



# Рядом с Вами

газета

КОЛПИНО, МЕТАЛЛОСТРОЙ, ПОНТОННЫЙ, ТОСНО, ТЕЛЬМАНА

ВЫХОДИТ ПО ПЯТНИЦАМ. ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ СТАРШЕ 12 ЛЕТ



**Всегда сезонная распродажа**

Сеть обувных магазинов

**Fast Step**

**ПОСТУПЛЕНИЕ НОВОЙ ЗИМНЕЙ КОЛЛЕКЦИИ**

Колпино, угол ул. Ремизова и Тверской (напротив магазина «О'Кей»)

СТУДИЯ ПОТОЛКОВ **Altezza**

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

**МНОГОУРОВНЕВЫЕ ТКАНЕВЫЕ ФОТОПЕЧАТЬ** СКИДКИ ДО 20%

946-26-70, 645-70-95

WWW.POTOLOK-ALTEZZA.RU

**МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ, АРКИ АНТРЕСОЛИ, ШКАФЫ-КУПЕ от производителя**

ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОЛНОЙ УСТАНОВКИ!

vk.com/club51546931

- ✕ Опыт работы 20 лет!
- ▶ Выезд на консультацию и замер бесплатно!
- ▣ Установка ваших дверей

Звоните, отвечу на все вопросы напрямую 8 (904) 516-66-01, 8 (921) 658-41-07, Игорь

**РЕМОНТ КВАРТИР**

**ПОТОЛКИ ОКНА ДВЕРИ**

Лучшие цены в городе!

ПРИ ЗАКАЗЕ РЕМОНТА «ПОД КЛЮЧ» - ДВЕРИ В ПОДАРОК!

Колпино, ул. Оборонная, д.1, ТРК «Лента», 2 эт., секция 2С.

981-25-50 8-921-343-59-88

**Шляпная мастерская в Колпино**

по пошиву и ремонту головных уборов и аксессуаров

Колпино, ул. Труда, 15/5

vashashlyarka

8-952-667-87-57

**ВЫКУП АВТО**

АВАРИЙНЫЕ, ЦЕЛЫЕ, КРЕДИТНЫЕ

+7-911-956-46-06

**000 «РестИнтернэшнл» приглашает на работу (склад) в ГП ФЕДОРОВСКОЕ ТОСНЕНСКОГО РАЙОНА, ул. Средняя:**

- **СБОРЩИКА** зарплатная плата от 70 000 до 80 000 руб.
- **ГРУЗЧИКА** зарплатная плата от 70 000 до 80 000 руб.
- **ВОДИТЕЛЯ ШТАБЕЛЕРА** зарплатная плата от 60 000 руб.
- **КЛАДОВЩИКА** зарплатная плата от 90 000 руб., о/р кладовщиком от 3-х лет
- **ЗАМЕСТИТЕЛЯ НАЧАЛЬНИКА СКЛАДА** зарплатная плата от 100 000 руб., о/р в аналогичной должности

Официальное оформление по ТК РФ, белая з/п 2 раза в месяц.

КОНТАКТНОЕ ЛИЦО: Сергей Александрович, тел. +7 (905) 203-64-99

WWW.KEYLA.RU

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ЗА 2 ДНЯ

467-457-7

**ПОТОЛКИ**

- ✓ Гарантия 12 лет
- ✓ Светильники БЕСПЛАТНО! подробности у менеджера
- ✓ Вызов замерщика с образцами бесплатный

**СТОИМОСТЬ РАБОТ И МАТЕРИАЛОВ:**

11 м² = 7500 руб. («под ключ»)  
15 м² = 10 500 руб. («под ключ»)  
18 м² = 12 500 руб. («под ключ»)

(белый матовый, люстра, труба, лента)

Приглашаем к сотрудничеству торговые организации, производителей отделочных работ.

**НЕТ СТАБИЛЬНОСТИ?.. СПОСОБЕН НА БОЛЬШЕЕ? – ЕСТЬ ПРЕДЛОЖЕНИЕ!**

**ВОДИТЕЛЬ ЭЛ. ШТАБЕЛЕРА • КЛАДОВЩИК ОТБОРА**

BELOGISTIC логистическая компания **Би Лоджистик**

- ОБЕСПЕЧИМ СПЕЦОДЕЖДОЙ
- БЕСПЛАТНЫМ МЕДОСМОТРОМ
- ЗАРПЛАТА НА БАНКОВСКУЮ КАРТУ
- ДОСТАВИМ ДО РАБОТЫ И ДОМОЙ

**ВНИМАНИЕ! МЕСТА ОГРАНИЧЕНЫ, ЗВОНИТЕ!**

**640-75-35, 8-981-141-14-03**

**МОСКОВСКОЕ ШОССЕ, Д. 19, КОРП. 3**

**ЭЛЕКТРОКОРПУС** Компания «ПК ЭЛЕКТРОКОРПУС» (производственная компания полного цикла, специализирующаяся на изготовлении металлических корпусов и электротехнических изделий)

**ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:**

- **РАЗНОРАБОЧЕГО (СЛЕСАРЯ-СБОРЩИКА)** ... з/п от 55 000 руб.
- **СВАРЩИКА** ... з/п от 75 000 руб.
- **МАЛЯРА ПОРОШКОВОЙ ПОКРАСКИ** ... з/п от 65 000 руб.
- **ГИБЩИКА** ... з/п от 70 000 руб.

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

- Работу в Колпино
- Оформление по ТК РФ
- Своевременную оплату труда (2 раза в месяц)

ТЕЛЕФОН: 8-921-447-10-29

**ПИВОРАМА** ИЩЕШЬ РАБОТУ? А НАМ ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ!

с большой душой

- **МОЙЩИК(ЦА)** з/п от 40 000 руб.
- **ХОСТЕС** з/п 30 000 руб.
- **ПОВАР** з/п от 60 000 руб.
- **КУРЬЕР** з/п 2500 руб./смена

905-88-34 www.pivorama.ru sn@pivorama.ru vk.com/pivorama\_kolpino

## В ЭТОМ НОМЕРЕ

- Пора уже начать: как подняться с дивана и заняться спортом? ..... 4
- Убираем плесень на стенах в квартире: народные средства и эффективная химия ..... 10
- Недвижимость и частные объявления ..... 11
- Вещи, на которые ребёнок имеет право с рождения ..... 12
- Детский уголок ..... 13
- Анонс мероприятий в Колпинском и Тосненском районах ..... 14
- Астрологический прогноз на неделю ..... 15

### РОСПОТРЕБНАДЗОР ЗАПУСТИЛ ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ

Управление Роспотребнадзора по Петербургу с 27 ноября запустило горячую линию по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции. Она работает по 5 декабря в рамках акции «Стоп ВИЧ/СПИД».

Получить консультацию можно по телефону единого консультационного центра Роспотребнадзора 8-800-555-49-43, звонок бесплатный.

Кроме того, на вопросы горожан готовы ответить в региональном управлении ведомства — (812) 764-02-48, а также специалисты центра гигиены и эпидемиологии в Петербурге и Ленобласти — (812) 213-67-14 (доб. 1172, 1173, 1177).

Отмечается, что звонки принимают с 09:00 до 12:00 и с 13:00 до 17:00.

### ПЛАТУ ЗА ДЕТСКИЙ САД НЕ СТАНУТ ПОДНИМАТЬ В ПЕТЕРБУРГЕ В 2024 ГОДУ

Обычно каждый год с 1 января поднимается родительская плата за детский сад. Однако в 2024 г. в Петербурге её увеличения ждать не стоит. Но рабочем совещании губернатора Александра Беглова с членами городского правительства было решено оставить размер платы на уровне 2023 г. Об этом сообщили в пресс-службе Смольного.

«Президент России объявил 2024 г. в нашей стране Годом семьи. Наше внимание будет особо приковано к поддержке семьи, материнства и детства. Мы знаем, что в семьях с рождением ребёнка сразу появляется множество дополнительных расходов. В данный момент повышение родительской платы считаю несвоевременным шагом», — указал глава города.

Так как уровень инфляции растёт, компенсировать затраты на детсады будут из городского бюджета. Для этого придётся выделить 116,6 млн руб.

На данный момент более 262 тыс. детей посещают дошкольные учреждения города. В зависимости от возраста и времени пребывания в группе родительская плата составляет от 629,9 до 3 651,4 руб. Для некоторых семей есть льготы, которые компенсируют от 20 до 70% расходов

или вовсе освобождают от них. Например, плата за детсад отменена за ребяташек, у которых родители принимают участие в спецоперации.

### В ЛЕНОБЛАСТИ ПРИНИМАЮТ ЗАЯВКИ НА ВЫБОР ТЕРРИТОРИИ ДЛЯ БЛАГОУСТРОЙСТВА

Адреса для благоустройства в Ленобласти, где хочется больше деревьев, качелей и фонарей, можно предложить онлайн и лично в администрации своего поселения до 12 декабря 2023 г. Об этом сообщила администрация 47 региона.

«До 12 декабря регион определит, какие территории будут вынесены на платформу **вМесте47.рф** для участия в рейтинговом голосовании в 2024 г. Территории, вынесенные на рейтинговое голосование и набравшие наибольшее количество голосов, смогут быть благоустроены в 2025 г. в рамках федерального проекта «Формирование комфортной городской среды» нацпроекта «Жильё и городская среда», — рассказал Александр Тимков, председатель комитета по ЖКХ Ленинградской области

Участие могут принять населённые пункты, где население составляет от 1000 человек. Можно предлагать парки и скверы, аллеи и бульвары, площади и набережные, детские и спортивные пространства. В Ленинградской области в планах на 2024 г. — благоустройство 116 территорий.

### ВХОД В ЭРМИТАЖ СДЕЛАЮТ БЕСПЛАТНЫМ 7 ДЕКАБРЯ

Жители и гости Петербурга 7 декабря смогут бесплатно посетить один из самых популярнейших музеев мира — Государственный Эрмитаж. В эту дату отмечается День святой Екатерины. Поэтому традиционно там каждый год проводят мероприятия в память о Екатерине Ве-

ликой, которая основала музей. Об этом в ходе пресс-конференции рассказал генеральный директор Государственного Эрмитажа Михаил Пиотровский.

Но, чтобы войти в музей, посетителям всё же понадобится билет. Его можно оформить заранее на сайте Эрмитажа или приобрести в рамках живой очереди непосредственно 7 декабря.

«В Эрмитаж 30% посетителей приходит бесплатно и по льготным ценам. Это примерно один миллион человек из трёх миллионов в год», — добавил М. Пиотровский.

День святой Екатерины — главное мероприятие, которое проходит в рамках Дней Эрмитажа. Они, кстати, в этом году пройдут со 2 по 12 декабря. По словам гендиректора музея, посетители в эти дни смогут посмотреть не только выставки, но и послушать музыку. Например, 10 декабря будет дан концерт памяти дирижёра Юрия Темирганова.

### МУЛЬТИМЕДИЙНОЕ ШОУ К 320-ЛЕТИЮ ПЕТЕРБУРГА ПОКАЖУТ НА ДВОРЦОВОЙ ПЛОЩАДИ

В Петербурге в рамках «Дней Эрмитажа» пройдёт 3D мэппинг-шоу. Представление состоится на Дворцовой площади 9 и 10 декабря, сообщил вице-губернатор Борис Пиотровский в своём Telegram-канале.

Первая часть события — это полноценное мультимедийное шоу, посвящённое 320-летию со дня основания Петербурга. Продолжит его финал Всероссийского конкурса современного медиаискусства «Страна Света».

«Фасад Главного штаба превратится в один из самых масштабных широкоформатных экранов», — рассказал Борис Пиотровский.

с 10:00

# с 1 по 5 ДЕКАБРЯ ЯРМАРКА ШУБ

НОРКА, МУТОН, КАРАКУЛЬ

ДУБЛЕНКИ, ПУХОВИКИ,  
ШАПКИ, КАРДИГАНЫ,  
МЕХОВЫЕ ЖИЛЕТКИ

Принимаем все виды оплаты

РАССРОЧКА БЕЗ ПЕРЕПЛАТ  
без первоначального взноса до 3-х лет

КОЛПИНО, УЛ. ВЕРЫ СЛУЦКОЙ, 46/2 (РЫНОК)  
ТК «КОЛПИНСКИЙ», 2-ЭТАЖ

РОССИЙСКОГО ПРОИЗВОДСТВА

ШУБЫ  
ПО ЧЕСТНЫМ  
ЦЕНАМ



СКИДКИ ДО 40%

АКЦИИ! МЕНЯЕМ СТАРУЮ ШУБУ НА НОВУЮ  
ПРИНИМАЕМ ШУБЫ ОТ 15 000 РУБ.

**Мой**  
**Зубной**  
Стоматологический центр

**9-21**  
Без  
Выходных

г. Пушкин, Детскосельский бул., д. 7а  
г. Колпино, ул. Тазаева, д. 7  
г. Колпино, пр. Ленина, д. 53

**ДО КОНЦА МЕСЯЦА**  
**СКИДКА НА ВСЕ УСЛУГИ 25%**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ЛЮБОГО ВРАЧА – БЕСПЛАТНО!**

Подробнее по тел. 409-92-32 или [www.MoyZubnoy.ru](http://www.MoyZubnoy.ru)

## ДЕНЬ ДОНОРА В КОЛПИНО

4 декабря

Принимаются на сдачу крови только сотрудники АО «АЭМ-технологии», филиалов «Ижора» и «АЭМ-Спецсталь».

5–8 декабря

Приглашаются все доноры крови.

С 10:00 до 12:00 по адресу: Колпино, Финляндская ул., д. 13, лит. ВМ, 2-й подъезд (БИК, помещение библиотеки).

При себе иметь паспорт и СНИЛС.

## В ПОСЁЛКЕ МЕТАЛЛОСТРОЙ РАСШИРЯТ УЛИЦУ ЦЕНТРАЛЬНУЮ

На рабочем совещании губернатора Александра Беглова с членами городского правительства одобрен проект планировки с проектом межевания территории для работ по модернизации и приведению в нормативное состояние улицы Центральная в посёлке Металлострой.

«За последние годы в Колпинском районе построено несколько важных дорожных объектов. Центральную улицу в Металлострое тоже необходимо привести в нормативное состояние. Это позволит улучшить связь между жилыми и промышленными зонами района», — отметил Александр Беглов.

Протяжённость улицы — почти один километр. После реконструкции она получит четыре полосы движения. Будут проложены современные тротуары и велодорожки, созданы дополнительные остановки общественного транспорта.

## КОЛПИНО МОЖНО БУДЕТ ОБЪЕЗЖАТЬ ПО НОВОМУ ПУТЕПРОВОДУ

По новому путепроводу на пересечении Петрозаводского и Лагерного шоссе открыли рабочее движение. Эта развязка должна увеличить пропускную способность трассы в направлении Ленинградской области и создаст возможность транзитного объезда города Колпино.

Подрядчик начал устанавливать буронабивные сваи на съезде на Петрозаводское шоссе, сообщает Комитет по развитию транспортной инфраструктуры Петербурга.

Также строители уже смонтировали порядка 80 тонн металлоконструкций пролётного строения съезда на Лагер-

ное шоссе. Строящиеся съезды проходят параллельно уже существующим. После окончания работ там откроется одностороннее движение в направлении из Санкт-Петербурга в Колпино, в то время как по уже действующей трассе автомобили будут двигаться в сторону Санкт-Петербурга.

Специалисты также продолжают работы по устройству локальных очистных сооружений, фундаментов рамных опор, тротуаров и бортового камня. Дорожники установили порядка двух километров шумозащитных экранов.

После реконструкции Петрозаводское шоссе расширится с 2 до 4–6 полос, для пешеходов построят тротуары, остановки общественного транспорта и светофоры. Продолжается строительство наземного пешеходного перехода протяжённостью 23 м.

Напомним, реконструкция Петрозаводского шоссе является одним из ключевых объектов национального проекта «Безопасные качественные дороги» в Санкт-Петербурге.

## В КОЛПИНСКОМ РАЙОНЕ ОТРЕМОНТИРОВАЛИ ПОЛИКЛИНИКУ №22

В медучреждении обновили коридор и помещения на четвёртом этаже, подвал, чердак и систему электроснабжения. Для поликлиники закупили новый маммограф, который поможет выявить заболевания на ранней стадии и приступить к своевременному лечению.

## ИСААКИЕВСКИЙ СОБОР ВЫПУСТИЛ ПУТЕВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА

Исаакиевский собор выпустил путеводитель «Путешествие с Авгушей по музею» для детей младшего и среднего возрастов, сообщила пресс-служба комитета по культуре Петербурга.

Буклет содержит много рисунков, полезной информации и творческих заданий. Дети смогут узнать интересные факты о музее-памятнике в игровой форме: сколько весит колонна собора или как долго строили храм.

У ребят также есть возможность передать свои пожелания Исаакиевскому собору. Для этого нужно заполнить стра-

Учебный Комбинат (ООО "УИКК ОТ")  
Проводит очно-заочное и дистанционное обучение:

- ВОДИТЕЛЕЙ АВТО- и ЭЛЕКТРОПОГРУЗЧИКОВ, КВАДРОЦИКЛОВ, СНЕГОХОДОВ;
- МАШИНИСТОВ ЭКСКАВАТОРА, БУЛЬДОЗЕРА, ТРАКТОРИСТОВ-МАШИНИСТОВ;
- РАБОЧИХ ПО РАЗЛИЧНЫМ ПРОФЕССИЯМ (переподготовка/повышение разряда);
- РАБОТАМ НА ВЫСОТЕ
- ПО ОХРАНЕ ТРУДА;
- ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ;
- ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ;
- ПРОМЫШЛЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ;
- ПО ПОВЫШЕНИЮ КВАЛИФИКАЦИИ;
- ПО ЭКОЛОГИИ;
- ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЕ;
- ДОПОГ



Адрес: СПб, ул. Грибакиных,  
д. 25к3А, пом. 204  
(Здание "Невотон", станция "Обухово")

Тел.: 8 (812) 334-94-00;  
+7 (950) 017-17-65



Сайт: [учебныйкомбинат.онлайн](http://учебныйкомбинат.онлайн)

ницу в конце путеводителя с изображением голубя и передать её сотрудникам музея. Самые оригинальные пожелания опубликуют в соцсетях.

## ПОШЛИНА НА ЗАГРАНПАСПОРТ ДЛЯ РОССИЯН СТАНЕТ ДОРОЖЕ

Госпошлина за выдачу биометрического загранпаспорта увеличится с 5 до 6 тыс. руб. Индексацию на 20% одобрил президент РФ Владимир Путин.

Как следует из документа, опубликованного на официальном портале правовой информации, госпошлина за выдачу биометрического загранпаспорта с 1 июля 2024 г. составит 6 тыс. руб.

Пошлина за выдачу документа для детей до 14 лет вырастет с 2,5 до 3 тыс. рублей.

## В ПУШКИНЕ ОТКРЫЛСЯ ЦАРСКОСЕЛЬСКИЙ КАТОК

На Треугольной площади музея-заповедника «Царское Село», между Екатерининским и Александровским парками, открылся каток. По выходным здесь проходят мастер-классы и занятия с инструкторами.

Традицию заливать лёд на Треугольной площади возродили несколько лет назад. Гости могут прийти со своими коньками или взять их напрокат: цена аренды для детей и взрослых составляет 300 и 400 руб. соответственно.

В будни стоимость сеанса катания для взрослых — 300 руб., для детей до 10 лет — 200 руб. В выходные цена выше: 500 и 300 руб. для взрослых и детей соответственно.

Ледовая площадка работает ежедневно с 12:00 до 21:00, инструкторы проводят занятия для начинающих и более опытных фигуристов в субботу и воскресенье в 12:00 и в 13:00.

# ПОРА УЖЕ НАЧАТЬ: КАК ПОДНЯТЬСЯ С ДИВАНА И ЗАНЯТЬСЯ СПОРТОМ?

**Ежедневно миллионы людей садятся перед ТВ и часами смотрят сериалы, ток-шоу и другие развлекательные передачи. Кто-то предпочитает телефону смартфон. При этом времени на посещение тренажёрного зала просто не остаётся. Мы можем найти тысячу отговорок, чтобы объяснить, почему не занимаемся физическими упражнениями. Чаще всего упоминается удаленность от нормального спортивного зала, незнание техники упражнений и, конечно же, самая главная «отмазка» — недостаток времени.**

Как же найти время на спорт? Начните с малого. Вставайте раньше хотя бы 30 минут. Утренняя тренировка не только зарядит энергией и бодростью на весь день, но и поднимет настроение. Конечно, дорога в фитнес-клуб может занимать какое-то время, и это станет хорошей отговоркой для лени. Бегайте возле дома, делайте отжимания и приседания у себя в квартире, обзаведитесь беговой дорожкой или скачайте себе приложения для фитнеса.

Не переживайте, если не можете выделить много времени для физических упражнений ежедневно. Любая активность всегда лучше её отсутствия. Главное начать и сделать тренировки регулярными. Рекомендуется посвящать физическим упражнениям 150 минут в неделю. Таким образом, полчаса занятий в течение 5 дней в неделю будет вполне достаточно. Даже 15 минут физической активности в день принесёт большую пользу нашему здоровью.

## **ПРЕДЛАГАЕМ ДЕЙСТВЕННЫЕ СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ НАЧАТЬ ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ**

• **Выберите тот вид упражнений, который вам больше по душе.** Если займётесь тем видом спорта, который вам не нравится, ходить на тренировки будет очень сложно, а упражнения будут приносить только страдания и негатив. Стать более счастливым и здоровым — вот настоящая цель. Поэтому, если ваши друзья бегают по утрам или ходят в спортзал, но вас это не привлекает, не нужно делать то же самое за компанию. Попробуйте пешие прогулки, катание на коньках, танцы, езду на велосипеде, занятия аэробикой, пилатесом, йогой. Найдите то, что подходит именно вам.

• **Начинайте постепенно.** Если в первый же день вы решили бегать на протяжении часа, то скорее всего, вам будет сложно достичь цели и повторить этот опыт на следующий день. Если вам слишком трудно начать заниматься спортом, в первый день вы можете просто надеть спортивную форму, кроссовки и прогуляться по улице. На второй день — побегать в течение 10–15 минут. И так по возрастающей.

• **Поощряйте свои усилия.** Поощряйте себя каждый раз, когда вы достигли поставленной цели. Поздравьте себя, сделайте что-то приятное для себя. Благодаря таким действиям мозг будет создавать положительные ассоциации с физическими упраж-

нениями. Это повышает вероятность того, что вы не бросите тренировки и сможете повысить свою мотивацию. Но, конечно же, избегайте награды в виде вредной и нездоровой пищи. Более того, еду в качестве вознаграждения вообще лучше не использовать. Подберите другой тип вознаграждения, как, например, расслабляющий душ или просмотр любимой передачи, сериала. Когда занятия спортом войдут для вас в привычку, вы должны отказаться от вознаграждений. Постепенно тренировки сами по себе станут достаточным мотиватором.

• **Найдите компанию для занятий спортом.** Если вы пообещаете другу заниматься спортом вместе, у вас будет больше шансов сохранить эту привычку. Кроме того, возможность делиться своим прогрессом с другими также поможет сохранить мотивацию и получить необходимую поддержку.

• **Приучите себя к дискомфорту.** Если одной из причин того, что вам так трудно начать заниматься спортом является дискомфорт, попытайтесь привыкнуть к нему. Спустя время, вы уже не будете обращать внимания на эти неудобства. Если же если вам не под силу преодолеть это, выбирайте упражнения, не связанные с дискомфортом. Совершайте пешие прогулки, и хотя температура вашего тела будет увеличиваться, вы не вспотеете и не потеряете дыхание, как при беге.

• **Составьте план действий.** Если вы составите план — как, когда, где и как долго вы будете тренироваться, ваши шансы на успех значительно возрастут.

• **Записывайте свои достижения.** Часто люди склонны переоценивать физические упражнения, которые они выполняют. Подобный дневник достижений и прогресса, помимо стимула для мотивации, поможет получить точный отчёт о том, чего вы достигли.

• **Ведите активный образ жизни.** Чем активнее будет ваша жизнь, тем проще вам будет заниматься спортом. Используйте больше лестниц и меньше лифтов, ходите на работу пешком (или выходите на одну остановку раньше), старайтесь меньше использовать автомобиль и делать больше пеших прогулок.

Найдите удобные дни для занятия спортом дома или в фитнес-зале, определите для себя график и начинайте двигаться в этом

направлении. Подготовьте подборку любимых песен. В этом случае ваша голова будет отдыхать, а тело плодотворно работать. Музыка всегда являлась отличным мотиватором, влияющим на активность.

## **НЕМНОГО МОТИВАЦИИ**

✓ **Регулярные физические упражнения помогают справиться со следующими проблемами со здоровьем:**

- Метаболический синдром;
- Высокое кровяное давление;
- Сахарный диабет 2-го типа;
- Депрессия;
- Тревога;
- Многие виды рака;
- Артрит.

✓ **Регулярные занятия спортом улучшают когнитивные функции и настроение.** Нужен эмоциональный подъём? Или нужно расслабиться после напряжённого дня? Занятие в тренажёрном зале или быстрая ходьба — то, что вам сейчас нужно. Физическая активность стимулирует различные химические вещества в мозге, которые делают нас более расслабленными, менее тревожными, и в целом, более счастливыми.

✓ **Физическая активность повышает самооценку.** Регулярно занимаясь спортом, вы одновременно заботитесь о своей внешности и здоровье, таким образом, лучше выглядите и лучше себя чувствуете, что повышает уверенность и самооценку.

✓ **Регулярная физическая активность увеличивает силу мышц и выносливость.** Тренировки способствуют транспортировке кислорода и питательных веществ в ткани и помогают сердечно-сосудистой системе работать более эффективно. Вы заметите, что у вас стало гораздо больше энергии для выполнения ежедневных дел.

✓ **Упражнения сделают ваш сон более качественным.** Регулярные физические упражнения помогают быстро засыпать и лучше выспаться. Просто не занимайтесь физическими упражнениями прямо перед сном, иначе вы будете слишком возбуждены.



**КРУПНОЕ УСПЕШНО РАЗВИВАЮЩЕЕСЯ ПРОИЗВОДСТВО ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:**

- **ИНЖЕНЕРА-ЭЛЕКТРОНИКА**, о/р, график работы 2/2 (день), зарплата от 85 000 руб. + премия.
- **КЛАДОВЩИКА**, о/р и 1С, график работы сменный 1/2, 1/3, зарплата 60 000 руб. + премия.
- **ВОДИТЕЛЯ АВТОПОГРУЗЧИКА**, о/р обязательно, график работы сменный, зарплата 60 000 руб. + премия.
- **УПАКОВЩИКА(ЦУ) ЦЕХА ВЛАЖНЫХ САЛФЕТОК**, без о/р, график работы 2/2 (день, ночь), з/п от 35 000 руб. + премия.
- **ОПЕРАТОРА ЛИНИИ, С ОБУЧЕНИЕМ!** Тех. образов. или о/р, сменный гр. работы, з/п от 60 000 – 80 000 руб. + премия.
- **СЛЕСАРЯ-РЕМОННИКА**, о/р обязательно (конвейерные линии), график работы 1/3, з/п от 60 000 руб. + премия (на руки).

**МЫ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ:** стабильную работу, своевременную выплату з/п, льготное питание, спецодежду, оформление по ТК РФ, соц. гарантии, развозку от м. «Звездная», г. Колпино, г. Чудово.

**Тосно, Пушкинская наб., д. 1, тел. 8-981-847-89-08, Светлана, personal-tosno@mail.ru**

**ecoten**

На склад в **МЕТАЛЛОСТРОЕ** требуется:

## КЛАДОВЩИК

**Зарботок 64 000 руб. на руки.**  
Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц.пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 748-23-28,**  
Ян Олегович

Предприятие ООО "АПГ" приглашает на работу

## СВАРЩИКА СЛЕСАРЯ МСР ЗАВАЛЬЦОВЩИКА

- З/П после собеседования, имеется возможность дополнительного заработка.
- Работа на территории ПАО "Ижорские заводы".

Контактные телефоны:

**8-921-306-31-69, (812) 322-84-44**

**OLOVI**

Деревообрабатывающее предприятие (производство межкомнатных дверей) приглашает на работу (п. Металлострой)

## ОПЕРАТОРА ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩЕГО СТАНКА

## ШЛИФОВЩИКА ПОДСОБНОГО РАБОЧЕГО

Тел. **8 (994) 417-84-43**

ХЛЕБОПЕКАРНОМУ ПРЕДПРИЯТИЮ в п. Тельмана требуется:

## ГРУЗЧИК СКЛАДА ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ

гр. 2/2, ночные и дневные смены, обучение на рабочем месте  
Звоните: 8-921-395-31-04, Алла Васильевна (с 9 до 17 часов)

## ООО «Торговый Дом цветы Тельмана»

приглашает на работу в тепличный комплекс:

### РАБОЧИЕ ПО УХОДУ ЗА РАСТЕНИЯМИ

ПОДРАБОТКА!!! (мужчины и женщины)

почасовая оплата труда  
з/п от 30 000 руб. на руки

### БРИГАДИРА ТЕПЛИЧНОГО КОМПЛЕКСА

з/п 50 000 руб. на руки

### ВОДИТЕЛЯ ВИЛОЧНОГО ПОГРУЗЧИКА

почасовая оплата труда  
з/п от 40 000 руб. на руки

### ЭЛЕКТРОМЕХАНИКА

з/п 50 000 руб. на руки

### СЛЕСАРЯ НАЛАДЧИКА ОБОРУДОВАНИЯ

з/п 50 000 руб. на руки

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

Различные графики работы 5/2, 2/2, 3/3 и т. п.  
Официальное оформление, стабильные выплаты, соцпакет.

Отдел персонала: **8-929-110-24-79,**  
**8-812-456-40-96 (доб. 106)**

## В СТОЛОВУЮ В КОЛПИНО ТРЕБУЕТСЯ

**ПОВАР-УНИВЕРСАЛ** з/п от 55 т.р.

ОФОРМЛЕНИЕ ПО ТК РФ. БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ГРАФИК РАБОТЫ 5/2 **8 (931)979-39-79**



**ecoten**

Приглашаем на современное трикотажное (чулочно-носочное) производство

## В МЕТАЛЛОСТРОЕ КОМПЛЕКТОВЩИЦА КОМПЛЕКТОВЩИК

**Зарботок 50 000 руб.**  
Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц.пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются. Есть развозка.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 906-04-16,**  
Елена Юрьевна

## ТРЕБУЕТСЯ

## ПРОДАВЕЦ-КАССИР

### ТРЕБОВАНИЯ:

- работа с продуктами питания и сборка заказов (можно без опыта работы).

### УСЛОВИЯ РАБОТЫ:

- трудоустройство по ТК РФ с первого рабочего дня, полностью официальная заработная плата, выплачивается всегда своевременно 2 раза/месяц;
- гр. работы: понедельник-пятница: с 8:00 до 17:00;
- предусмотрены ежемесячные премии;
- надбавка за стаж работы в УИС, доп. отпуск;
- возможно временное трудоустройство.

зар. плата: **45 000 руб. на руки**

Адрес: Колпино, Колпинская улица, д. 9,  
СИЗО №1 УФСИН России  
**8 (921)-377-30-13, Елена**

## ТРЕБУЮТСЯ

## ОХРАННИКИ

ДЛЯ РАБОТЫ В

## КОЛПИНО

**8-911-714-99-30**

В СЛУЖБУ ЭКСПРЕСС-ДОСТАВКИ  
ТРЕБУЕТСЯ:

## УБОРЩИК(ЦА) НА УТРО

**З/плата 20 000 руб./мес.**

ГРАФИК РАБОТЫ:  
6/1 с 8:00 до 12:30

БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА  
м. "Дунайская"

Тел. ОК: **8-921-954-46-89**



Приглашаем на современное обувное производство  
в **КОЛПИНО (ул. ЗАГОРОДНАЯ, 6)**

**ecoten**

# ШВЕЙ и ЗАТЯЖЧИКОВ

**Зарботок от 45 000 до 60 000 руб.**  
Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц.пакет.  
Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:

**+7 (911) 904-05-66,** Татьяна Владимировна

НА СКЛАДСКОЙ КОМПЛЕКС  
в п. ТЕЛЬМАНА ТРЕБУЕТСЯ

## ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ

**ОБЯЗАННОСТИ:** уборка общей территории комплекса, строительные работы, уборка снега.

**УСЛОВИЯ:** график 5/2, с 9:00 до 18:00.

**з/п от 60 000 до 85 000 руб.**

Телефон: 8-921-920-56-77

СПБ ГБУ СОК  
«ИЖОРЕЦ»

п. Металлострой, ул. Пушкинская, д. 3

ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

## УБОРЩИКА

ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ПОМЕЩЕНИЙ

☎ 417-49-75

Группа компаний  
«Ветераны спецслужб»

НАБИРАЕТ ЛИЦЕНЗИРОВАННЫХ  
**ОХРАННИКОВ**  
для РАБОТЫ в КОЛПИНО

**ЗП от 2500 рублей в сутки**

- Трудоустройство по ТК;
- Выплата зарплаты дважды в месяц;
- Иногородным предоставляется место для проживания в собственном хостеле;
- Гибкий график.

Звоните в отдел кадров с 10:00 понедельника,  
по 16:00 пятницы по телефонам:  
**+7 (812) 570-28-88; +7 (900) 650-02-02**

На производство металлоконструкций  
в г. Колпино требуются:

- **СЛЕСАРЬ-СБОРЩИК**
  - **СВАРЩИК**
- МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ**

8-981-930-88-30

Хлебопекарному предприятию  
в п. Тельмана требуются:

**КОНДИТЕР-СДОБНИК (ВОЗМОЖНО ОБУЧЕНИЕ)**  
Обязанности: полный цикл изготовления сдобных х/б изделий.  
График 2/2 (дневные и ночные смены), опыт работы желателен, возможно обучение.

**УБОРЩИК(ЦА)**  
График 4/2 с 8 до 17 часов, работа в день, уборка производственных помещений.

**ПЕКАРЬ БАТОННОГО ЦЕХА**  
График 2/2 (дневные и ночные смены), опыт работы желателен, возможно обучение

8-931-304-53-80, Надежда Николаевна (с 9 до 16 ч.)

В РЕКЛАМНО-ПРОИЗВОДСТВЕННУЮ  
КОМПАНИЮ г. КОЛПИНО  
**ТРЕБУЕТСЯ СОТРУДНИК**

**ОБЯЗАННОСТИ:**

- ✓ Сборка различной рекламной-информационной продукции.
- ✓ Сборка световых коробов, объемных букв, наклейки пленки, таблички, стенды и прочее.
- ✓ Только с опытом от 1 года.
- ✓ Без вредных привычек.

**УСЛОВИЯ:**

- ✓ График работы 5/2, 9:00-17:30.
- ✓ Заработная плата по результатам собеседования (опыт будет вашим преимуществом).
- ✓ Работа на территории работодателя г. Колпино.

**НАШ ИДЕАЛЬНЫЙ КАНДИДАТ**

- ✓ Аккуратен.
- ✓ Трудолюбивый.
- ✓ Имеет опыт работы в сборке и монтаже конструкций наружной рекламы.

**В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ  
БУДУТ РАССМАТРИВАТЬСЯ КАНДИДАТЫ  
С ОПЫТОМ В РЕКЛАМНОЙ СФЕРЕ**

**8-965-757-15-19**

ecoten<sup>®</sup>

Приглашаем на современное обувное производство  
в КОЛПИНО (УЛ. ЗАГОРДНАЯ, 6)

## ОПЕРАТОР ВЫРУБНОГО ПРЕССА

**Заработок от 50 000 руб.**  
Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:  
**+7-921-379-86-90,**  
Елена Николаевна

## ТРЕБУЮТСЯ ШВЕИ

**МОЖНО БЕЗ ОПЫТА (ВСЕМУ НАУЧИМ!)**

**Заработок 45 000 – 80 000 р.**  
выплаты два раза в месяц,  
5-дневка, официальное оформление.

**Производство в Металлострое,  
есть развозка**

**Звоните: 8-911-771-64-97,**  
Екатерина Сергеевна

## АО «ТоМеЗ»

(г. Тосно, Промышленная ул., д. 1)



ОСУЩЕСТВЛЯЕТ НАБОР ПЕРСОНАЛА ПО СЛЕДУЮЩИМ ПРОФЕССИЯМ:

• <b>АВТОСЛЕСАРЬ</b> 5-6 разряда .....	з/п 65 000 руб.
• <b>ВОДИТЕЛЬ ПОГРУЗЧИКА</b> .....	з/п 53 000 руб.
• <b>ИНЖЕНЕР-КОНСТРУКТОР</b> 1-2 категории .....	з/п 70 000 руб.
• <b>ИНЖЕНЕР-ТЕХНОЛОГ</b> 1-2 категории .....	з/п 70 000 руб.
• <b>МАЛЯР (АВТОМАЛЯР)</b> 5-6 разряда .....	з/п 57 000 руб.
• <b>МАСТЕР УЧАСТКА МОНТАЖА НАВЕСНОГО ОБОРУДОВАНИЯ</b> .....	з/п 77 500 руб.
• <b>ОПЕРАТОР ЛИСТОГИБОЧНОЙ МАШИНЫ С ЧПУ</b> .....	з/п 72 500 руб.
• <b>СВЕРЛОВЩИК</b> 4-5 разряда .....	з/п 58 000 руб.
• <b>СЛЕСАРЬ ПО РЕМОНТУ ДСМ</b> 5-6 разряда .....	з/п 70 500 руб.
• <b>СЛЕСАРЬ МСР</b> 5-6 разряд .....	з/п 74 700 руб.
• <b>СПЕЦИАЛИСТ БЮРО ПОДГОТОВКИ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ В ЭЛЕКТРОЛАБОРАТОРИИ</b> .....	з/п 50 000 руб.
• <b>СПЕЦИАЛИСТ ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ</b> .....	з/п 65 000 руб.
• <b>СТРОПАЛЬЩИК</b> 4 разряда .....	з/п 47 500 руб.
• <b>ТОКАРЬ</b> 4-6 разряда .....	з/п 66 000 руб.
• <b>УБОРЩИК ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ И СЛУЖЕБНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ</b> (не полный рабочий день) .....	з/п 27 500 руб.
• <b>ФРЕЗЕРОВЩИК</b> .....	з/п 67 000 руб.
• <b>ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК</b> 5-6 разряда .....	з/п 65 000 руб.
• <b>ЭЛЕКТРОМОНТЕР ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ</b> .....	з/п 65 000 руб.

Обращаться по телефону: 8-812-318-14-18 (доб. 8200)

# ОЛИМПИА МЕБЕЛЬ ДЛЯ ВАННЫХ КОМНАТ

ТЕЛ. 8 (900) 642-00-02

В СВЯЗИ С РАСШИРЕНИЕМ ПРОИЗВОДСТВА СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ

- **КЛАДОВЩИК**..... зарплата от 50 тыс. руб.
- **СБОРЩИК МЕБЕЛИ**..... зарплата от 60 тыс. руб.

**УСЛОВИЯ:**

- График работы 5/2 с 9:00 до 18:00 (выходные суббота, воскресенье)
- Работа на территории работодателя
- Оформление, отпуск, больничный и пр. по ТК.

**ОБЯЗАННОСТИ:**

- Работа на мебельном производстве полного цикла.
- Сборка корпусной мебели на территории работодателя.

**ТРЕБОВАНИЯ:**

- Опыт работы в аналогичной должности приветствуется;
- Умение согласованно работать в коллективе;
- Дисциплинированный, активный, сообразительный, деятельный;
- Без вредных привычек.



**НА ИЖОРСКИЙ ЗАВОД СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ**

## ОХРАННИКИ С ЛИЦЕНЗИЕЙ И БЕЗ

ЗП от 2300 до 3500 руб./смена

СМЕННЫЙ ГРАФИК: СУТОЧНЫЙ, ВАХТА

☎ 8-921-886-82-19

☎ 8-921-791-91-95

**ХЛЕБОПЕКАРНОМУ ПРЕДПРИЯТИЮ в п. Тельмана требуется:**

## ВОДИТЕЛЬ-ЭКСПЕДИТОР

желателен о/р по развозке продуктов питания, гр. сменный

Тел.: 8 (931) 350-79-35, Сергей Иванович (звонить с 9:00 до 16:00)

ПРЕДПРИЯТИЮ ТРЕБУЮТСЯ:

- **СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК** 4-6 разряда, з/п от 60 000 руб.
- **СЛЕСАРЬ-САНТЕХНИК**, з/п от 55 000 руб.
- **МОНТАЖНИК МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ** 4-6 разряда, з/п от 65 000 руб.
- **ЭЛЕКТРОСВАРЩИК РУЧНОЙ СВАРКИ** 4-6 разряда, з/п от 70 000 руб.

Оформление по ТК РФ, работа на территории ПАО «Ижорские заводы» г. Колпино. Рассматриваем кандидатов без опыта работы, развозка Колпино, Тосно.

448-1334 ☎ 8953-147-2916

# ecoten® ШВЕЙ

Приглашаем на современное трикотажное (чулочно-носочное) производство В МЕТАЛЛОСТРОЕ

Заработок от 45 000 до 80 000 руб. Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются. Есть развозка.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 906-04-16,**  
Елена Юрьевна

**НА ПРОИЗВОДСТВО СПЕЦИЙ ТРЕБУЮТСЯ**

## РАЗНОРАБОЧИЙ

зп от 66 500 руб.

## УПАКОВЩИК(ЦА)

зп от 61 000 руб.

## ОПЕРАТОР-НАЛАДЧИК

зп от 83 900 руб.

- ☑ Официальная зп.
- ☑ Оформление по ТК РФ.
- ☑ Мед книжка, спецодежда предоставляются.

**РАБОТА в п. ПОНТОННЫЙ**

**Тел. 8-911-001-43-10**

ecoten®

Приглашаем на современное обувное производство В КОЛПИНО (УЛ. ЗАГОРОДНАЯ, 6)

## ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ

Заработок от 40 000 руб. Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:  
**+7-921-379-86-90,**  
Елена Николаевна

ТРЕБУЕТСЯ

## УБОРЩИК(ЦА) В ПОМЕЩЕНИИ

- 5-ти дневка, 8 час./день
- возможна частичная занятость
- Адрес: г. Отрадное, Никольское ш., д. 55

з/пл 26 000 рублей в месяц

Тел. для связи: **+7 (953) 179-01-73**



ООО «РЕСТРО»

ТРЕБУЮТСЯ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ:

- **СТОЛЯР**
- **МАЛЯР (по дереву)**
- **ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ**

**ПРЕДЛАГАЕМ: ЗП от 50 000 руб.** два раза в месяц (зависит от опыта работы, точная цифра озвучивается после собеседования). Официальное оформление; график работы 5/2; режим работы с 8:00 до 17:00. Развозка от/в Колпино-Никольское.

Работа в г. Никольское, Тосненский район (на территории бывшего завода "Сокол")  
Подробности по тел. (812) 346-54-87 или (812) 346-56-54

ecoten®  
Приглашаем на современное обувное производство В КОЛПИНО (УЛ. ЗАГОРОДНАЯ, 6)

## КОНТРОЛЕР ОТК ТОННельЩИКИ

Заработок от 45 000 до 60 000 руб. Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 904-05-66,**  
Татьяна Владимировна

ecoten®

Приглашаем на современное трикотажное производство В МЕТАЛЛОСТРОЕ

## ОПЕРАТОР ГЛАДИЛЬНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Заработок от 40 000 руб. Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются. Есть развозка.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 906-04-16,**  
Елена Юрьевна

СПБ ГБУ СОК «ИЖОРЕЦ»  
ул. Тверская, д. 25  
ОТКРЫТА ВАКАНСИЯ

## ИНСТРУКТОРА ПО СПОРТУ РАБОТА С ДОШКОЛЬНЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ

☎ 482-19-34  
резюме на почту: opsmm@sok-izhorets.ru

## РОСГВАРДИЯ ПРИГЛАШАЕТ НА СЛУЖБУ В ОТДЕЛ ВНЕВЕДОМСТВЕННОЙ ОХРАНЫ

гражданин РФ, для работы на территории Колпинского и Пушкинского районов г. Санкт-Петербурга. Предоставляются социальные гарантии, предусмотренные законодательством РФ, в т.ч.:

- ежегодный отпуск от 40 суток;
- возможность получения бесплатного высшего образования в ведомственных ВУЗах;
- стабильная заработная плата от 55 000 рублей;
- приём на службу бывших военнослужащих;
- выплата 100% денежного содержания на период временной нетрудоспособности;
- возможность выхода на пенсию после 20 лет службы (включая службу в ВС);
- оплата съемного жилья для иногородних;
- возможность получения единовременной выплаты для приобретения жилья;

За подробной информацией обращаться:  
г. Колпино, ул. Культуры, д. 16, ☎ 460-88-13  
г. Пушкин, Кадетский бульвар, д. 20, ☎ 465-71-10, 466-89-02

**ТРЕБУЕТСЯ ТРАКТОРИСТ**  
(уборка территории) в г. Тосно  
ЗП от 55 000 рублей на руки  
Наличие действующих прав тракториста-машиниста  
Тел. +7 (921) 359-97-45

ecoten®  
На склад в МЕТАЛЛОСТРОЕ  
требуется:  
**КОМПЛЕКТОВЩИК**  
Зарплата от 40 000 руб.  
Можно без опыта, всему научим.  
5-дневка, официальное оформление,  
полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц,  
переработки оплачиваются. Есть развозка.  
Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 906-04-16,**  
Елена Юрьевна

**СВЕЖИЕ  
ВАКАНСИИ**  
ЗДЕСЬ  
  
[vk.com/vacancy\\_rsv](https://vk.com/vacancy_rsv)

**ПРЕДПРИЯТИЮ В КОЛПИНО**  
**ТРЕБУЕТСЯ**  
**СЛЕСАРЬ**  
**МЕХАНОБОРОЧНЫХ**  
**РАБОТ**  
ОПЛАТА ПО РЕЗУЛЬТАТАМ  
СОБЕСЕДОВАНИЯ  
тел. 8-921-599-20-57

ecoten®  
На склад в МЕТАЛЛОСТРОЕ  
требуется:  
**ОПЕРАТОР**  
**ГЛАДИЛЬНОГО**  
**ОБОРУДОВАНИЯ**  
Зарплата 50 000 руб.  
Можно без опыта, всему научим.  
5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет.  
Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.  
Есть развозка.  
Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 906-04-16,**  
Елена Юрьевна

ecoten®  
Приглашаем на современное обувное производство  
В КОЛПИНО (УЛ. ЗАГОРОДНАЯ, 6)  
**СОТРУДНИКИ**  
**НА ОБУВНОЕ ПРОИЗВОДСТВО**  
Зарплата от 45 000 до 60 000 руб.  
Можно без опыта, всему научим.  
5-дневка, официальное оформление,  
полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц,  
переработки оплачиваются.  
Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 904-05-66,**  
Татьяна Владимировна

В СПб ГБУЗ Станция скорой медицинской  
помощи требуется:  
**СПЕЦИАЛИСТ ПО КАДРАМ**  
до 40 000 руб. на руки  
ТРЕБУЕМЫЙ ОПЫТ РАБОТЫ: 1-3 ГОДА.  
ПОЛНАЯ ЗАНЯТОСТЬ, ПОЛНЫЙ ДЕНЬ.  
**ОБЯЗАННОСТИ:**  
• Прием, увольнение, перевод, отпуска.  
• Отчеты в ПФР, работа в 1С.  
• Табеля учета рабочего времени, расчет стажа.  
• Подготовка документов для учебы работников.  
• Учет сроков квалификации, аккредитации, стажа.  
**ТРЕБОВАНИЯ:**  
• Знание кадрового делопроизводства.  
**УСЛОВИЯ:**  
• Трудоустройство по ТК РФ,  
г. с 9:00-18:00, работа в г. Колпино.  
• Ежегодный отпуск 32 к.д.  
телефон:  
**242-32-39**  
**242-32-38**

### ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ КОКЛЮШЕМ В ПЕТЕРБУРГЕ ВЫРОСЛА В 13 РАЗ

Заболеваемость коклюшем в Петербурге за 10 месяцев текущего года по сравнению с аналогичным периодом прошлого года выросла в 13,4 раза. Об этом сообщает пресс-служба управления Роспотребнадзора по городу.

Большинство заболевших (94,3%) — дети. Чаще всего болеют несовершеннолетние в возрасте от 7 до 14 лет, не привитые против коклюша.

Коклюш является опасным инфекционным заболеванием дыхательных путей. Заражение происходит воздушно-капельным путём при прямом контакте с заражённым человеком. Симптомами являются сухой кашель, насморк и небольшая температура, со временем кашель усиливается и может сопровождаться рвотой.

До широкого распространения вакцины в 1950-х годах коклюш был одной из самых распространённых болезней среди детей. Единственным эффективным средством защиты против коклюша является иммунизация.

### СУПРУЖЕСКИМ ПАРАМ — ВЫПЛАТЫ К ЮБИЛЕЮ СВАДЬБЫ

Губернатор Ленобласти Александр Дрозденко подписал областной закон об изменениях в «Социальный кодекс Ленинградской области»: теперь одновременную выплату в связи с круглой датой со дня регистрации брака получают больше пенсионеров.

Если раньше одновременную выплату к юбилею совместной жизни супружеским парам предоставляли только в том случае,

если официальным местом жительства обоих супругов является Ленобласть, то сейчас один из них может быть зарегистрирован и в Петербурге. Ленинградский супруг всё равно получит 50% от выплаты, которая предусмотрена для пары, в которой и муж, и жена проживают на территории региона.

### Сегодня ленинградцы могут получить:

- 50 тыс. руб. — в связи с 50-летним юбилеем свадьбы;
- 60 тыс. руб. — в связи с 60-летним юбилеем свадьбы;
- 70 тыс. руб. — в связи с 70-летним юбилеем свадьбы;
- 75 тыс. руб. — в связи с 75-летним юбилеем свадьбы.

Закон вступит в силу с 1 января 2024 г.

### В КОЛПИНО ПОСТРОЯТ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ПАРК ДЛЯ МАЛОГО И СРЕДНЕГО БИЗНЕСА

В Колпино построят шестой промышленный парк «М10» в районе Оборонной ул. Об этом рассказал на выставке «Российский промышленник» генеральный директор ООО «Агентство территориального развития «М10» Михаил Косарев.

«М10 Колпино» будет ориентирован на предприятия сегмента МСП с производствами четвёртого класса опасности — невредные производства, которые во многом будут работать в формате light industrial. Сейчас мы занимаемся разработкой градостроительной документации и параллельно — вопросами инженерного обеспечения. Строительство рассчитываем начать в 2024 г. На сегодня порядка 30%

территорий уже зарезервировано будущими резидентами», — рассказал М. Косарев.

По его оценкам, первые производства в парке Колпино запустят в 2025 году. Предполагается, что при существующем уровне спроса парк будет заполнен за три года, а затем компания рассмотрит возможность строительства второй очереди.

Сейчас компания «М10» развивает сеть из пяти промышленных парков в Ленобласти: в посёлках Ям-Ижора, Тельмана, Пионер и городах Никольское и Красный Бор.

### С 1 ДЕКАБРЯ В ЛЕСНИЦЕСТВАХ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ МОЖНО БУДЕТ БЕСПЛАТНО СРУБИТЬ ЁЛКУ

В Ленобласти 1 декабря стартует традиционная акция: каждый желающий сможет выбрать и бесплатно срубить праздничную ёлку. Для этого необходимо выбрать лесничество и приехать туда с паспортом для оформления документов.

Главное правило остаётся неизменным: один человек может получить одну ёлку или сосну высотой до трёх метров, и срубить её разрешается исключительно на том участке, который определён в документах.

В правительстве подчёркивают, что ёлки заготавливают только на тех территориях, где они в любом случае идут под сруб: например, под линиями электропередач.

**Любанское лесничество (Тосненское):** г. Любань, Селецкое ш., д. 16, тел.: 8 (81361) 71-531, 8 (81361) 71-631, пн-пт: с 8:30 до 17:00, 23, 24 и 30 декабря 2023 г.: с 9:00 до 15:00.

Адреса лесничеств и образец заполнения договора доступны на сайте комитета по природным ресурсам Ленобласти [nature.lenobl.ru](https://nature.lenobl.ru).



**ООО «БалтМетКом»**

Промзона МЕТАЛЛОСТРОЙ, Дорога на Металлострой, д. 5, лит. Б (5 мин. пешком от остановки автобусов 337, 335, 396, 115)

**СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ СПЕЦИАЛИСТЫ:**

- ПЛАВИЛЬЩИК на цинковое производство .....з/п 100 000 руб.
- ПОМОЩНИК ПЛАВИЛЬЩИКА..... з/п от 60 000 руб.
- СОРТИРОВЩИК-РАЗБОРЩИК цветных металлов..... з/п 65 000 руб.
- ПОДСОБНЫЕ РАБОЧИЕ .....з/п 75 000 руб. на руки

☎ 8 (968) 196-91-83, Анастасия **ОБУЧЕНИЕ! ГАРАНТИИ ПО ТК РФ, СПЕЦОДЕЖДА.**



**ТРЕБУЮТСЯ  
УБОРЩИЦЫ(КИ)**

**НА ТЕРРИТОРИИ ИЖОРСКОГО ЗАВОДА**

- Неполный рабочий день (1-я половина дня)
- Полный рабочий день с 08:00 до 17:00
- Есть возможность разовых подработок!

Звоните, пишите: **8-962-717-71-70**

В детский сад в Колпино, на ул. Metallургов требуются:  
**ПОМОЩНИК ВОСПИТАТЕЛЯ**  
з/п 37 750 руб.

**РАБОЧИЙ** по комплексному обслуживанию и ремонту зданий на не полный рабочий день  
з/п 11 750 руб.  
Тел. **8-905-223-84-16**

**ecoten**  
Приглашаем на современное стелечное производство  
в Колпино (ул. Загородная, 6)  
**РУЧНИЦА/РУЧНИК  
НА ПРОИЗВОДСТВО**

Заработок **45 000 руб.**  
Можно без опыта, всему научим.

5-дневка, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются.

Контакт для собеседования:  
**+7 (911) 771-64-97,**  
Екатерина Сергеевна

СПБ ГБУ СОК «ИЖОРЕЦ»  
Колпино, ул. Тверская, д. 27  
ОТКРЫТЫ ВАКАНСИИ

**ТРАКТОРИСТ**  
Телефон для справок: 417-49-75

**РАБОЧИЙ**  
по комплексному обслуживанию  
з/п от 40 000 руб.  
Телефоны для справок:  
+7 (981) 710-70-70, 417-49-75

В СПБ ГБУ ДГП 51 требуется:  
**УБОРЩИК  
СЛУЖЕБНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ**  
по адресу: КОЛПИНО,  
УЛ. МЕТАЛЛУРГОВ, Д. 11  
Телефон для связи:  
**+7-952-200-95-32,**  
Наталья Леонтьевна

**ПРЕДПРИЯТИЮ ХИМЧИСТКИ  
В КОЛПИНО ТРЕБУЕТСЯ**

**ШВЕЯ**

- График работы 5/2
- Трудоустройство по ТК
- З/плата по результатам собеседования от 30 000 рублей

Тел. **322-89-97** (с 9 до 16 часов)

**ТРЕБУЮТСЯ РАБОЧИЕ  
НА ПРОИЗВОДСТВО**  
(МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ)

Заработная плата от 50 до 90 тыс. рублей  
(в зависимости от выбранного графика)

Сборка деревянных конструкций, шлифовка деревянных поверхностей, установка фурнитуры, работа шурупвертом. Возможны разные варианты графика работы.

Оформление по ТК РФ.  
Так же рассматриваем кандидатов на подработку с ежедневными выплатами.

Адрес: п. Саперный, «Мебельный комбинат»  
**8-921-928-68-14**

**ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ**

п. Металлострой: будн: 12 час. (7:00 - 19:00), 2000 р./смена  
п. Металлострой: от 2300 р./сут.  
Объекты в СПб и ЛО: от 2200 р./сут. в т. ч. вахта  
431-16-76, 8-963-343-64-68, 8-963-343-71-34, 8-921-895-60-76

**ecoten**  
Приглашаем на современное трикотажное (чулочно-носочное) производство  
в МЕТАЛЛОСТРОЕ  
**ОПЕРАТОРА**

**Оклад 58 000 руб.**

2-х сменная работа 5/2, 8-часовой рабочий день с 7:00 до 15:00 и с 15:00 до 23:00, официальное оформление, полный соц. пакет. Оплата два раза в месяц, переработки оплачиваются. Есть развозка.

Контакт для собеседования:  
**+7 (981) 734-48-28,**  
Анна Александровна

**ПОДРАБОТКА  
С ЕЖЕДНЕВНЫМИ ВЫПЛАТАМИ**

- ОПЫТ РАБОТЫ НЕ ТРЕБУЕТСЯ!
- ГРАЖДАНСТВО РФ
- ВЫХОД НА РАБОТУ УЖЕ ЗАВТРА

от **2500 до 10 000 руб. в день**  
**8-981-276-92-93**

**ТРАНСПАК**  
завод по производству упаковки

Приглашаем на работу в п. Тельмана:

■ **КЛАДОВЩИКА**, уверенное знание Excel, 1С, гр. сменный 3/3 (дневные и ночные смены), з/п 55 000 руб. (на руки)

■ **ВОДИТЕЛЯ ПОГРУЗЧИКА**, гр. сменный 2/2 (ночные смены), з/п от 50 000 руб. (на руки)

Мы предлагаем: развозку: Купчино – Колпино – Тельмана; Кировск – Никольское – Тельмана. Оформление согласно ТК РФ.  
Адрес: п. Тельмана, подъезд к г. Колпино, строение 2.

**+7 (931) 35-80-255,** (Пн.-Пт. с 9:00–17:00)  
**+7 (931) 35-88-005, hr@t-pack.ru**

# УБИРАЕМ ПЛЕСЕНЬ НА СТЕНАХ В КВАРТИРЕ: НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА И ЭФФЕКТИВНАЯ ХИМИЯ

**Плесень развивается из спор, благоприятной средой для которых являются влага, тепло и плохая вентиляция. Из-за этого рассадником грибка часто становятся мокрые зоны в квартире. Рассказываем, как избавиться от проблемы и что сделать, чтобы плесени больше не было.**



## ЧЕМ ОПАСНА ПЛЕСЕНЬ В КВАРТИРЕ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

Если вы вдруг съели очень заплесневелый кусок еды, можно отравиться. Но если постоянно находиться на жилплощади с поражёнными плесенью стенами, углами или потолками, заражение происходит незаметно, однако бесследно не пройдёт.

**Можно «заработать» одну из перечисленных болезней:**

- Кожные недуги — например, дерматит или экзема.
- Болезни дыхательных путей — астму, аллергию, бронхиты и ларингиты.
- Грибковые инфекции.
- Болезни ротовой полости, в частности, стоматиты.
- Недуги, связанные с опорно-двигательным аппаратом.
- Глазные инфекции вроде конъюнктивита.

Опасаться нужно любой плесени, но в квартирах чаще всего проявляется её чёрная разновидность. К сожалению, споры распространяются очень быстро, поэтому бороться с поражением нужно сразу.

## ГДЕ И ПОЧЕМУ ЧАЩЕ ВСЕГО Появляется грибок

Одна из главных причин — сырость. Не зря же тёмные пятна появляются чаще всего в санузлах, на чердаках, на кухнях около мойки, на площади первого и последнего этажа. А ещё в барабанах стиральных машин, в оконных рамах и в фильтрах сплит-систем.

Кстати, в домах с большим количеством растений, которые нуждаются в частых поливах, тоже высокая влажность. А это прямой путь к грибковым поражениям.

Душевые шторки — тоже популярный источник плесени. Кстати, именно отсюда споры распространяются по всей комнате и за её пределы.

По этой причине важно следить за грязью, вовремя обрабатывать материал.

Профилактические мероприятия по избавлению тоже нужно проводить.

То, чем отделаны ваши стены, никак не влияет на появление или отсутствие грибка. Зато чистоплотность, регулярная уборка и избавление от влажности — да.

Иногда причина растущего поражения — это неправильный способ строительства. Когда плохо работает вентиляция, влажность неизбежно будет высокой. Именно поэтому избавляться от напасти нужно комплексно — не только механически, но и убирать возможную причину.

## КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПЛЕСЕНИ В КВАРТИРЕ: НАРОДНЫЕ МЕТОДЫ

Попробуйте начать с народных рецептов — если поражение небольшое, возможно, у вас получится обойтись без «тяжелой артиллерии».

☑ **Уксус.** Используйте столовый уксус. Говорят, что это один из лучших способов удалить поражения в ванной, и не только в ней. Протрите поверхность или сбрызните на её из пульверизатора уксусом.

После протрите участок водой и оставьте на проветривание.

☑ **Перекись.** Попробуйте перексид водорода, ведь обычная «перекись» — одно из лучших антибактериальных средств.

Участки с налётом нуждаются в обработке 3% раствором. Не ограничивайтесь одним разом, чтобы вывести вредоносные бактерии.

☑ **Сода.** Известно, что грибок не может размножаться в щелочной среде, поэтому раствор соды — как раз то, что нужно.

Достаточно одной ложки в стакане воды. Этот вариант хорош для тех, кто не любит резкие запахи и боится токсичности — поверхности можно даже сильно не промывать после уборки.

☑ **Нашатырный спирт.** Это также эффективное средство для борьбы с поражением. Только используйте его не в чистом виде, а разведённым водой. Подойдет пропорция 1/1.

Но учитывайте, что этим способом можно отмывать только гладкие и ровные площадки. Например, пластиковые фасады мебели, плитку, а также стекло.

☑ **Отбеливатель.** Отбеливатели и бытовая химия с отбеливающим эффектом — ненатуральное, но тем не менее доступное средство. Оно достаточно агрессивно, поэтому лучше разбавить его водой.

Для нанесения используйте жёсткую щётку, так выводить будет проще и эффективнее. После удаления тщательно промойте поверхности водой.

☑ **Медный купорос.** Это бюджетное, но эффективное средство от плесени на стенах в квартире. Его можно купить в строительных и хозяйственных магазинах, представляет собой порошок или гранулы.

Но в чистом виде его не используют — устранить налёт можно противогрибковым «шампунем». Стандартные пропорции: 20 г

на 1 л воды. Используйте тёплую воду, чтобы сульфат меди растворился. А улучшить эффективность средства можно столовой ложкой уксуса.

Чтобы убить поражение на корню, следуйте следующей схеме. Сначала зачистите поверхность — для этого можно применить шпатель или наждачную бумагу.

После желательно промойте поверхность мыльным раствором — таким образом можно усилить свойства медного купороса изнутри. Когда участки просохнут, нанесите раствор купороса с помощью пульверизатора или губки. Снова дайте просохнуть в течение 3–5 часов и повторите процесс.

Вообще, чтобы побороть грязь, повторять нанесение нужно от 2 до 5 раз — точное количество зависит от того, какой изначальный тип поверхности и сколько поражений.

Не забывайте о мерах предосторожности. Проводя уборку самостоятельно, помните, что медный купорос ядовитый. Обязательно наденьте резиновые перчатки и желательные очки и маску, чтобы защитить слизистые от брызг. И обязательно проветривайте помещение.

## ХИМИЯ

Если народные методы не помогают, в таком случае на помощь придёт «тяжёлая артиллерия» — специальные химические средства. Например, «Фонгифлюид» или «Сенеж Эффо» помогают «высушить» поражения.

Их наносят один раз, а потом просто сухой щёткой убирают просохшие остатки.

Финальный этап — обновление грунтовки, которая запечатывает поверхность, делает её более прочной и воздухопроницаемой. Можно провести работы самостоятельно или привлечь специалистов.

## КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ Появление налёта

☑ Чаще мойте стены в «мокрых» зонах и вытирайте поверхности насухо, чтобы не «разводить» сырость.

☑ С помощью противогрибковых профилактических средств можно продлить чистоту и избежать рецидива.

☑ Если были поражены стены, выходящие на улицу, подумайте о дополнительном утеплении.

☑ Организуйте хорошее проветривание в ванной и на кухне. В санузле желательно сделать электрическую вентиляцию.

☑ Не экономьте на отоплении. В холодное время года дом особенно подвержен влаге.

☑ Если где-то есть постоянно не просыхающие места: например, в душевых кабинах или в барабанах стиральной машины — уделяйте им особенное внимание. Оставляйте дверки открытыми и давайте участкам просохнуть.

☑ В частном доме заделывайте трещины, а если такая неприятность постигла в многоквартирном доме — обратитесь в ЖКХ.

☑ Трещины вокруг окон тоже стоит герметизировать.



# ВЕЩИ, НА КОТОРЫЕ РЕБЁНОК ИМЕЕТ ПРАВО С РОЖДЕНИЯ

**Воспитывая ребёнка, мы, взрослые, порой забываем, что он — не наша собственность, не наш питомец. Он человек, который имеет такие же права, как и любой из нас. И многие права даны ребёнку уже с рождения, просто по факту того, что он появился на свет. И, чем старше становится ребёнок, тем больше прав (впрочем, и обязанностей) у него есть.**

## ПРАВО НА ИМЯ

А вместе с ним на фамилию, отчество, гражданство, жизнь и воспитание в семье. На заботу родителей и других близких людей. Все эти базовые права закреплены в Конституции, Семейном и Гражданском кодексах нашей страны.

## ПРАВО НА ДОЛЮ В КВАРТИРЕ

Если родители купили недвижимость с привлечением средств материнского капитала, то они обязаны выделить долю в квартире детям. За этим проследят органы опеки. При продаже такой квартиры придётся получить разрешение в органах опеки. Учтите, что детские доли при приобретении нового жилья должны быть такими же, как в продаваемой квартире, либо больше. Уменьшать доли разрешат только при значимом улучшении качества нового жилья и условий проживания.

## ПРАВО НА ОБЩЕНИЕ С РОДНЫМИ

Даже если мама с папой развелись, они не стали от этого бывшими родителями. Как и не стали бывшими бабушки и дедушки, дяди и тёти с обеих сторон. Помех их общению быть не должно. Понятно, что семьи редко распадаются совсем без конфликтов, и отношения между взрослыми могут быть испорчены. Но на ребёнке это отражаться не должно — на то родители и взрослые, чтобы уметь договариваться в интересах детей.

## ПРАВО НА ОБРАЗОВАНИЕ

Тоже базовое право, прописанное в наших законах. Кроха имеет право получить место в детском саду, а потом и пойти в школу. Минимальный возраст для первоклашки — шесть с половиной лет. А с восьми лет он уже может вступать в детские общественные объединения.

Кстати, среди дополнительных связанных с этим прав — право учиться недалеко

от дома, вот почему школы и садики принимают ребят по территориальному принципу. А также право учиться дома — семейное образование тоже вполне легальная форма обучения.

## ПРАВО НА ЗДОРОВЬЕ

До 15 лет все медицинские манипуляции совершаются исключительно с разрешения и под присмотром родителей. Но начиная с этого возраста подросток уже может сам решать, нужно ему то или иное медицинское вмешательство или нет. Кстати, прививок это тоже касается.

## ПРАВО НА ПОКУПКИ

Первые деньги ребёнку можно вполне легально доверить уже в шесть лет. С этого возраста Гражданский кодекс разрешает совершать «мелкие бытовые сделки». То есть, кроха может самостоятельно (но под вашим присмотром) тратить карманные или подаренные ему деньги. Купить себе шоколадку, небольшую игрушку, билеты в кино.

Однако, если ребёнок постарше сам пошёл в магазин и купил что-то дорогое, что родителям не по нраву (например, новый смартфон), они могут отменить сделку, так как она не мелкая, и не бытовая. Правда, делать это, скорее всего, придётся через суд.

## ПРАВО НА ГОЛОС

Если ребёнку уже исполнилось 10 лет, от его мнения не отмахнёшься. Ребёнок может озвучить свою позицию при решении любого вопроса, связанного с его интересами. То есть силком заставить его ходить на танцы, когда он сам выбрал хоккей, или же перевести в другую школу, когда он хочет остаться в этой, может и получиться, но будет нарушением его прав. Учитесь договариваться.

Правда, бросить школу, даже если школьник очень этого хочет, он всё равно не смо-

жет. Это удастся сделать самое раннее в 15 лет, если не против родители. И то, здесь речь идёт о том, чтобы вместо одиннадцати закончить девять классов и отправиться получать профессиональное образование.

Кроме того, ребёнок в 10 лет может выступить в суде в ходе любого разбирательства, в том числе высказаться, с кем из родителей он хочет остаться жить при разводе (если это не противоречит его интересам). А также дать согласие или наоборот не согласиться:

- ✓ на изменение своих имени, фамилии или отчества;
- ✓ на восстановление родительских прав;
- ✓ на своё усыновление или передачу в приёмную семью.

## ПРАВО НА РАБОТУ

Это только творческие натуры — дети-актёры, музыканты, циркачи — могут (с разрешения органов опеки) работать с малых лет. Для всех остальных минимальный «трудовой» возраст — 14 лет. И снова только с разрешения семьи.

В этом возрасте подросток может работать 24 часа в неделю, максимум пять часов в день. Исключительно в свободное от учёбы время, а не вместо неё. Всё, что он заработает, может потратить по своему усмотрению и даже, например, открыть вклад в банке и также распоряжаться им, как угодно.

В 16 лет уже можно самостоятельно заключать трудовой договор или договор подряда, работая при этом до семи часов в день. Почти как взрослый, с небольшими ограничениями: подростков нельзя отправлять в командировки, привлекать к сверхурочной работе, вызывать на работу в выходные и по праздникам. Им нельзя даже устроить испытательный срок, а сразу надо зачислять в штат с назначением оклада.

## ПРАВО СЕСТЬ ЗА РУЛЬ

Если это руль велосипеда, то минимальный возраст, как вы понимаете, не ограничен. Впрочем, выезжать на проезжую часть, то есть становиться полноправным участником движения, юный велосипедист может лишь с 14 лет.

В этом же возрасте подросток может обучаться вождению мотоцикла. Правда, вождение прав придётся ждать ещё два года — категорию А выдают исключительно с 16 лет.

## ПРАВО НА СВОИ ВЕЩИ

В Семейном кодексе это сформулировано так: ребёнок не имеет права собственности на имущество родителей, родители — на имущество ребёнка. При этом, проживая совместно, они могут владеть и пользоваться имуществом друг друга по взаимному согласию.

То есть, формально без разрешения мама или папа не могут взять ничего из детских вещей. А ребёнок, в свою очередь, не должен брать из спроса ничего из взрослого обихода. Это касается абсолютно всего, в том числе и подарков. Если вашему чаду подарили планшет, не получится просто так объявить его общим.





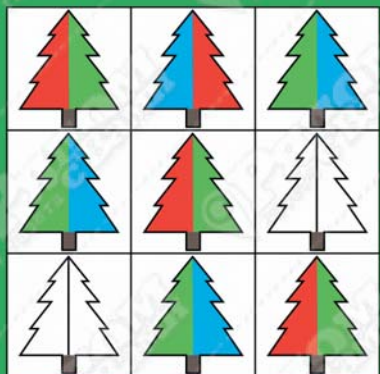
Что здесь лишнее?



Сколько ножниц?

**ОТГАДАЙ ЗАГАДКУ**

Когда руки бывают тремя местоимениями?



Раскрась ёлочки в нужный цвет.

**ЗИМНЕЕ ЯВЛЕНИЕ ПРИРОДЫ**

Найди и вычеркни все повторяющиеся буквы. Из оставшихся букв, расположенных сверху вниз, сложи ключевое слово.

И	Ж	В	Б	И	Л	С	И
Р	У	Н	У	Р	У	Т	Р
Л	Я	М	Я	З	Л	З	Е
Ч	Ж	В	Г	Ч	Ч	Э	Ч
И	У	М	Б	Ю	О	Т	Б
П	Ж	Ф	Х	Ф	Л	Э	Х
И	У	М	Ь	А	Ь	М	Ь
Л	Д	В	Б	Ю	Л	Т	В



**КРАСАВЧИКИ ИЗ СНЕГА**



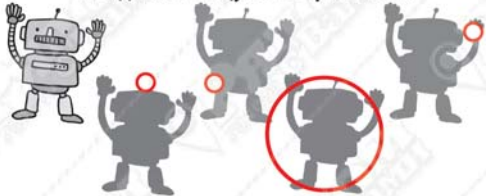
Найди 10 отличий.



Реши логические задачи.

Ответы на детские задания № 46

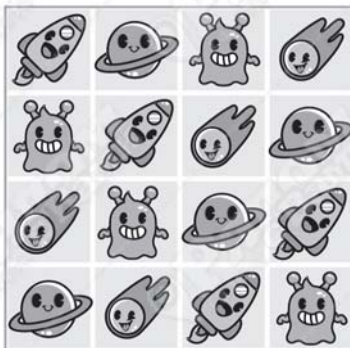
Найди настоящую тень робота: 4.



Б	Ы	К					
Б	У	К	Р	А	Н	Ь	
Б	У	М	Е	Р	А	Н	Г
Б	У	Р	Р	И	Н	Г	

Три подарка:  
Арина - б,  
Захар - в,  
Лада - а.

Отгадай загадку: за дверь.



Что здесь лишнее: помидор, это овощ.

3	5	4	0	1		1	9	7	2	7			
9		2	0	2	8	8		1		1			
1	6	8	7	0	4		3	7	6	3	8		
1		0	2	9	8	3	0		6		3		
8	9	2	9	4	4		7	4	1	8	7		
	2		3		3	5	9		6		2		
	4	5	9	0	7		8	7	4	3	2		
	4		6		5	1	0		5		9		
3	0	6	6	4		9		9	6	7	2	8	
1		0		6	4	6	8	6		2		8	
2	8	4	6	2		2		3	3	3	6	8	
0		5		7	8	5	5	2		9		5	
2	0	8	3	2					3	7	9	2	9

# АНОНС МЕРОПРИЯТИЙ В КОЛПИНО И ТОСНО

## В КОЛПИНСКОМ РАЙОНЕ

КДЦ «Подвиг»

(г. Колпино, Павловская ул., д. 34)

КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЙ ЦЕНТР

# ПОДВИГ

### БЕСПЛАТНЫЕ КИНОПОКАЗЫ

**3 декабря**

12:00 М/ф «Робин Гуд». (6+)

14:00 Х/ф «Сила добра». (12+)

**6 декабря**

17:00 М/ф «Пингвинёнок Пороро: Пираты острова сокровищ». (6+)

**9 декабря**

12:00 М/ф «Суворов: Великое путешествие». (6+)

**12 декабря**

16:00 Х/ф «Отряд Таганок». (6+)

**13 декабря**

17:00 М/ф «Волшебный лес». (6+)

**17 декабря**

13:30 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)

**18 декабря**

17:00 М/ф «Золушка». (6+)

**24 декабря**

14:00 М/ф «Королевские каникулы». (6+)

**29 декабря**

15:00 М/ф «Аннабель». (6+)

**30 декабря**

12:00 М/ф «Великолепная пятёрка». (6+) Количество мест ограничено. Возможны изменения. Подробности по телефону: 469-50-92.

**Парк культуры и отдыха г. Колпино**  
(Сцена парка Атракционов на п-ове)

**23 декабря**

14:00 «Сюрпризы Деда Мороза» — культурно-досуговая программа, посвящённая Празднику новогодней ёлки. Сцена парка аттракционов. Вход свободный.

**КДЦ «Ижорский»**

(Колпино, Советский б-р, д. 29, лит. А)

**10 декабря**

16:00 Арт-встреча с петербургским автором-исполнителем Евгением Пальцевым. Ротонда. Вход свободный.

**13 декабря**

18:30 «Романсы с Людмилой Луговой» — творческий вечер студии «КОМПАС». Ротонда. Вход свободный.

**с 17 декабря по 10 января**

«Рисунок пером» — персональная выставка Валерия Круса. Открытие выставки 17 декабря в 16:00. Выставка работает: понедельник-четверг с 16:00 до 18:00; воскресенье с 15:00 до 18:00. Ротонда. Вход свободный.

**24 декабря**

16:30 «Волшебные мелодии зимы» — творческая встреча с солистами класса сольного пения. Ротонда. Вход свободный.

**27 декабря**

18:30 «Новогодний серпантин» — творческая программа авторской студии «КОМПАС». Ротонда. Вход свободный.

**Детская районная библиотека**  
(Колпино, ул. В. Слуцкой, д. 50)

**1 декабря**

Выставка декоративно-прикладного искусства «Зимние фантазии», посвящённая Новому году. Экспозиция продолжит свою работу до 17.01.2024 г. Вход свободный. (0+)

**6 декабря**

17:00 Спектакль «Про Емелю-богатея» кукольно-драматического театра «Игра» по мотивам сказки «По щучьему велению». Мультимедийный зал. Вход свободный. (0+)

## В ТОСНЕНСКОМ РАЙОНЕ

**Кинотеатр «Космонавт»**

(Тосно, пр. Ленина, д. 40)

**по 13 декабря**

Х/ф «Моя ужасная сестра 2». (6+) М/ф «Большое маленькое приключение». (6+)

**по 20 декабря**

Х/ф «Хоккейные папы». (6+)

Тел.: 8 (81361) 2-58-52, 8 (81361) 2-68-15.

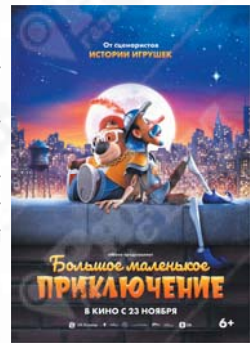
					Заключительное творение		«Глупый» роман Достоевского	Источник текущих проблем на кухне
Болтун, враль		Шоу шамана		«Одуванчик» на макушке				
					«Передвиженец»		С него можно сбить	
«Волшебный пинок»		Экзамен для влюблённых		Разрешённое убийство				
				Слишком громкоговорятель		Поединок за прилавком		
Карты вместо кофейной гущи							Высота звука	Долгоиграющая военная операция
Лыжное «снадобье»	«Отославший» бифштекс		Место раздачи горошка					
				Зарифмованная лесь		Трёхсотлетняя хана под ханом	Тигр «в уютных размерах»	
	«Колорист» на стройке		Наука «строительных мыслей»					
						Возрастная единица		
	Небьющийся предмет спора		Ну и ну					

## СЕЙЧАС В КИНОТЕАТРАХ

### «БОЛЬШОЕ МАЛЕНЬКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ»

Мультфильм, семейный. Франция, Испания, Бельгия. 2023 г. Режиссёр: Жерми Дегрюсон (6+)

Для мечтателя Дон Кихота не бывает маленьких приключений, хоть он и не рыцарь, а всего лишь игрушка. Его безграничная фантазия превращает каждую возможность в эпический подвиг. Когда его друзья из кукольного театра похищают, Дон получает шанс стать настоящим героем. Вместе с плюшевым Доггом, ищущим семью, Дон отправляется в невероятное путешествие через весь Центральный парк Нью-Йорка. Теперь необычным товарищам предстоит осознать силу дружбы, отваги и воображения.



К	С	Ш	З	Т
Р	А	С	П	А
К	О	В	О	В
П	Р	Е	Е	П
П	О	Л	У	С
Т	А	Т	У	Н
Б	Т	И	Р	Е
С	Л	О	В	О
У	Р	Л	Е	С
О	Р	А	Л	О
К	Н	К	Р	О
У	Т	К	А	Р

ОТВЕТЫ  
НА СКАНВОРД  
ОТ 24.11.23 г.

**ТРК ОКА**  
ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

# Афиша декабрь

Участие во всех мастер-классах **БЕСПЛАТНОЕ**  
Следите за новостями в группе ВК ТРК «ОКА» по времени и формату проведения!  
[vk.com/trkoka](https://vk.com/trkoka)

**2 декабря** / начало в 11 ч.

«Шахматный турнир»  
Предварительная запись в группе ВК.  
Место проведения: 3 этаж

**9 и 17 декабря** / начало в 13 ч.

Мастер-классы от «Соляная пещера»  
Предварительная запись в группе ВК.  
Место проведения: 1 эт. у «Соляная пещера»

**16 декабря** / начало в 12 ч.

«Заводной выходной»  
Без предварительной записи.  
Место проведения: 1 эт.

**23 декабря** / начало в 12 ч.

Художественный МК от студии «i-Палитра»  
Предварительная запись в группе ВК.  
Место проведения: 3 эт.

**3 декабря** / начало в 12 ч.

Кулинарный МК от ресторана «Пиворама»  
Предварительная запись в группе ВК.  
Место проведения: здание кинотеатра «Мираж-Синема»

**10 и 24 декабря** / начало в 13 ч.

Творческий Мастер-класс от «Мастерская событий»  
Без предварительной записи.  
Место проведения: 3 этаж

**16 и 23 декабря** / начало в 11 ч.

Мастер-классы от «Академия детства»  
Предварительная запись в группе ВК.  
Место проведения: 2 этаж, здание кинотеатра «Мираж Синема»

**23.12 в 12:00**  
День рождения **Fitness Land**  
праздничная программа • розыгрыш призов

[vk.com/trkoka](https://vk.com/trkoka) [www.trkoka.ru](http://www.trkoka.ru)

**Ждем вас в комплексе положительных эмоций!**

## 9 ДЕКАБРЯ В ДК ТОСНЕНСКИЙ СОСТОИТСЯ ОТКРЫТЫЙ ФОЛЬКЛОРНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «ЕГОРИЙ ЗИМНИЙ»

Панорамная фотозона встретит гостей в фойе Дворца культуры.

• В **14:00** не проходите мимо развесёлой площадки К-ЛУБОК с фольклорным ансамблем «Матица» и народным коллективом фольклорным ансамблем «Гармония».

• В школе гусельника Антония можно узнать много интересного о русских традиционных инструментах от известного новгородского музыканта Антона Вакурова и даже научиться на них играть.



• Вы сможете вместе с мастерами Центра женских инициатив собственными руками сделать настоящий оттиск русской лубочной картинкой.

• Художник Наталия Тарасова предложит роспись на глиняной тарелочке и Кот Котофей останется вам в подарок.

• В малом зале всех ждёт творческая встреча с музыкантами всемирно известного ансамбля «Терем-квартет», заслуженным артистом России Андреем Смирновым и заслуженным артистом России Андреем Константиновым.

• В **15:00** распахнёт свои двери Концертный зал и начнётся программа «Русские картинки».

Яркие номера тосненцам подарят:

• образцовый коллектив ансамбль танца «Непоседы», образцовый коллектив Школа эстрадного искусства «Маленькие Звёздочки»,

• театр костюма «Катюша» Центра творчества юных из г. Гатчина, фольклорный ансамбль «Дуня» Детской школы искусств им. И.О. Дунаевского фольклорный ансамбль «Крутицы» из Санкт-Петербурга, детский фольклорный ансамбль «Теремок» Санкт-Петербургского городского Дворца творчества юных.

Открытый фольклорный фестиваль «Егорий зимний» состоится при поддержке Комитета по культуре и туризму Ленинградской области и администрации муниципального образования Тосненский район Ленинградской области. Вход свободный. (0+)

## АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ С 4 ПО 10 ДЕКАБРЯ

**Овен 21.03–20.04** Наступает благоприятное время для всякого рода начинаний. Могут открыться новые возможности, используйте этот шанс. Неделя благоприятна для новых контактов, налаживания нужных связей, только не стоит быть слишком откровенным с новыми знакомыми.

**Телец 21.04–21.05** Старайтесь побороть острое желание ввязаться в авантюру, если таковое возникнет. Прислушайтесь к советам близких, они помогут вам решить даже туиковые, на первый взгляд, вопросы. Используйте благоприятное время, чтобы приобрести стратегических союзников.

**Близнецы 22.05–21.06** Уверенное высказывание интересных идей и предложение сделает вас приятным собеседником и на работе, и в быту. Но и от общения можно устать, поэтому вдохните поглубже и проявите великодушие к окружающим, если нет возможности избежать контактов с ними.

**Рак 22.06–22.07** Вы можете столкнуться с некоторыми финансовыми проблемами, но не стоит паниковать. Используйте свои знания и опыт, чтобы найти решение. Не забывайте про свою семью и близких людей, они помогут вам в трудную минуту.

**Лев 23.07–21.08** Ваша уверенность в себе может быть немного снижена из-за внешних факторов и не забывайте, что вы являетесь лидером и способны справиться со всеми проблемами. Не стесняйтесь просить помощи у своих друзей и коллег.

**Дева 22.08–23.09** Вам может показаться, что всё идёт не так, как вы хотели бы, но это не повод для паники. Используйте свои навыки и знания, чтобы решить проблемы и достичь поставленных целей. Не забывайте об отдыхе и заботе о своём здоровье.

**Весы 24.09–23.10** Вам не нужно бояться пробовать что-то новое и экспериментировать. Это может привести к успеху и новым возможностям. Не забывайте о своей индивидуальности и уникальности. Можете смело начать заниматься творчеством.

**Скорпион 24.10–22.11** Неделя благоприятна для труда и отдыха. Вам будет просто необходимо мобилизовать свои силы для решительного прорыва, но не стоит забывать и о личной жизни. Постарайтесь, чтобы режим работы был свободным, это положительно повлияет на результат.

**Стрелец 23.11–22.12** Не отказывайте в помощи друзьям, постарайтесь не ввязываться в ссоры, которые могут омрачить ваше хорошее настроение. Не болтайте лишнего. Сейчас лучше держаться подальше от слишком соблазнительных и заманчивых проектов.

**Козерог 23.12–20.01** В начале недели может усилиться потребность в домашнем уюте. Самое время спокойно разобраться в недомолвках, если они есть. Если к вам будут обращаться за советом или за помощью — помогите, но не взваливайте на себя непосильную ношу.

**Водолей 21.01–19.02** Могут возникнуть ситуации, которые спровоцируют перемены. Вероятно, появится возможность решить сложный вопрос в отношениях с близкими вам людьми. Внутренний стержень и мотивация помогут вам двигаться в нужном направлении к вашим целям.

**Рыбы 20.02–20.03** Вас могут обуревать положительные и отрицательные чувства. Вы себя знаете и в курсе, каким из них преимущественно отдаёте предпочтение и чем обычно это заканчивается. Поэтому или держите их в узде, или отпустите на волю, если считаете, что так вам будет лучше.

НА СКЛАД ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНА  
ТРЕБУЕТСЯ:

## УБОРЩИК (ЦА)

УСЛОВИЯ:

- Зароботная плата от 75 000 руб. (смена 2 500 руб.)
  - Гибкий график на Ваш выбор (5/2, 4/3, 4/2, 3/3, 3/2, 2/2, 7/0, подработка)
  - Выплаты без задержек
  - Бесплатная удобная спецодежда
- Место работы:  
Московское шоссе, д. 143  
БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА  
м. «Дунайская», «Дыбенко»



ТЕЛ. ОК: 8-921-954-46-89

ТРЕБУЕТСЯ НА ПРОИЗВОДСТВО  
АВТОМОБИЛЬНЫХ  
КОМПЛЕКТУЮЩИХ:

## ТРАКТОРИСТ на ВОВСАТ



График работы:  
5/2 с 08:00 до 17:00

Зароботная плата:  
75 000 руб./мес.

МЕСТО РАБОТЫ:  
п. Шушары, ул. Ленина, д. 39, лит. А

ТЕЛ. ОК: 8-921-954-46-89

## РЕМОНТ КВАРТИР ПОТОЛКИ/ОКНА

18 лет успешной работы

ЦИКЛЕВКА ПАРКЕТА  
УКЛАДКА ЛАМИНАТА,  
КАФЕЛЯ, СТЯЖКА,  
ОКЛЕЙКА ОБОЕВ И ДР.

БАЛКОНЫ • ЖАЛЮЗИ  
ОСТЕКЛЕНИЕ ЛОДЖИИ  
«ПОД КЛЮЧ»

ДВЕРИ ПРИ ЗАКАЗЕ РЕМОНТА «ПОД КЛЮЧ» -  
ДВЕРИ В ПОДАРОК!

981-25-50,

Колпино, ул. Оборонная, д.1, ТРК «Лента», 2 эт., секц. 2С 8-921-343-59-88



«ОПЕКА» посёлок Понтонный

в современный пансионат требуются:

## СИДЕЛКИ проводится обучение! МЕДИЦИНСКИЕ СЁСТРЫ

- Официальное оформление.
- Полный соц. пакет.
- Гарантированная зароботная плата.
- Удобные графики работы.
- Комфортные условия.
- Бесплатная форма.
- Бесплатное питание.

8 (964) 727-18-57; 8 (906) 276-66-17



ТРЕБУЮТСЯ

## ВАКАНСИИ С ОБУЧЕНИЕМ: ОПЕРАТОР ПЕЧАТНОЙ МАШИНЫ и ОПЕРАТОР ЭКСТРУДЕРА

ЗП 50 000 руб. на руки на период обучения,  
далее от 65 000 до 110 000 руб. на руки  
(в зависимости от разряда)

Работа на высокотехнологичном  
оборудовании, график работы сменный  
2/2 дневные/ночные смены.

## КЛАДОВЩИК-ВОДИТЕЛЬ ЭЛЕКТРОШТАБЕЛЕРА НА СКЛАД ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ

ЗП от 52 000 руб. на испытательном сроке,  
далее до 84 000 руб. на руки

Пятидневка с 9:00 до 18:00

## ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ НА ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ СКЛАД

ЗП от 38 000 руб. на испытательном сроке,  
далее до 53 000 руб. на руки

Пятидневка с 9:00 до 18:00



АДРЕС: ПОС. САПЁРНЫЙ,  
ТЕРРИТОРИЯ МК «БАЛТИКА».

СЛУЖЕБНАЯ РАЗВОЗКА: СТ. М. КУПЧИНО -  
СТ. М. РЫБАЦКОЕ - ПОС. САПЕРНЫЙ.

(812) 600-44-70 (доб. 3107)

НА СКЛАД  
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНА  
ТРЕБУЕТСЯ

## СБОРЩИК ЗАКАЗОВ

Зароботная плата:  
75 000 до 143 000 руб.  
(на руки)

ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ  
ВНЕПЛАНОВЫХ ВЫПЛАТ!

УСЛОВИЯ:

- Гибкий график на Ваш выбор (5/2, 4/3, 4/2, 3/3, 3/2, 2/2, подработка);
- Выплаты без задержек;
- Бесплатная удобная спецодежда.

МЕСТО РАБОТЫ:

- ул. Софийская 118 к4 с1 (Склад)

БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА

Тел. ОК: 8-921-954-46-89

НА ПРОИЗВОДСТВО ПЛАСТИКОВОЙ  
ТАРЫ ПРИГЛАШАЕМ:

## ПОДСОБНЫХ РАБОЧИХ

УСЛОВИЯ:

- Зароботная плата: 60 000 руб./мес. (смена – 2000 руб.)
- Возможность выбора удобного графика работы;
- Ежедневные выплаты;
- Бесплатные обеды;
- Трудоустройство с первого дня работы по ТК РФ;
- Для граждан СНГ финансирование в оформлении документов.

МЕСТО РАБОТЫ:

- п. Металлострой, дорога на Металлострой, д. 5

БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА

- от м. «Рыбацкое», п. Металлострой.
- От г. Колпино автобус 396А до остановки «Кольцо».



ТЕЛ. ОК: 8-921-954-46-89

НА КИРПИЧНЫЙ ЗАВОД  
ТРЕБУЮТСЯ



- ЭЛЕКТРОМОНТЕР (86 900 руб., г. Колпино)
- СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК (79 700 руб., г. Никольское, п. Рябово)
- ВОДИТЕЛЬ ФРОНТАЛЬНОГО ПОГРУЗЧИКА (74 000 руб., г. Колпино)
- ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК (87 200 руб., г. Никольское, п. Рябово)
- ОПЕРАТОР ПУЛЬТА УПРАВЛЕНИЯ (67 200 руб., г. Колпино, г. Никольское)
- ОПЕРАТОР ПО АСУ ТП (85 300 руб., п. Рябово)
- НАЛАДЧИК ОБОРУДОВАНИЯ (91 800 руб., г. Никольское)
- ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ НА ПРОИЗВОДСТВО (67 000 руб., г. Колпино)
- ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ (48 000 руб., г. Колпино, г. Никольское)
- УБОРЩИК ТЕРРИТОРИИ (48 000 руб., г. Никольское)

- Оформление по ТК РФ.
- Питание.
- Развозка из Колпино, Тосно и Никольского.

8 (921) 769-32-53, 8 (812) 334-87-66