим рождением богатствам Хибинских гор, где были обнаружены крупнейшие в мире апатит-нефелиновые месторождения. В 1921 году у подножия горы Кукисвумчорр были найдены первые образцы апатитовых руд. В конце 1929 года для разработки месторождений был организован трест «Апатит». В октябре 1931-го основан город Хибиногорск, а в 1934-м его переименовали в Кировск.

ОАО «Апатит», предприятие, давшее жизнь городу, — это

мощный производственный гигант, который входит в число ста крупнейших предприятий России. Доля налоговых отчислений в областной бюджет составляет 10% консолидированного бюджета Мурманской области. В составе ОАО «Апатит» четыре рудника, две обогатительные фабрики, железнодорожный и



автотранспортный цеха, вспомогательные подразделения. Основной вид выпускаемой продукции — апатитовый концентрат. Дополнительно ОАО «Апатит» производит нефелиновый концентрат, который используется для получения алюминия, калия, натрия, производства текстиля, фаянса, удобрения кислых почв; сфеновый концентрат, используемый для производства титановых белил и металлического титана.



Основные потребители продукции — российские и зарубежные суперфосфатные заводы.

Невысокие Хибины (до 1200 м) являются идеальными для горнолыжного спорта и туризма.

Туристическая инфраструктура Кировска включает четыре горнолыжных комплекса с различными

атр, сходить на концерт, поиграть в боулинг или бильярд, погреться в бане или сауне, провести вечер в ресторане или кафе. Кировские турфирмы помогают гостям в организации активного отдыха в виде экскурсий, снегоходных сафари, лыжных походов с проживанием в горах.

В зимнее время работает уникальный объект — экскурсионно-туристический центр «Снежная деревня». Расположенный у склона горы Кукисвумчорр экскурсионно-туристический центр в период новогодних праздников привлекает более 15 000 туристов. Проект стал одной из брендовых достопримечательностей Мурманской области. «Снежная деревня» представляет собой необычное сооружение с залами, коридорами, комнатами, галереями, мебелью и скульптурами — все это построено исключительно из снега и льда. «Снежная деревня» вошла в Книгу рекордов России как самое большое по площади закрытое целевое сооружение из снега.

У города существует удобный сайт для туристов [www.turmantourism.ru](http://www.turmantourism.ru), где подробно расписано, где можно разместиться и что посмотреть. Так что, если у вас появится желание посетить одноименный с нашим городом Кольского полуострова, не поленитесь заглянуть на этот информационный портал.

Николай Багаев  
По материалам официального туристического портала Мурманской области



## Совещание с управляющими компаниями

20 октября в администрации состоялось совещание с управляющими организациями города Кировска, на котором присутствовали сотрудники МКУ «Управление жилищно-коммунального хозяйства и обеспечения» и представители управляющих компаний.

На совещании управляющим организациям напомнили о необходимости заполнения информации по капитальному ремонту на сайте «РИАС ЖКХ», который является информационно-аналитической системой, в которую интегрируются данные из всех систем, а также напомнили о необходимости вычищения отмосток.

19 октября администрация МО «Кировск» проводила мониторинг качества горячего водоснабжения и в связи с этим поблагодарила все управляющие компании за участие и помощь. В процессе мониторинга был выявлен находящийся в ненадлежащем состоянии подвал дома №30 по Советской улице. Управляющей компании ООО «ЖилКом» было дано указание привести подвал в



порядок. О результатах мониторинга горячего водоснабжения будет сообщено дополнительно.

Также УК было сообщено, что на следующей неделе администрация проведет проверку на чистоту всех мусороприемников в многоквартирных домах.

Пресс-служба администрации  
МО «Кировск»

## Кто убирает наш город?

Множество вопросов возникает, особенно в зимнее время, касающихся уборки дворов и улиц. На территории муниципального образования «Кировск» за уборку отвечают МБУ «Благоустройство, обслуживание и содержание территории» (МБУ «БОСТ») и управляющие компании. Теперь следует разобраться, кто какие обязанности выполняет.

МБУ «БОСТ» занимается уборкой улиц города и домовых проездов, а также контролирует и координирует работу управляющих компаний, которые отвечают за качество уборки придомовой территории.

Вывозом мусора и уборкой на контейнерных площадках и вокруг мусорных контейнеров занимается МУП «Спецтранс г. Кировска».

Также в Кировске работает единая диспетчерская служба «05», куда жители могут позвонить и сообщить, к примеру, о неудовлетворительной уборке своего двора. По заявке администрация сможет проконтролировать работу по благоустройству и уборке.

Пресс-служба администрации МО «Кировск»

# Фестиваль крепких семей

Год семьи в Ленинградской области богат на события, где чувствуется семейная сплоченность. Чествования молодых семей и многолетних династий проходят во всех районах нашей области. Однако есть и мероприятия, где можно не только заявить о себе, но и укрепить семейные узы, расширить круг друзей и просто с пользой провести выходные. Таким событием стал Фестиваль трудовых династий «Где родился, там и пригодился», который проходил с 14 по 16 октября на базе ГБУ ЛО «Центр «Молодёжный».

В фестивале приняли участие семь семей из Кировского, Тихвинского, Кингисеппского, Киришского, Выборгского и Всеволожского районов. Кировский район представляла семья Вахреневых-Камаловых. Наталия Николаевна Вахренева работает директором «Центра информационных технологий» в городе Кировске. Вместе с мужем, дочерью, зятем и двумя

внуками она приехала на конкурс. Хотя, по словам самой Наталии Николаевны, конкурсом мероприятие назвать трудно, поскольку всё это время на базе царил душевная атмосфера без примеси конкуренции. Это скорее был фестиваль дружных семей или шумные посиделки, где каждый мог блеснуть талантом и повеселить родственников и друзей.

Семьям-командам предстояло сделать выступление-визитку, оформить стенд-презентацию своей семьи и ее увлечений, а также вживую продемонстрировать творческие номера в конкурсе «Семейные таланты». Запоминающихся моментов за эти три дня было немало! Один из них — кулинарный конкурс. Участникам дали задание приготовить коронное блюдо своей семьи. Каждый подошел к делу с душой. На столах было много выпечки, вторых блюд и даже особо заваренный чай и заливное из медвежатины. Правда, все эти кулинарные изыски участникам пришлось везти из дома, а затем выставлять на обозрение. Блюда оценивал настоящий шеф-повар, который и присудил семье Вахреневых-Камаловых I место в конкурсе



«Кулинарная книга». Они представили фаршированную щуку, оформленную как чудо-рыбу, проплывающую вдоль острова с пальмами. Самые младшие члены семьи готовили свое детское

меню, состоящее из банановых собачек и виноградных гусеничек.

Как отмечают члены команды Кировского района, свободного времени между этапами конкурса у них не было. Организаторы так спланировали все дни, что скучать никому не пришлось. Для участников мероприятия был организован мастер-класс «Создай сам» по декоративно-прикладному творчеству, а для самых маленьких обустроили игровую зону, где каждый смог найти занятие по интересам.

«Мы представляли Кировский район, но вовсе не означает, что мы считаем себя самой-самой лучшей семьей, — рассказывает Наталия Николаевна Вахренева. — Я знаю, что у нас множество выдающихся семей, гордящихся своей историей или своими достижениями в профессии. На конкурс могла бы попасть любая из них. Просто нашему району этот конкурс малоизвестен, хотя он проходит ежегодно. Но я рада, что мы

провели выходные в таком замечательном месте, в деревне Кошкино. Отдельно хочу отметить занятия с психологом и арт-терапевтом, которая устраивала тренинг по разным подходам к воспитанию детей. Кроме того мы семьей участвовали в спортивном квесте, где нужно было бегать по территории базы и выполнять разные задания. Это очень поднимает настроение! Мы действительно смогли отдохнуть всей семьей».

По итогам конкурсных дней семья Вахреневых-Камаловых из Кировского района заняла I место в фотовыставке «Такое кино», I место в конкурсе «Кулинарная книга» и II — в творческом конкурсе «Семейные таланты». Надеемся, что и в следующем году Кировский район будет представлен на фестивале семейных династий «Где родился, там и пригодился» еще одной достойной семьей. Желаем им успехов!

Лёля Таратынова



## Кировский муниципальный район подал заявку на партнерство для участия в Европейской неделе местной демократии

Кировский муниципальный район входит в Ассоциацию муниципальных образований и, соответственно, в Общероссийский конгресс муниципальных образований (ОКМО). В свою очередь, ОКМО находится в составе Конгресса местных и региональных властей Совета Европы (не путать с Европейским союзом), который ежегодно реализует проект «Европейская неделя местной демократии» (ЕНМД).

ЕНМД проходит во всех 47 странах Европы. Ее цель — привлечь внимание граждан к местной демократии, повысить их уровень знаний и участия в местной политике; поощрить выборных представителей в

расширении и углублении их диалога с гражданами для придания нового импульса мест-

ной демократии; содействовать роли Совета Европы и его Конгресса в укреплении местной

демократии и соблюдении прав человека в масштабах всей Европы.

Общероссийский конгресс муниципальных образований выступает главным координатором Европейской недели местного самоуправления на территории Российской Федерации, в субъектах Российской Федерации проведение Недели координируют советы муниципальных образований.

В 2016 году Европейская неделя местной демократии состоялась с 10 по 16 октября. Но в Российской Федерации эти даты устанавливаются так, как удобно местным органам власти, и дни ЕНМД могут быть перенесены на более подходящее время. В Кировском муниципальном районе Европейская неделя будет проходить с 24 октября и охватит более двадцати мероприятий по всему району.

Пресс-служба Кировского муниципального района Ленинградской области



# Литературная гостиная «Подвал «Бродячей собаки»

23 октября в Голубом зале Районного Дома культуры традиционно прошла литературная гостиная, посвященная поэзии Серебряного века.

Начало XX века связано со сменой эпох, поисками нового видения действительности, новых художественных средств и самовыражения. Поэты жили в это время весело, но не без-

заботно. Они были молоды и талантливы. Перед ними лежал весь мир. В канун наступления 1912 года в Санкт-Петербурге в доме №5 на Михайловской площади антрепренером Борисом Прониным было открыто артистическое кафе «Бродячая собака», где творческая интеллигенция нашла себе пристанище и создала приют нового искусства. Здесь говорили о творчестве, обсуждали новые веяния, устраивали представ-

ления, поэтические и музыкальные вечера.

Вот и в нашем РДК постарались создать что-то похожее. В этот вечер программа литературной гостиной состояла из поэтических произведений Серебряного века. Участники и создатели мероприятия погрузили зрителей в неопишную творческую атмосферу и смогли достучаться до каждого сердца. Огромное спасибо за это Ирине Кудряшовой, Елизавете

Костиной, Татьяне Александровой, Галине Топоровой, Любови Жаворонковой, Александру Котляренко и участникам театрального коллектива «Маска» — Анастасии Шуваевой, Валерию Шманцарю, Екатерине Шило, Богдану Старкову, Виктории и Арине Сотиним!

Благодарим и наших преданных, благодарных зрителей — друзей, родных и близких, старшее поколение, актив общественных формирований города Кировска и лично Татьяну Петровну Артемову! Снова ждем Вас на наших мероприятиях!

Екатерина Генералова



## Этот день в истории

**Газета «Неделя нашего города» продолжает познавательную рубрику «Этот день в истории», где мы расскажем вам о важных событиях и датах в жизни нашего родного города, России и мира в целом.**

**27 октября**  
В 1984 году введена в действие Байкало-Амурская магистраль (БАМ).



**28 октября**  
В 1892 году Эмиль Рейно представил «светящиеся пантомимы» — первые мультфильмы.



Эмиль Рейно — французский изобретатель, художник и популяризатор науки. В 1892 году он показал широкой публике несколько анимированных сюжетов, сеанс продолжался пятнадцать-двадцать минут. Все свои «фильмы» Рейно рисовал, раскрашивал и монтировал сам, нанося изображение на длинные ленты. Каждый сюжет состоял из нескольких сотен картинок. Рейно был первым, кто синхронизировал изображение и звук, а также применил некоторые приемы, ставшие основой технологии мультипликации, в том числе раздельное рисование персонажей и декораций.

**29 октября**  
День памяти сожженных немецко-фашистскими оккупантами деревень Ленинградской области.



На территории мемориала «Невский пяточок» находится памятник «Призрачная деревня», установленный в память обо всех сожженных деревнях Кировского района, в частности деревни Арбузово. С 2015 года памятник дополнен подсветкой, создающей особый трагический эффект в темное время суток. Деревня Арбузово в 1941 году в считанные часы была полностью уничтожена фашистами — все 58 дворов сгорели дотла.

**30 октября**  
В 1907 году русский физик Б. Розинг получил патент на «Способ электрической передачи изображений на расстояние», то есть телевидение.



Розинг изобрел первый электронный метод записи и воспроизведения изображения, используя систему электронной развертки (построчной передачи), то есть впервые «сформулировал» основной принцип устройства и работы современного телевидения. Б. Л. Розингу удалось в своей лаборатории добиться приема сконструированным им кинескопом изображений простейших фигур. Это была первая в мире телевизионная передача, ознаменовавшая начало эры телевидения.

**31 октября**  
В 1892 году Артур Конан Дойл опубликовал книгу «Приключения Шерлока Холмса».



«Скандал в Богемии», первый рассказ из серии «Приключения Шерлока Холмса», был напечатан в журнале Strand в 1891 году. Прототипом главного героя, ставшего вскоре легендарным сыщиком-консультантом, был Джозеф Белл, профессор Эдинбургского университета, славившийся способностью по мельчайшим деталям угадывать характер и прошлое человека. В течение двух лет Дойл создавал рассказ за рассказом. Необычайная популярность Шерлока Холмса и его верного спутника и биографа доктора Ватсона (Уотсона) постепенно переросла в отрасль новой мифологии, центром которой по сей день остается квартира в Лондоне на Бейкер-стрит, 221В. На момент написания «Собаки Баскервильей» в 1900 году Артур Конан Дойл был самым высокооплачиваемым автором в мировой литературе.

**1 ноября**  
В 1959 году в Ленинграде в особняке Державина на Английской набережной был открыт первый в СССР Дворец бракосочетания.



Особняк выполнен во флорентийском стиле и богато украшен лепным декором. Внутреннее убранство особняка не уступает великолепию его внешнего вида. К богато отделанным парадным комнатам на втором этаже ведет беломраморная лестница. По инициативе комсомольской молодежи было принято решение отмечать рождение новой семьи в торжественной обстановке. Для этого 1 ноября 1959 года впервые в стране в Ленинграде был открыт Дворец бракосочетания.

**2 ноября**  
В этот день 1950 году скончался ирландский писатель Джордж Бернард Шоу.



Выдающийся английский драматург и романист ирландского происхождения, лауреат Нобелевской премии в области литературы и один из наиболее известных ирландских литературных деятелей. Второй (после Шекспира) по популярности драматург в английском театре.

В номере от 6 октября 2016 года № 39 в материале «Воспоминания на всю жизнь. Мой учитель» была допущена неточность. Правильно читать Ольга Кротова, и.о. главы администрации МО «Кировск». Редакция газеты

4

<http://www.kirovsklenobl.ru>



## Фонды Президентской библиотеки стали доступнее

День 19 октября в гимназии был наполнен событиями. В образовательном учреждении традиционно отмечают День Дружбы и День рождения Царскосельского лицея. Однако основным поводом для приглашения почетных гостей, среди которых была и председатель Комитета образования Кировского муниципального района **Елена Афанасьевна Краснова**, было другое событие: в преддверии Международного дня школьных библиотек информационный центр гимназии открыл точку доступа к оцифрованным фондам Президентской библиотеки им. Б. Н. Ельцина.



Подобные проекты не редкость для гимназии. К примеру, три года назад школа успешно запустила проект «Русский музей. Виртуальный филиал». Развитие медиатехнологий и внедрение их в образовательный процесс по-

зволяет гимназии идти в ногу со временем и завоевывать внимание не только своих учеников, но и представителей других образовательных учреждений. Почетными гостями в день открытия доступа к фондам Президентской библиотеки им. Б. Н. Ельцина стали библиотекари всего Кировского района. Они с интересом знакомились с возможностями, которые предоставляет удаленный доступ к ценным архивам.

«Наша библиотека сейчас укомплектована достаточно современным оборудованием благодаря гранту, который мы получили, — сказала в своем выступлении директор гимназии **Марина Рафаиловна ГАНЕЕВА**. — Открытие электронного читального зала, я надеюсь, поможет нашим ученикам понять историю современного государства, разумно использовать фонды библиотеки в образовательных и воспитательных целях».

Во время всего торжественного мероприятия осуществлялась видеосвязь с сотрудником научно-образовательного отдела Президентской библиотеки Станиславом Леонидовичем Алексеевым. Он рассказал об образовательных и других проектах фондов Президентской библиотеки, о ресурсах и возможностях, которые получают гимназисты



вследствие такого сотрудничества двух учреждений. Все проекты библиотеки нацелены на популяризацию знаний и выявление у школьников склонностей к изучению того или иного предмета. Наиболее масштабным проектом является Всероссийская интернет-олимпиада школьников «Россия в электронном мире», которая проводится по трем предметам: истории, обществознанию и русскому языку. Жюри олимпиады состоит из авторитетных российских ученых и преподавателей. Победа в интернет-олимпиаде Президентской библиотеки дает дополнительные преимущества при поступлении в Российский педагогический университет им. А. И. Герцена.

Первым пользователем электронного читального

зала стал учитель истории и обществознания гимназии В. С. Ефимов. Он отметил, как важно иметь доступ к первоисточникам, особенно если человек занимается глубоким исследованием проблемы, будь то генеалогия или разбор исторических событий. В этой связи был упомянут и известный лицеист А. С. Пушкин, посвятивший немало времени работе с архивами при изучении Пугачевского восстания.

Мероприятие плавно перешло в чествование Царскосельского лицея и его воспитанников. Театральная студия «Берег» представила публике свою зарисовку на тему дружбы и братства на примере лицейской жизни Пушкина и его товарищей. Финальным штрихом выступления стало хоровое исполнение песни Булата Окуджавы, объединившее не только гимназистов на сцене, но и гостей в зале.

Лёля Таратынова



## Кубок Балтийского моря

Международный фестиваль боевых искусств «Кубок Балтийского моря» уже в 18-й раз удивляет зрителей своей программой. На площадке «Сибур Арена» за два дня свое мастерство показали более 700 спортсменов из четырех стран. Прошлогодние чемпионы мира, лидеры мирового рейтинга, сборная Ирана по тхэквондо выступили против хозяев соревнований — российской команды. Особую атмосферу мероприятия создали показательные выступления по ушу, каратэ, джиу-джитсу и особо популярному после Рио фехтованию.

Открывали фестиваль заместитель начальника ГУ МВД России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области, генерал-майор внутренней службы Иван Абакумов, генеральный консул Республики Корея в Санкт-Петербурге Ли Джин Хен и генеральный директор фестиваля Демид Момот.

Впервые в программе фестиваля было выступление команды Фонда помощи ветеранам спорта, силовых структур и членам их семей «Возрождение». Под эгидой фонда про-



ходят региональные и общероссийские соревнования по самбо, вольной борьбе, боксу, рукопашному бою.

Фонд «Возрождение» стал одним из организаторов фестиваля боевых искусств «Кубок Балтийского моря» наряду с другими общественными организациями и спортивными федерациями. Почетным гостем в президиуме был руководитель Кировского отделения региональной организации «Союз десантников» Ленинградской области Евгений Савенко: «Наша организация старается заниматься патриотическим воспитанием молодежи, поэтому нам интересно участие в подобных мероприятиях. Мы входим в структуру Фонда «Возрождение» и рады, что «Кубок Балтийского моря» не обошелся без показательных

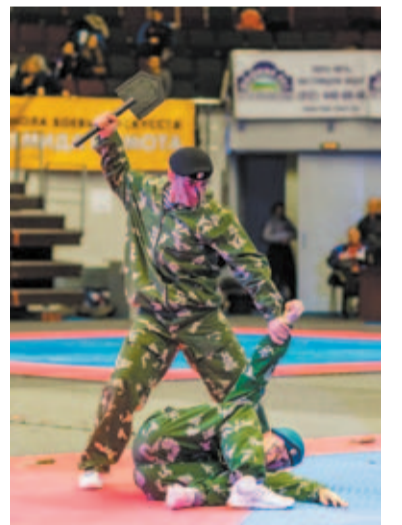
выступлений ветеранов спецподразделений. Совместно с ветеранами МВД мы приняли решение организовать в Кировске группу по тхэквондо и другими боевыми искусствами для старшеклассников, в качестве подготовки к призыву в спецподразделениях:



ВДВ, морскую пехоту, спецназ. Такая подготовка также может помочь при поступлении в Военную академию. Так что возможно когда-нибудь и наши воспитанники смогут побороться за кубки такого значимого турнира, как «Кубок Балтийского моря».

Почетными гостями фестиваля стали ветераны спорта, знаменитые спортсмены и тренеры, заслуженные ветераны ВДВ и войск специального назначения.

После парада участников начался конкурс показательных выступлений, в котором приняло участие 17 команд. Отдельную показательную программу по хапкидо представил грандмастер Хванг Ин Шик, знаменитый спарринг-партнер Брюса Ли, Джеки Чана и Чака Норриса по фильмам «Путь Дракона» и



«Молодой Мастер».

Президент Фонда помощи ветеранам спорта, силовых структур и членам их семей «Возрождение» Вячеслав Геннадьевич Громов выразил признательность организаторам фестиваля: «Эти ребята завтра станут гражданами нашей великой страны, ее защитниками. По своей сути, идеи фестиваля и деятельность нашего фонда очень похожи. Я горжусь возможностью участвовать в этом большом спортивном празднике. Особенно меня радует, что здесь объединяются представители разных единоборств, разных силовых структур и разных поколений».

Лёля Таратынова

ПИСЬМО В НОМЕР

# Соловки – Русская Голгофа

Окончание. Начало в № 41(205)

Первоначально Соловецкий лагерь включал в себя только лагерные отделения. Заключенные делились на четыре категории: уголовники, контрреволюционеры (казэры), политические и церковники. Уголовники и «казэры» были размещены в Соловецком кремле и пользовались относительной свободой передвижения по Большому Соловецкому острову. Политические содержались изолированно под строгой охраной в бывших монастырских скитах. Церковники (православные, католические клирики и миряне) содержались отдельно от «казэров» и уголовников без строгой изоляции. Высшему клиру предоставлялись отдельные кельи в Соловецком кремле.

Основное производство на Соловках: лесозаготовки, торфоразработки, дорожное строительство, сельское хозяйство, рыбная ловля, забой морского зверя, строительство участка Беломоро-Балтийского водного пути.

Положение политзаключенных и женщин было невыносимым.

Женщины содержались отдельно на Заяцком острове и работали в основном на добыче торфа, босьяком. Спали в сырой одежде по несколько человек на нарах, подвергались насилию, беременных отправляли в карцер до рождения ребенка.

Политзаключенные мужчины спали в монашеских кельях. В этих маленьких помещениях, рассчитанных на одного монаха, прямо на каменном полу размещалось до двадцати человек. Питание было плохое и зависело от категории заключенного. Люди умирали от цинги и тифа. В бессознательном состоянии их просто выбрасывали. В 1928-1929 годах от тифа умерло 8012 человек. В таких условиях нервы сдавали не только у заключенных, но и у охранников. Бывало, что кто-нибудь из них, озверев от вида измученных



людей и однообразной работы, выстраивал заключенных, и если ему не нравилось чье-то гордое лицо или наоборот чересчур замученный вид, расстреливал их. Такие смерти всегда можно было списать на попытку побега или болезнь. Когда заключенные устраивали бунты против охраны, применявшей оружие, или истощенные люди объявляли голодовку, это всегда заканчивалось одинаково — расстрелом. Единновременная численность заключенных на 1 января 1931 года составляла 72 тысячи человек. В конце 1920-х и начале 1930-х годов в Соловецком лагере несколько раз происходили массовые расстрелы заключенных. В 1937 году произошел еще один массовый расстрел, количество жертв которого до сих пор засекречено. В 1939 году оставшихся заключенных вывезли с островов в лагерь Карелии и в Норильлаг (Норильск).

Заключенными на островах были построены узкоколейка, электростанция, бараки, рыбный завод. Узкоколейка в 1943 году была разобрана, так как стране требовался металл.

После закрытия тюрьмы в 1939 году острова были переданы военным. С 1940 по 1957 год хозяином Соловков стал учебный отряд

Северного флота. Во время войны здесь готовили для ВМФ разных специалистов.

В 1942-1945 годах на Соловках была организована школа юнг, куда набирались мальчики крепкого здоровья допризывного возраста. За три выпуска школа подготовила 4000 специалистов: рулевых, сигнальщиков, мотористов, радистов, боцманов, акустиков, комендоров. Выпускники воевали на всех флотах и флотилиях. Награждены орденами, медалями. Среди них семь Героев СССР. Школу юнг окончил известный писатель Валентин Пикуль и наш питерский бас — народный артист СССР Б. Штоколов. На острове есть небольшая аллея, где выставлены портреты юнг разного возраста (фотографии, которые смогли разыскать работники музея) и общий памятник.

Есть на острове и музей СЛО-На. Посетив его, я и написала этот рассказ. В музее показывают немой фильм 1928-1929 годов. Идут будущие узники: женщины в шляпках с вуалью, мужчины в пенсне и с бородками. Ведь для прессы это — исправительно-трудовой лагерь. Чисто одетые рабочие стоят у станков, инженер или мастер что-то рассказывает, в другом цеху рабочие изготавливают кир-

пичи, шьют одежду, обувь. Однако, несмотря на подобные фильмы, весть о зверствах над рабочей силой все равно дошла до Запада, властям нужно было как-то оправдаться, и они командировали на Соловки самого популярного на Западе пролетарского писателя — А. М. Горького. Отчет удовлетворил всех...

А знаете, кто курировал СЛОНа и Беломорско-Балтийский канал? С. М. Киров, именем которого назван наш город. Конечно, он тоже ничего не знал о происходящем.

Такова биография Соловков. На маленьком пятячке острова стоят стелы и валуны, в центре — русским, слева — армянам, справа — украинцам и еще один впереди — всем политзаключенным. Памятник поставил «Мемориал». Наконец-то написано — русским. Ведь на Левашовском кладбище нет памятника русским и на Невском пятячке нет. Получается, что русскую землю защищали все, кроме самих русских...

Создан на Соловках также музей Морского флота — в заброшенном амбаре, где идет строительство копии шхуны, на которой причалил Петр I. Длина той шхуны составляла шестнадцать метров, но мастер строит ее четырнадцатиметровой — по длине амбара, правда, используя те же инструменты, которыми работали во времена Петра.

Соловки посещали многие политические, церковные и культурные деятели. Побывал здесь и бывший мэр Москвы Ю. М. Лужков. По приезде в Москву он приказал демонтировать памятник Дзержинскому, на его месте, на Лубянской площади, сейчас стоит Соловецкий камень. Работники музея сами разыскивали камни и помогали в их транспортировке: один в Москву, другой в Санкт-Петербург (находится на Троицкой площади) и третий в Архангельск.

Бывали здесь Патриарх Алексей и Патриарх Кирилл. Патриарх Кирилл прилетел 27 августа — в день

отъезда нашей группы. Эскорта никакого не было. Соловки он посещает уже несколько лет, здесь в СЛОНе сидел его дядя. Эти слова «Соловки — Русская Голгофа» принадлежат ему. Свой прилет он объясняет не служебной командировкой, а паломничеством, желанием отслужить молебен.

Кстати, были паломники из Сыктывкара, школьники из Архангельска — трудились на уборке дорог. Заработанные ими деньги перечислят в их школу.

Идет реставрация Соловецкого монастыря. Зима долгая, поэтому торопятся. Реликвии все изготавливаются в Архангельске.

Сейчас на острове проживает 900 человек (300 детей, 300 пенсионеров и 300 взрослых). Грибы никто не собирает — до материка на продажу не довезти. Рыбу тоже никто не ловит — в лихие 1990-е рыбный завод разорили, а корабли раскупили или угнали. В одном здании располагаются и администрация, и полиция, и почта, и аптека, и больница. Живут буквально на три койки, но не жалуются. Мальчишки бегают с вымазанными черникой ртами, предлагают купить ягод. Видела два стада коров, козы, лошади пасутся.

Здесь все интересно: единственный на Севере Ботанический сад, каналы... Можно взять напрокат велосипед и объехать весь остров, а если повезет с гидом — совершить интересные экскурсии. Тогда впечатления от пребывания здесь станут незабываемыми.

Закончить статью, которую я посвящаю всем политзаключенным, хочется на мажорной ноте. И повод для этого есть: мощи первооткрывателей и основателей Соловецкой обители — Германа, Зосима, Савватия и Филиппа — снова в обители. Празднование второго их перенесения отмечается 9 (22) августа — этот праздник называется Собором Соловецких святых.

С. Г. Камышева

## В «Саду памяти» распустились живые цветы

30 октября в Ленинградской области установят закладной камень памятника погибшим в авиакатастрофе над Синаем.

Губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко вместе с родственниками погибших в авиакатастрофе примет участие в траурно-торжественной церемонии закладки мемориала

«Сад памяти», которая состоится во Всеволожске накануне первой годовщины трагедии.

Сегодня в Доме правительства региона Александр Дрозденко вручил награды и благодарственные письма победителям и нескольким участникам открытого конкурса по выбору облика монумента, который проходил этим летом. Победивший проект — «Сад памяти» — представляет собой коридор из плит и металлоконструкций, на которых



начертаны имена всех погибших в авиакатастрофе, и элементов ландшафтного дизайна. Благодаря системе освещения памятник будет виден проезжающим по Дороге жизни и в темное время суток.

«У меня нет сомнений, что создание памятника будет завершено к следующей годовщине катастрофы — для этого выделены все необходимые средства, — сказал Александр Дрозденко. — Мы хотим, чтобы

память о погибших была увековечена не только в камне, поэтому выбран именно этот проект, в котором вокруг памятника должны быть высажены цветы и деревья».

30 октября во Всеволожске состоится панихида по погибшим, закладка камня и траурный митинг.

Пресс-служба губернатора и правительства Ленинградской области

### СПРАВКА

Конкурс на лучший памятник жертвам авиакатастрофы над Синаем был объявлен в конце июня. 5 августа завершился прием работ, а в начале сентября подведены итоги. Победителем стал проект мемориала «Сад памяти», разработанный коллективом студентов Санкт-Петербургского государственного архитектурно-строительного университета (СПбГАСУ).

Всего поступило 28 проектов скульпторов и архитекторов из Москвы, Санкт-Петербурга, Екатеринбурга, Перми, Челябинска, Ульяновска, Воронежа, Самары. Работы представлены как опытными авторами, так и студентами Санкт-Петербургского государственного архитектурно-строительного университета, Московского архитектурного института.

\*\*\*

В результате крушения над Синаем полустором 31 октября 2015 года самолета А321 «Когальмавиа», летевшего из египетского Шарм-эш-Шейха в Санкт-Петербург, погибли все 224 человека, находившихся на борту. В их числе было 48 жителей Ленинградской области.



## Какие наши годы?..

Старость принято считать началом конца... В понимании многих, быть пенсионером — это сидеть на лавочке, жаловаться на здоровье и обсуждать молодых. Но есть люди, которые не хотят стареть «как все», они активны во всех смыслах, строят «наполеоновские» планы и, главное, реализуют их. Кировская центральная библиотека предлагает вам обзор газетных публикаций о таких неунывающих людях «третьего возраста».

Жительницы Ульяновска, например, объединились в Клуб деловых старух. Его придумали психолог, инженер и зав. театральным отделом одной из школ искусств. «Сообразили на троих», когда поняли: стареть, как все, не хочется. С помощью тренингов учатся держать лицо: борются с агрессивностью, плаксивостью, учатся сохранять чувство собственного достоинства в любых ситуациях. А еще — изучают компьютерную грамотность и занимаются волонтерской работой. Их девиз — «Мы хотим нормально жить, оставаясь нужными и интересными другим. А прежде всего — самим себе». Как это у них получается, узнаете, прочитав статью Сергея Пустовойтова «Клуб деловых старух» в газете «Собеседник» (№1, 2014. С. 19.)

С выходом на пенсию появляется больше свободного времени на увлечения. Осталось только выбрать полезное хобби.

Думаете, компьютерные игры лишь портят зрение? А вот и нет! Определенные игрушки могут сослужить хорошую службу мозгу. Самыми полезными ученые признали «стрелялки» и так называемые «аркады», когда игрок должен попасть в цель, управлять героем или автомобилем при помощи стрелок на клавиатуре или водить пальцем по сенсорному экрану, а не джойстиком. Игры такого типа улучшают внимание к деталям, развивают воображение. А что развивают и улучшают рисование, готовка, вязание, пение, есть возможность узнать, познакомившись со статьей Ольги Тумановой «Дело по душе: чем заняться на пенсии» в газете «АиФ/Здоровье» (№36, 2016. С. 17).

Считается, что пожилые люди и Интернет — понятия несовместимые. Однако, опыт тех, кто вовлек своих немолодых родителей в это занятие, свидетельствует: общение с компьютером благотворно отражается на их здоровье. Освоение новых возможностей — отличное упражнение для интеллекта, который после выхода на пенсию может существенно снижаться. Согласно ряду исследований освоение компьютера после 50-ти лет заставляет клетки мозга активно работать. Это предотвращает возрастное ухудшение памяти, способствует снижению скорости мышления. А уж найти полузабытую книгу, посмотреть фильм, оплатить квартплату, записаться к врачу, пообщаться с родными и друзьями — осязаемое подспорье в дни непогоды или плохого самочувствия. Об этом и о много другом можно прочесть в статье Татьяны Мининой «Компьютер для бабушки: для чего Интернет пенсионеру» («АиФ/Здоровье», №24, 2016. С. 16).

Кстати, к сведению читателей! В Кировской центральной библиотеке работает Школа компьютерной грамотности для

лиц с 60 лет. Записаться можно по телефону: 22-206.

В последние сто лет люди стали жить гораздо дольше. По данным Всемирного банка на 2013 год, продолжительность жизни среднестатистического россиянина — 71,07 года. Уровень медицины позволяет современному человеку без особых проблем дожить до 80 и даже до 100 лет. Но поднять верхнюю границу выше 120 лет не удается. Что же делать? Об этом рассказывает статья Ярослава Коробогатова «Природа отмерила человеку 125 лет жизни» («Комсомольская правда», №42-т, 2016. С. 18).

Могут ли книги влиять на долголетие? Оказывается, да! Ученые Йельского университета провели исследование: в течение двенадцати лет следили за людьми зрелого возраста (от 50 и старше), чтобы установить связь между чтением и долголетием. В исследовании приняло участие 3600 человек. Итог такой: книголюбы живут дольше нечитающих. Примером может служить Д. С. Лихачев, который прожил до 92-х лет. Это был человек, который колоссально много читал. Когда мозг тренируется — это положительно влияет на весь организм. Человек, смотрящий телевизор, видит готовую картинку. Человек, читающий книгу, продолжает делать выводы — слово обладает логикой и развитием. Это позволяет мыслить во время чтения, что является тренировкой. О связи долголетия с чтением размышляют доцент кафедры нейро- и патопсихологии факультета психологии МГУ И. Плужников, геронтолог А. Москалев и писатель Е. Водолазкин. С их размышлениями вы познакомитесь, прочитав статью Егора Арефьева «Ученые установили: чтение продлевает жизнь» («Комсомольская правда», №33-т, 2016. С. 45).

Французский писатель А. Моруа зна-

ком российским читателям прежде всего по «Письмам незнакомке» и «Литературным портретам». Он прожил долгую творческую жизнь (1885-1967) и считается мастером романтического жанра. В книге «Искусство жить», не переведенной на русский язык, Моруа размышляет о любви, дружбе, браке, счастье и старости. Предлагаем вам некоторые выдержки из книги А. Моруа, в переводе И. Курдюмовой, опубликованные в «Российской газете» (№46, 2016. С. 34-35).

«Старость — это гораздо больше, чем седые волосы, морщины и мысли о том, что игра сыграна. Настоящее зло в старости — это не слабость тела, а безразличие души».

«Старость — это тиран, который запрещает удовольствия юности, грозя наказанием смерти».

«Привязанность пожилых людей к внукам часто заполняет их жизнь. Мы радуемся их радостям, страдаем, когда они страдают, любим, когда они любят, и принимаем участие в их борьбе. Как мы можем чувствовать себя выжившими из игры, если они играют в нее вместо нас. Бабушки и дедушки часто находят общий язык с внуками быстрее, чем с детьми. Даже физически они ближе к внукам. Они не могут бегать с сыном, но могут с внуком. Наши первые и последние шаги имеют одинаковый ритм».

«Искусство стареть — это вести себя так, чтобы быть для следующих поколений опорой, а не камнем преткновения, доверенным лицом, а не соперником».

Со всеми указанными статьями вы можете познакомиться в читальном зале Кировской центральной библиотеки по адресу: г. Кировск, Набережная ул., 1-5. Мы ждем вас!

М. Слугина,  
гл. библиограф



### КИРОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ПРОКУРАТУРА ИНФОРМИРУЕТ

#### Продолжается осуществление контроля за соблюдением трудового законодательства в части выплаты заработной платы

Надзорными мероприятиями установлено, что работнику ООО «Металлострой» в установленный законом срок не произведен окончательный расчет при увольнении.

Генеральный директор ООО «Металлострой» А. Г. Занько при даче объяснений в ходе прокурорской проверки сообщил, что пояснить причины задержки расчета с А. В. Беловым не может. Факт задержки при производстве расчета им не оспаривался, доказательств обратного не представлено.

По данному факту Кировским городским прокурором 5 октября 2016 года вынесено постановление о возбуждении производства об административном правонарушении, предусмотренном ч. 6 ст. 5.27

КоАП РФ в отношении генерального директора ООО «Металлострой» А. Г. Занько, которое находится на рассмотрении в Государственной инспекции труда Ленинградской области.

Также на имя генерального директора ООО «Металлострой» внесено представление об устранении нарушений, которое находится на рассмотрении.

После вмешательства прокуратуры с работником произведен окончательный расчет, заработная плата выплачена в полном объеме, права работника восстановлены.

Л. В. Красникова, помощник  
Кировского городского прокурора,  
юрист 3-го класса

#### Проведена проверка подготовки к отопительному сезону 2016-2017 гг. жилищного фонда и объектов коммунальной инфраструктуры на территории Кировского муниципального района

Проверкой установлено, что должностные лица администрации МО «Город Отрадное», МО «Шлиссельбургское городское поселение» и МО «Шумское сельское поселение» нарушили требования постановления Правительства Ленинградской области от 19.06.2008 №177 «Об утверждении Правил подготовки и проведения отопительного сезона в Ленинградской области» и не представили паспорта готовности к отопительному

периоду многоквартирных жилых домов в Комитет государственного жилищного надзора и контроля Ленинградской области в срок не позднее 20 сентября 2016 года.

По данному факту в адрес глав указанных муниципальных образований внесены представления, которые находятся на рассмотрении.

Л. В. Красникова, помощник  
Кировского городского прокурора,  
юрист 3-го класса

#### Проведена проверка в сфере жилищно-коммунального хозяйства

В ходе проверки 12 октября 2016 года произведен осмотр канализационных колодцев, расположенных на территории около домов №3 и №5 по улице Староладожский канал г. Шлиссельбурга Ленинградской области. Установлено, что выпускной трубы не видно, канализационные колодцы не очищены и затоплены сточными водами. Видны следы излития сточных вод на поверхность.

По данному факту в адрес МУП «Водоканал Шлиссельбур-

га» 14 октября внесено представление, которое находится на рассмотрении.

В настоящее время МУП «Водоканал Шлиссельбурга» выполняет работы по ремонту самостного коллектора от КК-95 у дома №3 по улице Староладожский канал до КК-1 у КНС-7 по адресу: Октябрьская ул., 8а.

Л. В. Красникова,  
помощник Кировского  
городского прокурора, юрист  
3-го класса

#### Приняты меры реагирования по результатам проверок органов местного самоуправления

Кировской городской прокуратурой проведены проверки органов местного самоуправления по вопросу исполнения законодательства о государственной и муниципальной собственности. Установлено, что в нарушение требований Федерального закона от 08.11.2007 №257-ФЗ «Об автомобильных дорогах и о дорожной деятельности в Российской Федерации и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» оценка технического состояния автомобильных дорог в отношении использования местного значения, расположенных на территории

Синявинского, Приладожского, Шлиссельбургского, Павловского, Назиевского городских поселений, а также Шумского сельского поселения, не проводится в порядке и в сроки, установленные приказом Минтранса РФ от 27.08.2009 №150.

По результатам проверок в адрес глав указанных поселений внесены представления об устранении нарушений закона. Акты прокурорского реагирования находятся на рассмотрении.

М. В. Синева,  
старший помощник  
Кировского городского  
прокурора, младший  
советник юстиции

#### Переход на новые кассы!

Информационные технологии дошли и до кассовой техники. Раньше мы и представить себе не могли, что кассовый чек может быть отправлен нам на телефон. Вступление в силу Федерального закона от 03.07.2016 № 290-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон от 22.05.2003 № 54-ФЗ «О применении контрольно-кассовой техники при осуществлении наличных денежных расчетов и (или) расчетов с использованием платежных карт» предусматривает изменение порядка применения кассовой техники.

Что это значит? Все организации и предприниматели скоро будут осуществлять денежные расчеты только с применением новой кассовой техники, даже бланки строгой отчетности канут в Лету, как и товарные чеки.

Что нового? Каждый кассовый чек, пробитый по кассе, будет незамедлительно передаваться на сервер налоговой Инспекции. Готовится единый реестр кассовой техники, которая будет работать по вай-фай системе. Если касса, которой пользуется налогоплательщик не будет модернизироваться, то ему придется снять ее с учета и поставить новую кассу. Если же касса будет подлежать модернизации, то налогоплательщик покупает комплект модернизации и регистрирует ее в налоговом органе. Причем это можно будет сделать дистанционно (не посещая инспекцию) через личный кабинет на сайте ФНС России (www.nalog.ru).

В какой срок? С 1 февраля 2017 года до 1 июля 2017 года плавно и поэтапно необходимо «поменять» старые кассы на новые или модернизировать их. Для ЕНВДэшников срок продлен до 1 июля 2018 года.

Почему сейчас? Для минимизации затрат необходимо начать процедуру снятия ККТ старого образца с регистрационного учета уже сейчас в порядке, действующем до вступления в силу Федерального закона.

МИФНС России №2 по Ленинградской области

## Прием граждан по личным вопросам

В общественной приемной администрации Кировского муниципального района Ленинградской области по адресу: г. Кировск, ул. Новая, д.1, 1-й этаж, Центр муниципальных услуг, проведут прием граждан по личным вопросам:



31 октября –  
Глава МО «Кировск»  
**Лашков Максим Владимирович** с 14 до 16 часов (каб. 245).



31 октября –  
депутат МО «Кировск»  
**Тараканов Сергей Николаевич** (округ №17) с 16 до 18 часов (каб. 244).



3 ноября –  
депутат МО «Кировск»  
**Козлов Андрей Анатольевич** (округ №15) с 10 до 12 часов.

Уважаемые кировчане, если у вас есть вопросы или предложения по работе депутатов в вашем округе, записывайтесь и приходите на прием к вашему депутату!

**Справки по телефону 8 (813 62) 29 343, 23 814**

# Спорт в холодное время года



Окончание. Начало в № 41(205)

## Зальные виды спорта

Если не хочется дольше пятнадцати минут находиться на промозглых кировских улицах, то всегда есть возможность тренироваться в тепле, правда за это придется доплатить.

Учреждения города Кировска предлагают разнообразные спортивные занятия для взрослых, начиная от танцев и групповых силовых тренировок для женщин и заканчивая тренажерным залом и арендой игровых залов или зала для бокса. А что вам ближе

— играть в волейбол с друзьями или тягать железо — решайте сами. Хорошим внесезонным занятием можно назвать плавание. Только не рассчитывайте, что оно решит все ваши проблемы за один раз. Плавание рекомендовано при проблемах со спиной, занятия в воде (акваэробика) подойдут тем, у кого проблемы с суставами.

## Прыжки на скакалке

Если у вас нет желания или возможности платить за посещение спортзала, то вам подойдет домашний аналог спортивных занятий. Прыжки на скакалке прорабатывают множе-

ство мышц, которые обычно не нагружены. После пятнадцатиминутных упражнений со скакалкой, даже у людей, которые регулярно занимаются спортом, будут болеть мышцы. Это также отличная кардиотренировка для людей всех возрастов. Если мучает одышка, то тренировки со скакалкой действительно вам помогут. Скакалка, что очень важно для женщин, поможет убрать целлюлит, поскольку способствует встряске проблемных зон и действует как массаж с эффектом лимфодренажа. Такая «встряска» избавляет от отеков, выводит токсины, уменьшает жир в проблемных местах и является хорошей профилактикой варикоза. Когда мы прыгаем, укрепляются мышцы ягодиц и бедер. Еще одна польза от скакалки — похудение. Прыжки сжигают большое количество энергии за короткое время — примерно 700 калорий в час, а кроме того хорошо разогревают тело, поэтому многие спортсмены прыгают на скакалке перед выполнением других упражнений.

Таковы лишь некоторые возможности, имеющиеся у заинтересованного человека. А еще хорошо, когда такой человек не один. Вам будет значительно легче начать тренировки, если вы найдете единомышленника в своем кругу или знающего спортсмена, готового помогать вам в благородном стремлении привести свое тело в тонус. Если же рывок в сторону здорового образа жизни дается вам с большим трудом, то хотя бы для начала заведите несколько здоровых привычек. Поднимайтесь на свой этаж пешком, а лучше пройдите по лестнице от начала до конца несколько раз. Начните делать элементарные упражнения с раннего утра — зарядитесь энергией на день. И помните, диван еще никого не сделал здоровее и счастливее!

Оксана Горская

## ЦЕРКОВЬ УВЕКНОВЕНИЯ ГЛАВЫ ИОАННА ПРЕДТЕЧИ

**1 - 6 ноября**

**1 ноября** Вторник 20-ой седмицы по Пятидесятнице. Молебен с акафистом Иоанну Предтечи - 10ч.

**3 ноября** Четверг 20-ой седмицы по Пятидесятнице. Всенощное, Исповедь - 17ч.

**4 ноября** Пятница 20-ой седмицы по Пятидесятнице. Празднование Казанской иконе Божией Матери. Исповедь - 9ч. Часы - 9:40. Литургия - 10ч.

**5 ноября** Дмитриевская родительская суббота. Поминовение усопших воинов. Исповедь - 9ч. Часы - 9:40. Литургия - 10ч. Всенощное, Исповедь - 17ч.

**6 ноября** Неделя 20-я по Пятидесятнице. Иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость». Исповедь - 9ч. Часы - 9:40. Литургия - 10ч. Водосвятный Молебен с акафистом Пресвятой Богородице Неупиваемая чаша - 14ч.



Исповедь - 9ч. Часы - 9:40. Литургия - 10ч. Водосвятный Молебен с акафистом Пресвятой Богородице Неупиваемая чаша - 14ч.

**Дорогие братья и сестры!**  
Храм открыт ежедневно с 10:00 до 17:00.  
Тел: 8 (813-62) 28-198, или 8-953-141-63-38

## РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «НЕДЕЛЯ НАШЕГО ГОРОДА» – ЭТО АКТУАЛЬНО!

**Тарифы газеты «Неделя нашего города» 1 кв.см. – 15 рублей.**

Реклама в газете более эффективный способ достичь желаемого результата, чем обычная расклейка объявлений. Доверьте работу по распространению информации нам!

**По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 8-904-332-42-23**

## РЕКЛАМА

**Продаётся ЗИМНИЙ ДОМ 6х6 на 6 сотках в садоводстве Грибное. Дом 2013 года постройки. Все удобства. ЦЕНА: 2 400 000 р. Тел. 8-904-55-333-55 Полина**

**ДОМ КУЛЬТУРЫ** г. Кировск Театральная пл.,

**29** в 19.00  
**ОКТАБРЯ**  
сольный концерт  
**ЕФИМ ШИФРИН**

**4** в 12.00  
**ДЕКАБРЯ**  
**ФИНИСТ ЯСНЫЙ СОКОЛ**  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ДЕТСКИЙ ДРАМАТИЧЕСКИЙ ТЕАТР У НАРВСКИХ ВОРОТ

**9** в 19.30  
**ДЕКАБРЯ**  
Клод Манье перевод Светланы Володиной  
**«Прелести французской измены»** или «Кто последний за любовью!»

ТЕЛЕФОН КАССЫ: (81362) 995-74, 992-44