

СЛАВЯНИКА СЕГОДНЯ

Издается в сотрудничестве с пресс-службой

Законодательного собрания Санкт-Петербурга

День знаний

Сентябрь. Первое.
 День встречи.
 Цветы, улыбки!
 Построенье. Речи.
 Как выросли друзья!
 Переживают мамы,
 Торжественны учителя.
 Беда Беслана.
 Едина Родина.
 Мы вместе строим здание.
 Сентябрь. Первое.
 День знаний!

Сергей ИВАНОВ

Дорогие петербуржцы!

Первое сентября – один из самых любимых наших праздников. Это особенный день для всех нас, потому что все мы были детьми.

Прежде всего я поздравляю наших первоклассников. Вы делаете первый шаг во взрослую жизнь. Отныне каждый день вас ждут новые открытия в Стране знаний.

Я поздравляю родителей, которые впервые поведут детей в школу. С этого дня у вас тоже начинается новая жизнь. Я желаю, чтобы ваши дети успешно учились.

Я хочу поздравить наших первокурсников. Вы выдержали серьезное испытание и стали студентами петербургских вузов. Наш город всегда славился высоким качеством образования. Я уверена, что по окончании вузов вашим талантам найдется достойное применение.

И, конечно, я поздравляю наших учителей с началом нового учебного года. Рада, что в этом году в школы Петербурга пришло много молодых педагогов. Мы и впредь будем делать все возможное, чтобы профессия учителя была одной из самых престижных.

С праздником, дорогие петербуржцы, с Днем знаний!

Губернатор Санкт-Петербурга Валентина МАТВИЕНКО

Дорогие ребята, педагоги и родители!

Сердечно поздравляю вас с началом учебного года! Желаю творческих успехов, взаимопонимания и удачи во всех начинаниях.

Пусть в новом учебном году все невзгоды обходят стороной, а проблемы, которые ставит перед вами жизнь, успешно решаются!

Здоровья и семейного благополучия!

Председатель Комиссии по образованию
 Законодательного собрания Санкт-Петербурга
 Андрей ЛОВЯГИН



Фото С. Смоляр

«Скоро в школу»

стр. 5

Дорогие друзья! Мальчики и девочки, папы и мамы, бабушки и дедушки! Уважаемые педагоги!

От всей души поздравляем всех с началом нового учебного года! Пусть всем – и тем, кто начинает учиться, и тем, кто продолжает путь по «тернистой тропе знаний», и тем, кто помогает им – сопутствуют успех, удача и здоровье! С праздником!

Дорогие первоклашки!
 Вот пришел желанный час,
 Ты зачислен в первый класс.
 Ты, дружок, послушай нас,
 Мы дадим тебе наказ:
 Всем о школе расскажи,
 Честью школы дорожи,
 Содержи всегда в порядке

Книжки, прописи, тетрадки!
 В школе должен научиться
 Ты читать, считать, писать.
 Непозволительно лениться,
 Нужно делать все на «5»!

Депутаты Муниципального совета
 и местная администрация
 муниципального образования МО № 53

Дорога

В самом конце лета, 30 августа, состоялась торжественная церемония открытия участка Кольцевой автодороги (КАД) – от Московского шоссе до правого берега Невы.



Новый участок протяженностью около 7 километров, который введен в эксплуатацию, будет способствовать освобождению города от грузового транспорта и решению ряда экологических проблем – отметила на церемонии губернатор Валентина Матвиенко. Она также сообщила, что Восточное полукольцо КАД планируется ввести в эксплуатацию до конца 2005 года.

Министр транспорта Игорь Левитин напомнил, что Правительство РФ выпустило распоряжение о строительстве Западного полу-

кольца КАД. По его словам, строительство западного полукольца предполагается завершить в 2008 году.

Как сообщалось ранее, распоряжение о строительстве I очереди Кольцевой автодороги вокруг Петербурга (Восточное полукольцо) было подписано Правительством РФ в марте 2001 года.

Восточное полукольцо КАД, протяженностью около 75 км, свяжет Приморское и Московское шоссе Петербурга, что позволит в результате переключить значительный поток движущегося по

магистрали «Скандинавия» автотранспорта с внутренних улиц и дорог города.

В целом, стоимость строительства I очереди КАД составляет 57,6 млрд. рублей. Финансирование ведется за счет средств федерального бюджета, а также кредитов иностранных банков.

Проект строительства трассы Западного скоростного диаметра, которая пройдет с севера на юг Петербурга, будет реализован поэтапно.

Трасса общей протяженностью около 46 км разделена на 3 участка: Южный (8,4 км), Центральный (около 12 км) и Северный (26 км).

Строительство Южного участка будет вестись за счет федерального бюджета. Общий объем средств, запланированных на его строительство, составляет 19,4 млрд. рублей. Объем финансирования, необходимый для возведения Центрального участка, составит около 26,6 млрд. рублей, Северного – 6 млрд. рублей.



Школа искусств

Новая школа искусств в Невском районе приняла первых учеников в День знаний.

Здесь на художественном, музыкальном, театральном и хореографическом отделениях начнут обучение на бюджетной основе 660 учащихся – сообщает пресс-служба Комитета по культуре Администрации Петербурга.

Потребность в новом здании для художественной школы в Невском районе города назрела давно: с 1983 года на правом берегу Невы работала единственная школа искусств, которая

не могла принять всех желающих получать художественно-эстетическое образование. Правительством города в 2005 году было принято решение о приобретении здания стоимостью 113 млн. руб. за счет средств городского бюджета. Четырехэтажный кирпичный дом общей площадью 3829 кв. м на улице Коллонтай стал второй школой искусств для детей Невского района.

Повышение стипендий

С нового учебного года повысятся специальные стипендии, учрежденные для особо отличившихся в учебе студентов городских вузов и колледжей.

На заседании городского Правительства принято постановление «О мерах государственной поддержки студентов государственных образовательных учреждений высшего и среднего профессионального образования».

С 1 сентября этого года специальные стипендии Правительства Санкт-Петербурга будут увеличены с 600 до 800 рублей для студентов вузов, и с 300 до 400 рублей – для студентов колледжей. Всего

установлено 130 стипендий для вузов и 70 – для колледжей. Кроме того, учреждено 15 стипендий для соотечественников из стран Балтии, обучающихся в петербургских учебных заведениях.

Молодежная политика

На заседании городского Правительства был принят проект Закона «Об основных направлениях молодежной политики Санкт-Петербурга на 2006-2010 годы».

Основными направлениями определены: воспитание граж-

данственности и патриотизма; поддержка деятельности молодежи и детских общественных объединений; обеспечение занятости несовершеннолетних и молодежи; организация работы по месту жительства; организация отдыха и оздоров-

ления; профилактика правонарушений среди молодежи и несовершеннолетних; решение жилищных проблем. Предусмотрено также информационное обеспечение реализации молодежной политики.

В. Н. полушко

Социальная помощь

Право на получение государственной социальной помощи в виде набора социальных услуг имеют категории граждан, указанные в ст. 6.1 Федерального закона от 17 июля 1999 года № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи» в редакции Федерального закона от 22 августа 2004 г. № 122-ФЗ.

В состав предоставляемого гражданам из числа категорий, указанных в ст. 6.1 Федерального закона, набора социальных услуг включаются социальные услуги, на оплату которых направляется 450 рублей в месяц, а именно:

1. на оплату социальной услуги, предусмотренной пунктом 1 части 1 статьи 6.2 Федерального закона – 400 рублей. Социальная услуга включает в себя дополнительную бесплатную медицинскую помощь, предусматривающую обеспечение необходимыми лекарственными средствами по рецептам врача и санаторно-курортным лечением при наличии медицинских показаний, осуществляемым в соответствии с законодательством об обязательном медицинском страховании;

2. на оплату социальной услуги, предусмотренной пунктом 2 части 1 статьи 6.2 Федерального закона – 50 рублей. Социальная услуга включает в себя возможность бесплатного проезда на пригородном железнодорожном транспорте и междугородном транспорте к месту лечения и обратно.

Изменение суммы, направляемой на оплату предоставляемой гражданам набора социальных услуг (социальной услуги), производится в порядке и

сроки, определяемые Правительством Российской Федерации.

Периодом предоставления гражданам социальных услуг является календарный год.

В случае, если гражданин в течение календарного года приобрел право на получение социальных услуг, периодом предоставления ему социальных услуг является период с даты приобретения гражданином права на получение социальных услуг до 31 декабря текущего года.

Допускается отказ от получения набора социальных услуг на следующий год в срок до 01 октября текущего года полностью или отказ от одной из вышеуказанных социальных услуг только по заявлению гражданина лично или иным способом. В последнем случае установление личности и проверка подлинности подписи гражданина осуществляются нотариусом или в порядке, установленном пунктом 3 статьи 185 Гражданского кодекса Российской Федерации.

В случае, если гражданин до 01 октября текущего года не подал заявление об отказе от получения социальных услуг в следующем году, то в следующем году они продолжают ему предоставляться в установленном порядке.

В целях улучшения обслуживания пенсионеров Управлением Пенсионного фонда по Невскому району организован прием заявлений об отказе от получения социальных услуг для льготников Невского района в муниципальных округах по графику, указанному в таблице:

Муниципальный округ №	Адрес	День приема	Время приема	Перерыв на обед
49	Ул. Седова, д. 19	Понедельник	10.00–16.30	13.00–14.00
50	Ивановская ул., д. 26	Четверг	10.00–16.30	13.00–14.00
51	2-й Рабфакровский пер., д. 2	Среда	10.00–16.30	13.00–14.00
52	Караваевская ул., д. 31/3	Четверг	9.30–16.30	13.00–14.00
53	Ул. Новоселов, д. 5а	Среда	10.00–16.30	13.00–14.00
54	Дальневосточный пр., д. 42	Вторник	10.00–16.30	13.00–14.00
55	Ул. Коллонтай, д. 21	Понедельник	09.00–16.30	13.00–14.00
56	Ул. Коллонтай, д. 41	Вторник	10.00–16.30	13.00–14.00
57	Ул. Латышских Стрелков, д. 11, к. 4	Пятница	10.00–16.30	13.00–14.00
	Ивановская ул., д. 11	Понедельник	09.00–17.30	13.00–14.00
		Вторник	09.00–17.30	13.00–14.00
		Среда	09.00–17.30	13.00–14.00
		Четверг	09.00–17.30	13.00–14.00

В Управлении Пенсионного фонда по Невскому району заявления об отказе от социальных услуг (пакета) принимаются по адресу: пр. Большевиков, д. 63, корп. 5 ежедневно, кроме субботы и воскресенья, с 9.00 до 13.00 и с 14.00 до 17.30. По пятницам прием граждан с 9.00 до 13.00.

Осень в нашем городе

Первый осенний месяц в Петербурге ожидается теплым и солнечным.

Начальник отдела прогнозов Гидрометцентра города Александр Колесов сообщил: «Температура воздуха в сентябре будет выше нормы. Погода в первой половине месяца будет сухой и теплой, в отдельные дни воздух прогреется до 23 градусов. Вторая половина месяца будет немного прохладнее: днем ожидается – 14–19 градусов, ночью – 4–9».

Количество осадков ожидается около 85% от нормы.

По словам специалиста, температура воздуха в октябре и ноябре ожидается ниже нормы. «Если в начале октября прогноз благоприятный, температура воздуха будет соответствовать норме, то конец месяца и ноябрь будут холоднее», – сказал он.

По прогнозам Гидрометцентра, зимой погода в Северной столице будет соответствовать норме, никаких значительных аномалий не ожидается, а январь и февраль будут немного теплее.



Педагогика – какая она?

Педагог, в русском переводе с греческого, означает «дитя веду, воспитываю».

Русскому языку, народному пониманию ближе роднее слово «учитель», нежели «педагог». Вообще-то, роду человеческому слово «учитель» известно из глубокой древности от Будды, Христа, Магомета. Каждого из них, в разное время, называли учитель, наставник разума и души. Изначально ученье шло от них. В глубине их учения содержатся великие сущности. Школы, уже после, несли печать богословского начала. Но мир не стоит на месте – как и разум развивающегося человека. И отдали божие богу, а кесарево кесарю, т. е. каждому свое. И понятно: способность думать – это замечательный дар. Это от них, свыше, пришла притча в таком виде: «Ученье – свет, а неученье – тьма».

Помню, как наставляла меня мать, собирая дитя в школу: – «Учись, сынок, будь умным. Неуч – он что: темный человек, не богу свечка, ни черту кочерга». Она была неграмотная и, видимо, душа, все внутри, подсказывало, что учение есть что-то светлое и доброе. Время было трудное – шла война.

Уже теперь диву даешься напористости и дальновидности советского государства: учить, учить и учить детей, и не только их, а весь народ от мала до велика. Такого разумный мир никогда не знал. И этот мир признал, что советское образование было лучшим до сего времени. По плодам судим мы. И какая же была у народа жадность к учению, знаниям, а ведь многого, очень многого в жизни недоставало.

Уже будучи приобщенным к знаниям, мне довелось прочитать вдумчивый разговор отца и учителя Ушинского с сыном – это были «Двадцать писем Ушинского сыну», и я получил истинное удовольствие. Они написаны откровенно и искренне: в каждом слове чувствуется, что оно исходит от души, ясной и светлой, и что говорит с сыном «как на духу», раскрывая свой запас знаний, мыслей и чувств. Нету фальши, нет притворства и поучительства, нет желания выставить себя другим, чем есть на самом деле... Потом были Макаренко, Каптерев, Сухомлинский... Разное время, разные люди, но их что-то объединяет? Любовь и совесть, и ясное понимание души подрастающего и развивающегося человека, общества, а они такие противоречивые и всегда страдают неуправкой.

Люди, профессионально сеющие «разумное, доброе, вечное», не ставили себе целью из детей – своих учеников образовывать гениев. Они просто и искренне старались развить в них любознательность, привить желание к учению, размышлять и раскрыть душу для понимания красоты. А то нынче пристрастились тестировать то ли удачливых вундеркиндов, то ли удачливых бизнесменов.

Их также не устраивал казенный лик школы, и советовали коллегам-учителям: законы, скучные правила придут после, а с первого дня пусть будет сказано о красоте русской речи, богатстве и выразительности родного языка и о красоте окружающего

их мира. Не упускайте из виду и скажите об открытости и богатстве русского духа, его культуры. И пусть знают, что своеобразием и богатством нашего народа всегда восхищались лучшие люди Европы...

Педагогика, в своей основе, есть практика. Или, иначе, это живая жизнь, с ее единой мыслительной и духовной сутью. Это ясно как божий день: ребенок решил задачку – радуется, не находит решения – огорчается. Попробуйте отделить в нем умственное, познавательное от душевного в этом процессе. Не получится. Они едины. Так и образование, и воспитание едины в педагогическом процессе. Какими бы мы ни были, мы несем в своей душе два мира, с виду непримиримые, хотя они возникли из одинаково присущих человеку никогда не умирающих потребностей: потребности его разума и потребности его сердца...

Учительское дело – творчество сложное, если вести его с душой. В программах нет души. Программы, методики – сухой остаток мыслительного сидения человеческой братии образовательных учреждений. Если пунктуально следовать им, голова кругом пойдет: то ли методики изучать, то ли ребят учить размышлять.

Ученый педагогический мир хорошо усвоил «Фауста». Их методические наставления здорово напоминают наставления, советы Мефистофеля ученику:

– Иль вот: живой предмет желая изучить,
Чтоб ясное о нем познание получить,
Ученый прежде душу изгоняет,
Затем предмет на части разделяет
И видит их, да жаль: духовная их связь
Тем временем исчезла, унеслась.

Бедный ученик: в его мозгу все завертелось колесом...

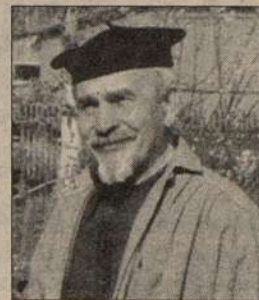
– Ну не надо так крушиться:
коль недочет в понятиях случится,
Их можно словом заменить.

Взяли и заменили... И что из этого вышло?

Заменили слово труд,
И стало так неловко:
Есть права, свобода тут
Клин – протест и голодовка.

А там, люди, ищи начала... Кто-то поспешит и скажет – «невероятно» или даже «круто». Ничуть, такова жизнь. Педагогике, по своей сути, не свойственна фальшь и подмена понятий в угоду сиюминутным интересам. Это ремесло подходит политике и прочим структурам государственной надстройки. У педагогике главная цель – образовывать и воспитать личность для свободного труда в жизни общества: словом, хорошего общественника.

На каких же идеалах будет вырастать и формироваться детская личность? Идеалы изменчивы, как и изменчива деятельность человека. Но неизменным в них остаются искренность, открытость и разумность. Они могут жить только при свободном педагогическом процессе. Коль скоро воспитывается личность, как общественное существо с религиозным сознанием,



то давление на педагогический процесс со стороны государства и требований Церкви неприемлемо.

На деле, как и прежде, продолжает царить государственно-чиновничья педагогика... Педагогика стала походить на парт-культ-бизнес-секспросвет с набегами мамеев – указующих и проверяющих. Вот вам и «Новая педагогика». А то, видите ли, ребенок «остался без игры – первопричины педагогического процесса. Теперь же все «играют» – политики и Церковь, бизнес и культура, СМИ и пресса... Не дай Бог, заиграются и дети, тогда уже окончательно забудут труд. Играя, будут мечтать: «как стать счастливым» и «как иметь миллион», – глядишь и угадают. И будут они жить не в обществе, а в виртуальном мире. Словом «Поле чудес»...

Педагоги снова зажмуривают глаза (видно, от стыда) и не видят ни реальной жизни, ни идеалов и ищут нравственные начала: у власти, в свечках и обрядах церковной службы, частном интересе. И не находят...

Да углубит Господь Бог жизненные понимающие способности наших ученых педагогов – и настоящих и, в особенности, будущих...

Николай СЛИЗНИКОВ

На перекрестке мнений

В этом номере мы начинаем разговор о разных, но наиболее осязаемых нами сторонах жизни. Сегодня приглашаем наших читателей к обсуждению работы предприятий такой непростой, но, пожалуй, самой близкой всем сферы – торговли.

Сколько всего произошло в 90-е годы с нашими магазинами! Изменился не только внешний вид большинства из них. И как увеличился выбор, например, продовольственных

товаров. А уж названия торговых точек...

Помню, как мы учились считать в ближайшей к дому пахнущей хлебом «Булочной», покупая Французскую булочку с хрустящей короч-

кой или длинный белый Городской батон. За кефиром и сметаной ходили в магазин «Молоко», за селедкой – в «Рыбный», за картошкой – в «Овощи и фрукты». А уж за покупками посерьезней

с родителями – в «Гастроном», «Диету» или появившиеся позже универсамы. Вообще, по простым, понятным названиям малышня училась читать, осваивая и буквы, и смысл стоящих за ним слов.

Сейчас, увы, часто не поймешь, что это за чудо-лавка-самобранка? Не говоря о «супершопах», «макси» и «маркетах» и анекдотичных «элитных секунд-хэндах». Какую ассоциацию с предлагаемыми товарами вызывает, например, вполне уважаемое слово «Дикси», или «Рамстор», или «Копеечка» (на которую теперь ни спичек, ни газировки без сиропа не купишь)? А одна из крупнейших мировых сетей носит просто транспортно-подземное название – «Метро».

Как театр начинается с вешалки, так и магазин, наверное, – с названия. А уже за витриной – вывеской каждого из них, маленького или гигантского, открывается свой внут-



ренний мир, цель которого – привлечь и приучить к покупке именно здесь любого зашедшего человека. Кстати, в сентябре исполняется 10 лет со дня открытия первого магазина «Перекресток», с которого началась история одного из самых известных и крупнейших торговых домов России.

В январе 1999 года была основана сеть универсамов «Пятерочка», с октября 1993-го ведет отсчет существования «Лента».

Какие же признаки или особенности отличают сегодня лучшие торговые заведения от остальных? В чем их преимущество по сравнению с такими живучими ларьками и палатками? И какие проблемы могут мешать их развитию или отвратить покупателей?

Например, в своем обращении, посвященном 10-ле-

тию, генеральный директор группы компаний «Перекресток» Александр Косьяненко выделил основной принцип работы руководимой им сети: «Правильно понять, чего хочет покупатель; найти нужный, качественный товар по разумной цене; сделать все зависящее, чтобы он дошел до прилавка в самом привлекательном виде, и вежливо и на высоком уровне обслужить покупателя. Наша главная цель – заинтересовать людей новым качеством жизни, научить с уважением и любовью относиться к себе». Наверное, под этими словами хотели бы подписаться многие.

А как происходит на практике, и что нового предлагают нам организаторы торговли? Об этом мы расскажем в следующий раз. Пишите. Звоните.

Марина ИВАНОВА



Музей «Невская застава» У стенда «Память о войне»

Наш район в годы Великой Отечественной войны был восточным сектором обороны города. Здесь проходили два рубежа внутренней обороны. Один из них находился в районе Рыбацкого. Как память о нем остался на Рыбацком проспекте, во дворе дома 55, дот. В 1970 году по проекту архитекторов О. Василенко и Ю. Кожина дот стал памятником. Рядом с ним установили стелу, напоминающую, что здесь занимало оборону зенитно-артиллерийское подразделение 55-й армии Ленинградского фронта.

Штаб 55-й армии размещался в здании бывшего Училищного дома на Рыбацком проспекте, 18. Краснокирпичное здание было построено в 1908-1909 годах на деньги жителей села (Л. П. Шишко). Там находилось городское начальное училище, а в послевоенное время – школа № 333. В годы войны здание уцелело, а в наши дни у всех на глазах превращается в руины.



Еще один замечательный дом, построенный в начале XIX века, превратился в руины в наши дни – это дом Зотовых, стоящий на въезде в бывшее село Рыбацкое. В годы войны здесь находился общеевойсковой отдел комплектования 55-й армии. Сюда направлялись бойцы и командиры после госпиталей, чтобы получить назначение в часть.

Железнодорожная станция Рыбацкое сыграла большую роль в военных перевозках, в снабжении всем необходимым 55-й армии. Водонапорная башня станции служила наблюдательным пунктом. Ее использовали разведчики, артиллеристы и корректировщики огня.

Построенное в 1902-1905 гг. здание водонапорной башни сейчас пустует, а деревянное станционное здание приспособлено под служебное помещение охраны дороги.

В защите города активное участие принимали корабли Балтийского флота. В нашем

районе на Неве, возле Володарского моста, и у села Рыбацкое находились эсминцы «Свирипей» и «Стройный», поддерживавшие своим огнем войска Ленинградского фронта.

В музейной экспозиции представлены рисунки жителя Ново-Саратовской колонии – блокадника А. А. Шмидта, который по памяти воспроизвел моменты воздушного налета на Рыбацкое и контрбатареиный огонь, который вел эсминец «Стройный» осенью 1941 года.

Война оставила свою печать на многих зданиях города. Так, на проспекте Обуховской Обороны стоят дома, пострадавшие от сильнейших артобстрелов и бомбежек в годы блокады – бывший дом (№ 118) начальника Обуховского завода лишился портика, а на бывшей бане (д. № 259) Обуховского завода фугасной бомбой был уничтожен красивейший фасад.

Самым тяжелым напоминанием о войне являются кладбища. Почти каждая ленинградская семья потеряла своих родных и близких в годы войны. Многие из них лежат на кладбищах нашего района: Невском мемориальном («Журавли»), Киновиевском, Казанском, Еврейском. Невский мемориал был создан к 35-летию Победы – в 1980 году. Лейтмотивом художественного ансамбля стала стая летящих журавлей: символ бессмертия, навеянный стихами Расула Гамзатова. Архитекторы – Д. С. Гольдгор, А. В. Аланнэ и А. П. Изотов. Скульптуры выполнены Л. Г. Могилевским. В ансамбль вошла и гранитная колонна, установленная еще в 1947 году.

На Киновиевском кладбище братские могилы были вырыты в 1942 году. В 1946-м, по проекту архитекторов И. И. Фомина и С. И. Герасименко, сооружен скромный мемориал с колонной из черного гранита. Неподдалеку возвышается гранитный обелиск – памятник зенитному расчету, погибшему в 1943 году при охране Финляндского железнодорожного моста.

В годы войны на Еврейском кладбище образовалось так называемое «хлебное захоронение» нескольких тысяч ленинградцев (оплатой похорон были карточки на хлеб). После войны общее захоронение превратили в братскую могилу. При этом были утрачены многочисленные самодельные таблички с именами покоящихся там людей. Здесь же появились братская могила моряков.



Музей «Невская застава» совместно с общественной организацией «Невская сторона» представляют программу, посвященную 61-й годовщине Великой Победы, «ПАМЯТЬ ЖИВА». Продолжаем прием исторических материалов и воспоминаний о Великой Отечественной войне.
Телефоны для справок:
321-31-40, 262-18-10.

Музей работает с 10.00 до 18.00

(с понедельника по четверг) и до 17.00 в пятницу.

Адрес музея: Ново-Александровская ул., д. 23

ТВОРЧЕСТВО ЧИТАТЕЛЕЙ

В. А. ПАНЮХИНА

В сорок первом им было по двадцать, А другим – даже меньше того.

Уходили на фронт новобранцы
Защищать край родной от врагов.
В голод, холод, морозы и ливни,
Не щадя ни здоровья, ни сил,
Пядь за пядью бойцы проходили
По земле, что фашист захватил.

Сколько крови там пролито было...
Кто-то замертво падал в окоп;
Кто-то, боль одолев, через силу,
Замерзал, не дойдя ста шагов.

Дома ждали их сестры и жены,
Больше всех ждали матери их.
И с приходом в дома почтальона
Замирали сердца в их груди.

Письма редко с фронтов приходили,
Похоронка – как рана в груди.
И к бойцам всем, кто в братской могиле,
Как к родным люди толпами шли.

Отгремели давно канонады.
Боль утихла, нет свиста в ушах.
И седые бойцы-ветераны
Свято в памяти дни те хранят.

Возвращение В ДЕТСТВО

Шестьдесят четыре года
назад началась
блокада Ленинграда.
Мне тогда шел пятый год.

Детство никуда не уходит – оно остается в нашей душе, живет вместе с нами. Воспоминания далеких дней во мне пробудило открытие в Красноярске памятника детям блокадного Ленинграда. Я сразу вспомнила гостеприимный Красноярский край, город Канск, где была в детском доме с октября 1942 года до окончания войны.

Детство... А было ли оно? Смех не раздавался в наших домах, мира в душе тоже не было. Для меня детство закончилось, когда началась блокада. Выжить – вот цель всех блокадников. В январе 1942-го я с мамой умирала от голода в нашей комнате в доме № 21 по улице Герцена. Неожиданно пришло спасение: наша знакомая, сотрудник общества Красного креста, устроила меня в Дом ребенка. Я выжила... Уже в сентябре 42-го наш Дом ребенка эвакуировали. Сначала по Дороге жизни, по Ладоге, потом на железнодорожной станции нас пересадили в теплушки.

И когда в канун 60-летия Победы авиакомпания Пулковско объявила о бесплатной акции для ветеранов войны, я решила, что надо лететь в край моего послеблокадного детства – в Красноярск. И несмотря на то, что мест уже не было, глава авиакомпании Головин, узнав о цели моей поездки, выделил место из своей брони. Я хотела увидеть наш памятник, увидеть Канск, родной детский дом, где поселили меня, отхаживали, дали жизнь.

В Красноярский край я отправилась как представительница Союза воспитанников детдомов блокадного Ленинграда. Членам Союза чуть меньше семидесяти, но мы не падаем духом. Ведь, как сказал поэт Евгений Евтушенко, в наших душах нет ни одного седого волоса.

В блокаду в детдома попали более сорока тысяч малышей. А детских домов было всего девятьсот восемь. Выжил же только каждый двадцатый детдомовец. Сейчас, в 60-ю годовщину Победы, осталось менее двух тысяч детдомовцев, и все они объединены в Союз воспитанников детдомов блокадного Ленинграда.

Меня приветливо встретили в Красноярской организации жителей блокадного Ленинграда, в которой состоит более 700 человек. Они помогают друг другу, встречаются. Если кому нужна помощь, то обращаются за ней в краевую и городскую администрацию, к бизнесменам. И помощь получают сполна.

В Красноярске я встречалась со многими своими товарищами по Канскому детдому. Приятно было узнать, что В. Буланова нашла свою маму через тридцать один год. И таких находок среди блокадных детдомовцев немало. Так, Герман Романов, который сейчас живет в Петербурге, тоже нашел свою маму через двадцать лет после войны.

Теперь – о памятнике детям блокадного Ленинграда. Он очень символичный и строгий. Девочка с кусочком того самого блокадного хлеба и мальчик с бидончиком, а позади них стоят саночки. За памятником установлены две большие гранитные плиты. На одной из них изображены сибирские города, куда эвакуировались ленинградцы, а на другой – детские дома Красноярского края. Ограждает памятник копия решетки Летнего сада. Деньги на памятник собирали всем миром: давали предприятия, бизнесмены, администрация города, блокадники и жители Красноярского края. Здесь нужно сказать еще и о другом памятнике. Двадцать четвертого мая в поселке Березовский открыли памятник на месте братской могилы воинов и блокадников, которые умерли в поездах, так и не доехав до места назначения. В Красноярске я рассказала о нашем Союзе и передала сердечное спасибо жителям этого города.

И вот я еду в Канск с содроганием, с какой-то душевной болью. Осознаю, что когда эвакуиро-



валась, могла и не доехать до города. Когда в сентябре мы по Ладоге, по Дороге жизни, направлялись к железнодорожной станции, чтобы пересестись в теплушки, наше судно обстреляли с немецкого самолета. Меня же закрыл своим телом матрос. Чувство благодарности за спасение заставило меня выбрать морскую специальность. В школьные годы я занималась в судомодельном кружке Ленинградского Дворца пионеров. И всю свою трудовую жизнь я на ленинградских предприятиях строила корабли. Последний, в строительстве которого я принимала участие, – атомный крейсер «Петр Великий». Люблю море до сих пор. Я – ветеран Росийского флота.

С внутренней болью хожу по улицам Канска. Двухэтажное здание детдома также горделиво стоит на центральной улице. Сразу же вспоминаю знаменательный день – 9 мая 1945 года. Весь Канск тогда вышел на солнечные улицы. Люди плакали и смеялись. Вспоминаю, как наша детдомовская пятилетняя любимица, белокурая Олюшка, бегала и кричала: «Да здравствует Победа!». Ее носили над головами по всей площади. Олю, сироту, после эвакуации из Ленинграда взяла на воспитание директор нашего детдома Ирина Илларионовна Киршвель, у которой было трое своих детей. Вот какие в то тяжелое время были благородные люди!

В Канском и Красноярском краеведческих музеях я изучала интересные стенды детдомов Красноярского края. Я передала в дар музеям книги «Детдома блокадного Ленинграда».

Конечно, блокада отразилась на всей моей судьбе, на моем здоровье, здоровье детей и внуков. Но, несмотря на суровое детство, тяжелые годы жизни, я счастлива, как счастлив тот, кто доволен тем, что имеет; тот, кто нашел свое предназначение. У меня была интересная работа, прекрасная семья, хороший муж. Я вырастила дочь и сына. Растут внуки. Младший, Миша, учится в лицее предприятия «Самоцветы»; старший, Юра, заканчивает Петербургский университет точной механики и оптики, к тому же сочиняет музыку и поет собственные песни.

Счастье – это когда тебя окружают родные люди, товарищи по блокадному детству. В нашей организации Невского района состоит сто восемьдесят человек. Это мужественные люди, которые пережили блокаду. Они не потерялись, выстояли.

Я хочу выразить признательность от всех блокадных детдомовцев Невского района за взаимопонимание, помощь, доброжелательность, душевную теплоту главе администрации Невского района В. И. Хренову, депутатам ЗакСа И. В. Высоцкому, Н. Л. Евдокимовой, А. Е. Ловягину и К. Н. Серову.

У блокадников должна быть жизнь – сродни их подвигу. Нынешнее поколение должно чем-то жертвовать во имя блокадников, обеспечивая им достойную жизнь.

В. С. МАЛАФЕЕВА
(редакция Марии Воеводиной)

Дети есть дети

Здоровье детей и правильное понимание преподаваемого материала в школе во многом зависит от выбора учебников.

К такому выводу пришли специалисты Российской академии медицинских наук, сравнив несколько контрафактных книг издательства «Просвещение» с оригиналами.

В результате проведенной экспертизы выяснилось, что подделка не соответствует подлиннику по нескольким показателям: качеству печати, шрифтовому оформлению, обрезному формату, качеству используемой бумаги, в некоторых изданиях – даже расположению текста на страницах.

По заключениям специалистов, фальшивые издания, представленные для сравнения, не соответствуют гигиеническим нормам и могут причинить вред здоровью детей. У школьника может развиваться повышенное зрительное утомление, что грозит близорукостью. Кроме этого, сниженная удобочитаемость может привести к искажению информации, в результате чего учебный материал может быть неверно понят учеником.

Казалось бы, проблему легко решить покупкой только оригинальных учебников лучших государственных издательств. Но оказывается, что у контрафакта есть огромное преимущество перед своим прототипом – он намного дешевле.

Это существенно при нынешней экономической ситуации, ведь полная «экипировка» ребенка учебниками на год обходится родителям в кругленькую сумму. А скидка с подделки дает возможность прилично сэкономить.

Родителям надо внимательнее выбирать книги для своих детей, следить за тем, чтобы текст легко читался. Он должен быть однородного оттенка по всему учебнику. Бумага должна быть достаточной белизны. Ну и, разумеется, для большей надежности учебники лучше покупать в твердой обложке. Дети ведь – всегда дети!

Ольга ВИНОГРАДОВА



Он стал приятным сюрпризом для тех, кто пришел в этот солнечный субботний день на ярмарку, чтобы перед началом учебного года запастись тетрадками, ручками и учебниками. Громкая музыка призывала всех петь и веселиться, а улыбочивые молодые люди в желтых футболках с эмблемой ярмарки раздавали конфеты Chupa Chups! Что могло сделать настроение более праздничным? Только призы от компаний Coca Cola и Chupa Chups, издательства «Азбу-



«Скоро в школу!»

На каком празднике можно встретить ведущих Мальвину и Буратино, ди-джея Кота Базилио, а также Пьеро, Артемона и Лису Алису? Все они собрались на празднике «Скоро в школу!», который прошел 27 августа перед книжной ярмаркой в ДК им. Крупской.

ка» и книжной ярмарки в ДК им. Крупской! Для того чтобы их получить, надо было правильно ответить на вопросы ведущих или проявить себя в танцевальных конкурсах. Кстати, танцевать могли не только дети, но и взрослые. Был даже специальный танцевальный конкурс для бабушек! Бабушки же оказались такими молодыми и веселыми, что в танцах могли дать фору своим внукам.

Те, кто танцевать не любит, тоже не остались без дела. Ребята разделились на команды, вооружились мелками и под руководством сказочных персонажей стали рисовать, используя вместо бумаги асфальт перед Домом культуры. Это занятие отняло у детей и их родителей много сил, зато яркие рисунки порадовали всех собравшихся. Но и это, как оказалось, было еще не конец праздника! Мальвина и Буратино вместе со своими товарищами придумывали для пришедших на праздник все новые и новые задания. Отличившимся полагались



жетоны. Ну а тому, кто набрал их больше всех, полагался главный приз – большой туристский рюкзак.

Те же, кто остался без подарков, тоже не ушли с праздника расстроенными. Ведь

день, интересно и весело проведенный всей семьей, способен доставить не меньше удовольствия и радости, чем любой приз.

Эмилия ШЕПТОВИЦКАЯ
Фото автора

Умственное развитие ребенка



РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ

Психологи считают, что 80% успеха человека в его профессиональной карьере зависят от эмоционального развития. Эмоции (такие, как чувство удовлетворенности, надежда, грусть, радость от общения с другим человеком и др.) начинают развиваться с самого рождения и часто зависят даже от того, как хорошо кормили младенца. Хорошо развитый эмоциональный фон человека формирует у него высокие моральные стандарты. И хотя эмоциональное развитие продолжается в течение всей жизни, основы его закладываются в младенческом возрасте. Вот несколько правил, благодаря которым можно ускорить эмоциональное развитие ребенка:

- Создайте вокруг малыша благоприятную спокойную обстановку.
- Чаще улыбайтесь.
- Узнавайте и проговаривайте словами эмоции, испытываемые ребенком по тому или иному поводу.
- Утешайте малыша, если тот чем-то огорчен.
- Объясняйте причину ваших отказов, а не просто говорите «Нельзя!».
- Хвалите ребенка за хорошее поведение.
- Объясняйте малышу, как его поведение влияет на окружающих.

РАЗВИТИЕ РЕЧИ

Дети рождаются со способностью к изучению любого языка. Чем больше с ребенком общаются,

умственное развитие каждого ребенка происходит по индивидуальной схеме. Не существует совершенно одинаковых детей. Мозг ребенка развивается быстрее, когда получает какую-либо новую информацию.

тем быстрее и лучше он научится говорить. Взрослый человек, изучая иностранный язык, не может с такой легкостью овладеть грамматическими и речевыми конструкциями, как это делает маленький ребенок. Вы можете ускорить овладение малышом речью:

- Читайте ребенку книжки, начиная с самого рождения, не обращая внимания на то, понимает он вас или нет.
- Всегда отвечайте на младенческий лепет и агуканье.
- Показывайте малышу окружающие вас вещи и называйте их.
- Четко произносите слова и повторяйте фразы по несколько раз.
- Объясняйте ребенку, что вы делаете в данный момент.
- Разучивайте с малышом стишки и песенки.
- Начните учить ребенка иностранному языку, пока он еще маленький.

МАТЕМАТИЧЕСКОЕ И ЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Навыки решения проблем тесно связаны с развитием зрения, слуха и осязания. Как это ни странно, но,

согласно исследованиям, зачастую развитие математических способностей зависит от степени музыкальных способностей. Стимулируя эти навыки, вы можете развить у ребенка хорошие логические и математические способности:

- Давайте малышу играть с разными по форме, цвету и текстуре предметами.
- Предлагайте ребенку слушать классическую музыку.
- Давайте малышу музыкальные игрушки и игрушки-пищалки.
- Повесьте зеркало напротив детской кроватки.
- Учите ребенка сортировать предметы по категориям (игрушки, изображающие животных, круглые предметы и т. д.)
- Играйте с малышом в математические игры.
- Купите ему конструктор.

МОЖЕТ БЫТЬ, ВАШ РЕБЕНОК – ГЕНИЙ?

Согласно исследованиям, приблизительно 5% детей признаются высокоодаренными или даже гениальными. Может быть, ваш ребенок – один из них? Вот некоторые ранние признаки, которые

могут свидетельствовать об особой одаренности дошкольника:

Ваш ребенок:

- быстро учится и легко запоминает новую информацию;
- кажется более зрелым для своего возраста;
- имеет большой словарный запас или уже самостоятельно читает;
- не признает авторитетов;
- экспериментирует при решении какой-либо проблемы;
- предпочитает друзей более старшего возраста;
- необычайно чувствителен;
- отличается интеллектуальным любопытством;
- проявляет сострадание к людям и животным;
- любит головоломки и цифровые загадки;
- ему быстро наскучивает однообразная деятельность.
- очень энергичен.

Если у вашего малыша наблюдаются некоторые из этих признаков, вы можете помочь ему развить одаренность, вовлекая его в разнообразные сферы деятельности: искусство, спорт, математику и т. д.

Элементарные правила

В России, в том числе и в Санкт-Петербурге, резко ухудшилась эпидемиологическая ситуация по брюшному тифу.



Только в декабре 2004 года в нашем городе зарегистрировано 5 случаев заболевания из 8 – за весь год. За 7 месяцев 2005 года в Петербурге зарегистрировано 29 случаев заболеваний брюшным тифом, в том числе 1 ребенок, 3 случая закончились летальным исходом. Трое заболевших приехали из других регионов, остальные – это жители нашего города, причем 11 из них – лица без определенного места жительства и ведущие асоциальный образ жизни. На 1 января 2005 года, в нашем городе состоит на учете 90 хронических носителей, которые представляют большую опасность для окружающих.

Учитывая сложившуюся эпидемиологическую ситуацию, Главный государственный санитарный врач России издал Постановление № 8 от 04.08.05 «О мерах по усилению профилактики брюшного тифа среди групп населения высокого риска инфицирования».

В начале лета, 9 июня было проведено заседание Чрезвычайной противоэпидемической комиссии при Правительстве Санкт-Петербурга и 23 августа – при Администрации Невского района.

В настоящее время, согласно постановлению, подлежат иммунизации против брюшного тифа лица, работающие на предприятиях по производству и реализации пищевых продуктов, эксплуатации систем питьевого водоснабжения, занимающиеся санитарной очисткой и обслуживанием внутридомовых канализационных сетей на средства данных предприятий.

Бактерии брюшного тифа устойчивы во внешней среде. Они сохраняются в пресной воде водоемов до 30 дней (а в иле несколько месяцев), на овощах и фруктах – до 10 дней, в соленой воде – до 4 месяцев, во льду могут перезимовать; в молоке, кефире, сметане, твороге, мясных блюдах и винегретах могут размножаться и накапливаться. При температуре 50 градусов бактерии брюшного тифа выживают в течение часа, при 60 градусах погибают через 30 минут, при кипячении – мгновенно. При высушивании на предметах сохраняются несколько дней.

Единственным источником возбудителя брюшного тифа является больной человек или носитель. Источником заражения могут служить продукты питания, вода, загрязненные руки, предметы быта, мухи, садящиеся на продукты.

Особое место в эпидемиологии занимает вода. Инфицирование воды открытых водоемов происходит за счет недостаточной очистки фекальных стоков. К возникновению водных вспышек приводят аварии на водопроводных сетях и сооружениях, перепады давления и нерегулярность подачи воды, сопровождающиеся подсосом инфицированных грунтовых вод через негерметичные отрезки сетей. Частой причиной заболеваний служит использование для хозяйственных целей воды технических водопроводов.

В продуктах питания факторами передачи могут служить холодные закуски, овощи, кремы, мороженое.

Первые признаки неблагополучия, позволяющие заподозрить кишечную инфекцию, хорошо известны: тошнота, рвота, жидкий стул, повышение температуры тела. При появлении этих симптомов необходимо немедленно об-

ратиться к врачу, не занимаясь самолечением.

Переболевшие брюшным тифом приобретают устойчивость к повторному заражению. Иммунитет после перенесенного заболевания сохраняется на протяжении многих лет.

Иммунизация против этой инфекции (вакцинация), является только дополнительным средством в комплексе противоэпидемических мероприятий. Чтобы уберечься от заболевания, необходимо выполнять элементарные правила:

- тщательно мыть руки с мылом перед едой, перед приготовлением пищи и после посещения туалета;

- не хранить скоропортящиеся продукты вне холодильника, защищать помещения от проникновения мух и тараканов, которые могут также переносить возбудителей кишечных инфекций;

- все овощи, фрукты и бахчевые культуры перед употреблением мыть под проточной водой, лучше дополнительно ополаскивать кипяченой водой, а для детей – обдавать кипятком;

- отправляясь на отдых за город, не брать с собой скоропортящиеся продукты, не употреблять некипяченую воду из неизвестных источников, не купаться в прудах и озерах со стоячей водой.

Эти гигиенические правила просты и легко выполнимы. Соблюдение их сохранит ваше здоровье, а, возможно, и жизнь.

**Замначальника
Территориального отдела
управления Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия
человека по Санкт-Петербургу
И. Г. ПЕТРОВА
Консультант Территориального
отдела в Невском и Красно-
гвардейском районах
Т. В. ИВАНОВА**

«Волшебная паста» существует

Революционное изобретение в области личной гигиены сделал японский ученый Казуе Ямагаши. Благодаря изобретенной им зубной пасте уже скоро можно будет быстро и безболезненно заделывать дырки и трещины в зубах, а также восстанавливать зубную эмаль без применения бормашины.

Сегодня единственным способом лечения дыр в зубах является установка пломбы. Для этого врач должен высверлить пораженный участок зуба и залить образовавшуюся полость особым раствором. Главный минус этого способа – в процессе уничтожается значительная часть здорового зуба. Также

пациент испытывает крайне неприятные ощущения.

Паста доктора Ямагаши решает эту проблему. По своему составу она сходна с зубной эмалью, и ее можно наносить непосредственно на трещину в зубе. Спустя три минуты паста кристаллизуется, и искусственный материал прочно встраивается в структуру естественной эмали. Паста также имеет сильный антибактериальный эффект. Тесты, проведенные японскими стоматологами, показывают, что залеченный с помощью «волшебной пасты» зуб ничем не отличается от здорового. Разница не видна даже под микроскопом.

Врачи заставят бабушек таскать тяжелые рюкзаки

Падения являются серьезной проблемой для людей пожилого возраста. Из-за возрастной хрупкости костей и нарушения кровообращения даже незначительная потеря равновесия может обернуться тяжелой травмой.

Считается, что проблемы с равновесием у пожилых людей связаны с использованием седативных средств, слабостью мышц и различными заболеваниями, свойственными людям престарелого возраста. Однако доктор Синаки из Клиники Мейо при Медицинском колледже в Рочестере уверен, что немаловажную роль играет смещение центра равновесия при возрастных изменениях осанки.

Был проведен эксперимент, в течение которого 12 пожилых женщин, имеющих искривление позвоночника,

целый месяц по 30 минут утром и днем носили специальное утяжеленное снаряжение – своего рода подобие нагруженного рюкзака. В результате пожилые люди сообщили об уменьшении поясничных болей, у них изменилась походка, они стали заметно быстрее передвигаться и перестали падать.

Конечно, исследования будут продолжены на более большой группе. Но уже сейчас ученые считают, что ношение индивидуально рассчитанных тяжелых в специальных рюкзаках поможет не только выправить осанку, за счет чего избавиться от поясничных болей, улучшить походку и равновесие, но и, в итоге, просто кардинально изменить образ жизни пожилых людей.

Если молодой человек курит, о девушках можно забыть

Курение может привести к импотенции. Согласно выводам американских ученых, никотин оказывает самое отрицательное воздействие на сексуальные возможности курильщиков, особенно в молодом возрасте.

Выяснилось, что курение особо вредит здоровью 40-летних мужчин. У тех, кто любит затянуться в этом возрасте, риск стать импотентом в 3 раза выше, чем у некурящих. У 50-60-летних пред-

ставителей сильного пола слабость в этой сфере может объясняться увлечением никотином, однако уже не в такой степени, как в 40 лет. К 70 годам никотин уже не имеет такого влияния на потенцию.

Считается, что курение плохо влияет на кровеносную систему, которая не доставляет нужное количество крови к половому органу, препятствуя эрекции.

Ежедневно взвешиваетесь? Считаете каждую калорию? Давно забыли вкус жареной картошки? Если вы три раза ответили «да», позвольте вас поздравить: вы вступили в многомиллионные ряды жертв «эпидемии похудения».

Консультирует заслуженный врач РФ Андрей Выговский.

– В современном обществе действует настоящий «заговор». По разным причинам, чаще всего коммерческим, бизнесмены, дизайнеры, представители многих средств массовой информации лоббируют стандарт «90–60–90». А точнее, продвигают новый идеал женской фигуры – мальчишеской, худой, даже изможденной.

– Но ведь подтянутая, стройная фигура всегда была в моде...

– Стройность в разные времена обозначала совершенно разные понятия. Раньше наиболее востребованными невестами были девушки с широкими бедрами. Эта особенность телосложения указывала на то, что женщина станет и хорошей матерью. Сегодня, когда ценности сместились в сторону карьеры и социальной успешности, в моду вошел совсем другой тип: унисекс, андрогин, женщина-подросток.

Еще 40 лет назад, когда юбки были длинными, а социальные нормы – куда более строгими, подобные проблемы волновали разве что кинозвезд. А

сегодня во всем мире царит самый настоящий психоз. Выражается он в искренней ненависти, которую женщины самого разного возраста и комплекции испытывают к собственному... жиру.

Мало кто понимает, что жировая клетчатка – это, образно говоря, полнопорный орган. Он выполняет очень важные функции: в нем вырабатываются определенные гормоны, а сам он зависит от гормонального статуса. Ведь до определенного возраста девочки, как, впрочем, и мальчики – являются, с биологической точки зрения, как бы бесполовыми существами. Половые признаки появляются тогда, когда количество жировой ткани в организме достигает определенного удельного веса.

Через жировую ткань проходят сосуды и нервы. Кроме того, жир, расположенный в брюшной полости, защищает внутренние органы от травм, а организм – от переохлаждения. Это действительно важный и нужный орган: такой же, как, к примеру, печень или почки. Ну разве кто-нибудь может ненавидеть собственную печень?

– Что же теперь – вообще отказаться от диеты и попыток похудеть?

– А вот это каждый решает для себя. Человек устроен таким образом, что везде ищет удовольствие. До тех пор пока для вас одним из самых важных является удовольствие от вкусной еды, похудеть будет очень сложно.

Как только вы поймете, что куда большее удовольствие вам доставит ощущение собственной стройности, то у вас не будет даже мысли о лишнем куске тортика. Но как бы вам ни хотелось срочно похудеть, не стоит бросаться в омут диет. Просто выработайте для себя собственные принципы здорового образа жизни.

Правильное питание – понятие очень индивидуальное. Речь идет даже о гигиене питания. Ведь если врач назначил вам антибиотики, вы не будете принимать их больше или дольше, чем нужно. Почему же мы принимаем больше пищи, чем требуется нашему организму? Еда – это то же лекарство. Пока мы слушаем свой организм и соблюдаем определенные нормы, то получаем от этого удовольствие и хорошо выглядим. Но если человек постоянно переедает, то есть нарушает правила, это сразу же отражается на его внешности.



– Но разве можно похудеть с помощью правильного питания, не ограничивая себя?

– Правило здесь таково: худейте так, чтобы ваш организм этого не заметил. Хорошим здоровым результатом считается потеря одного-двух килограммов в месяц. Не исключайте из своего рациона ни одной группы продуктов. Ешьте все то же самое, но понемногу уменьшайте объем порций. Здесь стоит оговориться, что эти принципы подходят только здоровым людям, без эндокринных заболеваний. Худеть надо очень медленно и постепенно, давая организму возможность привыкнуть к изменениям. То же касается, кстати, и занятий фитнесом – нам всегда нужно время на адаптацию к нагрузкам.

Сразу забудьте о таких соблазнительных методах, как прием «жиросжигающих» таблеток или питье чудо-чаев для похудения. По сравнению с ними, даже липосакция менее опасна для здоровья. Конечно, нужно понимать, что эта операция не может быть способом борьбы с избыточным весом. Это скорее метод коррекции фигуры. Сегодня во время липосакции вас могут избавить от 2 – максимум 3 литров жира. Лет десять назад хирурги соревновались в количестве удаленного жира – в прессе фигурировали цифры в 10 и даже 20 литров. Но очень быстро стало понятно, что такая практика вредна и опасна.

– Один-два килограмма в месяц – не слишком ли медленно?

– Зато без ущерба для здоровья и с гарантией сохранения результата. Ведь чем медленнее вес уходит, тем дольше он не вернется. Стремиться нужно не к мифическим стандартам, а к избавлению от балластного, ненужного жира. Имея перед собой четкую цель и не впадая в панику по поводу темпов похудения, вы легко осуществите намеченное и сможете поддерживать здоровый вес всю жизнь.

На службу по контракту

Военный комиссариат Невского района приглашает на военную службу по контракту в десантно-штурмовую и отдельную мотострелковую бригады Северного флота граждан мужского пола в возрасте до 30 лет, годных по состоянию здоровья для прохождения службы в морской пехоте, имеющих среднее образование, не имеющих судимости.

При заключении контракта выплачивается единовременное денежное пособие от 1500 до 2000 рублей.

Военнослужащему по контракту ежемесячно выплачивается денежное довольствие в размере одного оклада месячного содержания и дополнительные денежные выплаты:

- надбавка за службу в районах Крайнего Севера (50%);
- надбавка за особые условия службы;
- надбавка за выслугу лет в занимаемой должности (до 70%);
- надбавка за непрерывную службу в отдаленной местности (до 80%);
- надбавка за сложность и напряженность службы (до 105%);
- денежное вознаграждение за наличие классной квалификации (до 70%);
- денежное вознаграждение за каждый совершенный прыжок с парашютом (400 руб.).

- дополнительная выплата от 2700 до 3300 руб. ежемесячно;
- дополнительная надбавка в размере одного должностного оклада.

Всево военным служащим по контракту получает в месяц от 9000 до 17000 руб. (в зависимости от должности, воинского звания).

Кроме того военным служащим по контракту получают:

- единовременное денежное вознаграждение за поддержание высокой боевой готовности;
- ежеквартальную премию в размере 75% ежемесячного денежного содержания;
- материальную помощь 1 раз в год по рапорту в размере двух окладов и при заключении первого, а также последующих контрактов;
- единовременное вознаграждение 1 раз в 3 года за непрерывную службу по контракту;
- беспроцентную ссуду в размере 12 окладов по должности и званию сроком на 3 года (при заключении первого контракта на срок от 5 лет и более).

Военнослужащие по контракту обеспечиваются бесплатным медицинским обслуживанием, питанием, вещевым имуществом. Ежегодный отпуск – 45 суток и выше.

Военнослужащие, подписавшие контракт, проживают, как правило, в общежитии. В гарнизоне п. Спутник есть возможность предоставления семейным военнослужащим служебных благоустроенных квартир. Гарнизон имеет начальную школу, детский сад, ясли. В п. Печенга находится средняя школа. Центрами культурной и спортивной жизни являются спортивные комплексы и другие сооружения: клуб, тренажерный зал, игровой зал, футбольное поле. Имеется узел связи, магазины, детское кафе.

Желающие могут обращаться в военный комиссариат Невского района по адресу: ул. Крупской, д. 5-2б, комн. 413. Тел. 567-70-44.

ООО «Обуховец» сообщает, что, согласно письму Администрации Невского района Санкт-Петербурга № 27-775/04-0-1 от 22.12.2004 и разрешительного письма КГА № 1-4-10929/716 от 14.07.2005, планируется размещение временной пристройки для организации кафе к помещению магазина (1-Н) на первом этаже дома по адресу: пр. Обуховской Обороны, дом 229/7.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 5 СЕНТЯБРЯ

ОРТ:
6.00 «Доброе утро». 9.00, 12.00, 15.00, 18.00
Новости. 9.10 «Остаться в живых», х.ф. 10.50
«Агент национальной безопасности», т.с. 12.20
«Трус, Балбес, Бывалый и другие смешные истории», д.ф. 13.10 «Операция «Ы» и другие приключения Шурика», х.ф. 15.10 Лолита. Без комплексов. 16.00 «Хозяйка судьбы», т.с. 17.00
Федеральный судья. 18.10 Кривое зеркало. 18.40 «Убойная сила», т.с. 19.50 Жди меня. 21.00 Время. 21.30 «Две судьбы-2», т.с. 22.30
«Крымская война», д.ф. 23.20 Беслан. Год спустя. Концерт-реквием.

«РОССИЯ»:
5.00 Доброе утро, Россия! 5.05, 5.45, 6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.20, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00 СПб-Вести. 8.45 «Пена», х.ф. 10.15 К-19. Неголливудская история. 11.00, 14.00, 17.00, 19.45, 20.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 13.45 Дежурная часть. 14.30 «Брат-2», х.ф. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.00 «Неотложка-2», т.с. 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 Дежурный по стране. М. Жванецкий.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.05 «Противостояние», д.ф. 11.00, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с. 12.10 «Мелроуз Плейс», т.с. 13.45 По семейным обстоятельствам 14.40 Человек в большом городе. 15.05, 20.15 Крестовод. 15.15 Главное. 16.10 «Редволл», м.ф. 16.35 «Загадки, магия, чудеса», д.ф. 17.00 «ОБЖ-2», т.с. 17.40 Пять в линию. 18.05 «Веб-камера», т.с. 19.50 «Линия авто», т.с. 20.35 «Место под солнцем», т.с. 22.00 Валентина Матвиенко. Диалог с городом. 22.55 Двенадцатый игрок. 23.25 «Мистер Аркадин», х.ф.

НТВ:
6.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня. 8.30, 10.00, 15.35, 18.35, 22.40 Сегодня в СПб. 9.00 Совершенно секретно. Информация к размышлению. 10.20 Чрезвычайное происшествие. 10.55 Кулиарный поединок. 11.55 Квартирный вопрос 13.30 «Горячий снег», х.ф. 16.20 «Возвращение Мухтара», т.с. 17.25 «Аэропорт. Экскурсия», т.с. 19.40 «Улицы разбитых фонарей-6», т.с. 20.50 «Морские дьяволы. Подледный лов», т.с. 22.55 «Дело о мертвых душах». Фантазия по произведениям Н. В. Гоголя, т.с.

ТНТ:
5.55, 14.00, 19.30 Москва. Инструкция по применению. 6.20 «Любовь и тайны Сансет Бич», т.с. 7.10 Дискавери. 9.00 «Хит-парад дикой природы», д.ф. 10.00 «Придури на канникулах», х.ф. 12.15, 12.40, 13.05 Николодеон 13.30, 14.30 Телемагазин. 15.00 «Моя прекрасная толстушка», т.с. 16.00, 21.00 Дом-2. 17.00, 20.00 Голод. 18.00 Необъяснимо, но факт. 19.00 «Рабыня Изаура», т.с. 22.00 «Муравьи в штанах», х.ф.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Человек из ресторана», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.30 Мой Эрмитаж. 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.15 «Убийственная любовь», телеспектакль. 16.45 «Истории о свете», д.ф. 17.35 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.45 Беседы о русской культуре. 18.20 Концерт Государственного камерного оркестра «Виртуозы Москвы». 19.00 Театральная летопись. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле Куликовом. 21.00 Дирижер Е. Ф. Светланов. 21.55 Благодарен судьбе. В доме у Станиславского. 22.20 «Мой друг Иван Лапшин», х.ф.

ВТОРНИК, 6 СЕНТЯБРЯ

ОРТ:
6.00 Доброе утро. 9.00, 12.00, 15.00, 18.00
Новости. 9.10, 21.30 «Две судьбы-2», т.с. 10.20
«Агент национальной безопасности», т.с. 11.30
«Агент Штирлиц», д.ф. 12.20 «Новый русский романс», т.с. 13.30 Дисней-клуб. 13.50 «Выйти замуж за миллионера», д.ф. 15.10 Лолита. Без комплексов. 16.00 «Хозяйка судьбы», т.с. 17.00
Федеральный судья. 18.10 Кривое зеркало. 18.40 «Убойная сила», т.с. 19.50 Пусть говорят. 21.00 Время. 22.30 Спецрасследование. Врачебные ошибки. 23.40 «Крымская война», д.ф.

«РОССИЯ»:
6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00 СПб-Вести. 8.45, 21.00 «Неотложка», т.с. 9.45 Брумелль и другие. 10.45, 13.45, 16.30 Дежурная часть. 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Синдром Кашпировского», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.10 «Поговорим». О. Митяев. 10.55, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с.

12.10 «Мелроуз Плейс», т.с. 13.45 По семейным обстоятельствам. 14.40 Человек в большом городе. 15.05, 20.15 Крестовод. 15.20, 20.35 «Место под солнцем», т.с. 16.10 «Редволл», м.ф. 16.35 «Загадки, магия, чудеса», д.ф. 17.00 «ОБЖ-2», т.с. 17.40 Пять в линию. 18.05 «Веб-камера», т.с. 19.50 «Линия авто», д.ф. 21.55 «На острие ножа», т.с. 22.45 «Дом духов», х.ф.

НТВ:
6.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня. 8.30, 10.00, 15.35, 18.35, 22.40 Сегодня в СПб. 8.55, 19.40 «Улицы разбитых фонарей-6», т.с. 10.20 Женский взгляд. 10.50 Принцип домино. 12.00 Вопрос... еще вопрос. 13.30 Для тебя. 14.30,

14.00, 17.00, 19.45, 20.00, 23.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Битва за сверхзвук. Правда о Ту-144», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.05 «На острие ножа», т.с. 11.00, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с. 12.10 «Мелроуз Плейс», т.с. 13.45 По семейным обстоятельствам. 14.40 Человек в большом городе. 15.05, 20.15 Крестовод. 15.20, 20.35 «Место под солнцем», т.с. 16.10 «Редволл», м.ф. 16.35 «Загадки, магия, чудеса», д.ф. 17.00 «ОБЖ-2», т.с. 17.40 Пять в линию. 18.05 «Веб-камера», т.с. 19.50 «Линия авто», д.ф. 21.55 «Лодка», х.ф. 23.30 Культурный слой. 23.55 «Удар по системе», х.ф.

НТВ:
6.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня. 8.00, 10.00, 15.35, 18.35, 22.40 Сегодня в СПб. 8.55, 19.40 «Улицы разбитых фонарей-6», т.с. 10.15 Особо опасен! 10.50 Принцип домино. 12.00 Вопрос... еще вопрос. 13.30 Для тебя. 14.30, 20.50 «Морские дьяволы», т.с. 16.20 «Возвращение Мухтара», т.с. 17.25 «Аэропорт. Кошки», т.с. 22.55 «Дело о мертвых душах». Фантазия по произведениям Н. В. Гоголя, т.с.

ТНТ:
5.55, 14.00, 19.30 Москва. Инструкция по применению. 6.20 «Любовь и тайны Сансет Бич», т.с. 7.10 Дискавери. 9.00 «Луиде Фунес, или Власть заставлять смеяться», д.ф. 10.05 «Муравьи в штанах», х.ф. 12.05 «Зимняя сказка», м.ф. 12.15, 12.40, 13.05 Николодеон. 13.30, 14.30 Телемагазин. 15.00 «Моя прекрасная толстушка», т.с. 16.00, 21.00 Дом-2. 17.00, 20.00 Большой Брат. 18.00

Запретная зона. 19.00 «Рабыня Изаура», т.с. 22.00 «Новые муравьи в штанах», х.ф.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Щедрое лето», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.50 Штрихи к портрету художника. А. Красулин. 15.05 «Бабалус», м.ф. 15.15 Перепутывы острова.

Музеи России. «Таганрога я не миую». 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.20 «О рыбаке и рыбке», м.ф. 15.35 «Про Красную Шапочку. Продолжение старой сказки», х.ф. 16.45 «Истории о свете», д.ф. 17.35 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.45 Беседы о русской культуре. 18.30 Играет победитель I Московского международного конкурса пианистов Э.Небольсин. 19.00 Театральная летопись. Л. Касаткина. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле Куликовом. 21.10 Пароль – В.Сперантова. 21.55 Благодарен судьбе. Не за деньги жили. 22.20 «Зима», х.ф.

«РОССИЯ»:
5.00 Доброе утро, Россия! 5.05, 5.45, 6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00
СПб-Вести. 8.45, 21.00 «Неотложка», т.с. 9.45 Мой серебряный шар. Р. Зеленая. 10.45, 13.45, 16.30 Дежурная часть. 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Синдром Кашпировского», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.10 «Поговорим». О. Митяев. 10.55, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Щедрое лето», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.50 Штрихи к портрету художника. А. Красулин. 15.05 «Бабалус», м.ф. 15.15 Перепутывы острова.

Музеи России. «Таганрога я не миую». 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.20 «О рыбаке и рыбке», м.ф. 15.35 «Про Красную Шапочку. Продолжение старой сказки», х.ф. 16.45 «Истории о свете», д.ф. 17.35 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.45 Беседы о русской культуре. 18.30 Играет победитель I Московского международного конкурса пианистов Э.Небольсин. 19.00 Театральная летопись. Л. Касаткина. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле Куликовом. 21.10 Пароль – В.Сперантова. 21.55 Благодарен судьбе. Не за деньги жили. 22.20 «Зима», х.ф.

«РОССИЯ»:
5.00 Доброе утро, Россия! 5.05, 5.45, 6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00
СПб-Вести. 8.45, 21.00 «Неотложка», т.с. 9.45 Мой серебряный шар. Р. Зеленая. 10.45, 13.45, 16.30 Дежурная часть. 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Синдром Кашпировского», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.10 «Поговорим». О. Митяев. 10.55, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Щедрое лето», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.50 Штрихи к портрету художника. А. Красулин. 15.05 «Бабалус», м.ф. 15.15 Перепутывы острова.

Музеи России. «Таганрога я не миую». 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.20 «О рыбаке и рыбке», м.ф. 15.35 «Про Красную Шапочку. Продолжение старой сказки», х.ф. 16.45 «Истории о свете», д.ф. 17.35 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.45 Беседы о русской культуре. 18.30 Играет победитель I Московского международного конкурса пианистов Э.Небольсин. 19.00 Театральная летопись. Л. Касаткина. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле Куликовом. 21.10 Пароль – В.Сперантова. 21.55 Благодарен судьбе. Не за деньги жили. 22.20 «Зима», х.ф.

ЧЕТВЕРГ, 8 СЕНТЯБРЯ

ОРТ:
6.00 Доброе утро. 9.00, 12.00, 15.00, 18.00
Новости. 9.10, 21.30 «Две судьбы-2», т.с. 10.20
«Агент национальной безопасности», т.с. 11.30
«Агент Штирлиц», д.ф. 12.20 «Новый русский романс», т.с. 13.30 Дисней-клуб. 13.50 «Выйти замуж за миллионера», д.ф. 15.10 Лолита. Без комплексов. 16.00 «Хозяйка судьбы», т.с. 17.00
Федеральный судья. 18.10 Кривое зеркало. 18.40 «Убойная сила», т.с. 19.50 Пусть говорят. 21.00 Время. 22.30 Спецрасследование. Врачебные ошибки. 23.40 «Крымская война», д.ф.

«РОССИЯ»:
6.00 Доброе утро, Россия! 5.05, 5.45, 6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00
СПб-Вести. 8.45, 21.00 «Неотложка», т.с. 9.45 Мой серебряный шар. Р. Зеленая. 10.45, 13.45, 16.30 Дежурная часть. 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Синдром Кашпировского», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.10 «Поговорим». О. Митяев. 10.55, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Щедрое лето», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.50 Штрихи к портрету художника. А. Красулин. 15.05 «Бабалус», м.ф. 15.15 Перепутывы острова.

Музеи России. «Таганрога я не миую». 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.20 «О рыбаке и рыбке», м.ф. 15.35 «Про Красную Шапочку. Продолжение старой сказки», х.ф. 16.45 «Истории о свете», д.ф. 17.35 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.45 Беседы о русской культуре. 18.30 Играет победитель I Московского международного конкурса пианистов Э.Небольсин. 19.00 Театральная летопись. Л. Касаткина. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле Куликовом. 21.10 Пароль – В.Сперантова. 21.55 Благодарен судьбе. Не за деньги жили. 22.20 «Зима», х.ф.

«РОССИЯ»:
5.00 Доброе утро, Россия! 5.05, 5.45, 6.15, 6.45, 7.15, 7.45, 8.05, 8.30, 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 23.00
СПб-Вести. 8.45, 21.00 «Неотложка», х.ф. 9.45 «Красный император. Жизнь и смерть Николае Чаушеску», д.ф. 10.45, 13.45, 16.30 Дежурная часть. 11.00,

14.00, 17.00, 19.45, 20.00, 23.00 Вести. 11.50 «Марш Турецкого», т.с. 12.45 Частная жизнь. 14.30 Суд идет. 15.30 «Гражданин начальник», т.с. 17.10 «Кармелита», т.с. 18.00 «Обреченная стать звездой», т.с. 18.45 «Исцеление любовью», т.с. 20.50 Спокойной ночи, малыши! 21.55 «Оперативный псевдоним», т.с. 23.20 «Битва за сверхзвук. Правда о Ту-144», д.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:
7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 12.00, 14.30, 17.30, 19.30, 21.30
Сейчас. 8.05, 8.35, 9.05, 9.35 Утро в большом городе. 10.05 «На острие ножа», т.с. 11.00, 18.15 Умные деньги. 11.10 «Салон красоты», т.с. 12.10 «Мелроуз Плейс», т.с. 13.45 По семейным обстоятельствам. 14.40 Человек в большом городе. 15.05, 20.15 Крестовод. 15.20, 20.35 «Место под солнцем», т.с. 16.10 «Редволл», м.ф. 16.35 «Загадки, магия, чудеса», д.ф. 17.00 «ОБЖ-2», т.с. 17.40 Пять в линию. 18.05 «Веб-камера», т.с. 19.50 «Линия авто», д.ф. 21.55 «Лодка», х.ф. 23.30 Культурный слой. 23.55 «Удар по системе», х.ф.

НТВ:
6.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня. 8.00, 10.00, 15.35, 18.35, 22.40 Сегодня в СПб. 8.55, 19.40 «Улицы разбитых фонарей-6», т.с. 10.15 Особо опасен! 10.50 Принцип домино. 12.00 Вопрос... еще вопрос. 13.30 Для тебя. 14.30, 20.50 «Морские дьяволы», т.с. 16.20 «Возвращение Мухтара», т.с. 17.25 «Аэропорт. Кошки», т.с. 22.55 «Дело о мертвых душах». Фантазия по произведениям Н. В. Гоголя, т.с.

ТНТ:
5.55, 14.00, 19.30 Москва. Инструкция по применению. 6.20 «Любовь и тайны Сансет Бич», т.с. 7.10 Дискавери. 9.00 «Луиде Фунес, или Власть заставлять смеяться», д.ф. 10.05 «Муравьи в штанах», х.ф. 12.05 «Зимняя сказка», м.ф. 12.15, 12.40, 13.05 Николодеон. 13.30, 14.30 Телемагазин. 15.00 «Моя прекрасная толстушка», т.с. 16.00, 21.00 Дом-2. 17.00, 20.00 Большой Брат. 18.00

Запретная зона. 19.00 «Рабыня Изаура», т.с. 22.00 «Новые муравьи в штанах», х.ф.

«КУЛЬТУРА»:
7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Щедрое лето», х.ф. 12.20 «Фикс и Фоксы», м.ф. 12.45 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адъютант Его Превосходительства», х.ф. 14.50 Штрихи к портрету художника. А. Красулин. 15.05 «Бабалус», м.ф. 15.15 Перепутывы острова.

Музеи России. «Таганрога я не миую». 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.20 «О рыбаке и рыбке», м.ф. 15.35 «Про Красную Шапочку. Продолжение старой сказки», х.ф. 16.

В сезоне 2005-2006 г. в Доме культуры «Пролетарский» работают следующие курсы:

для ДЕТЕЙ:

- фортепиано
- гитара
- хореография для дошкольников
- английский язык
- карате
- стритфайтинг (уличная борьба)
- эстрадный вокал
- курсы модельеров
- хореография для подростков
- современные танцы в стиле хип-хоп и транс

для ВЗРОСЛЫХ:

- фортепиано
- гитара
- оздоровительная хореография для женщин
- китайская гимнастика
- кройка и шитье
- ирландская техника вязания (крючком и спицами)
- массаж
- курсы стрижки
- танец живота
- шейпинг
- танцевальная аэробика
- русское бельканто

ПРИГЛАШАЕМ В БЕСПЛАТНЫЕ КОЛЛЕКТИВЫ:

- хор мальчиков
- хор ветеранов

- художественное слово
- хор русской песни.

Запись и справки по телефонам: 567-24-55, 567-39-69.

Наш адрес: проспект Обуховской Обороны, 125,
1 сентября, в 18.00, — День открытых дверей.

135 ЛЕТ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ТЕАТР Открытие сезона!

Совсем скоро, 10 сентября Санкт-Петербургский государственный музыкально-драматический театр «Буфф» премьерой прошлого сезона, музыкальной комедией композитора Марка Самойлова «Небесный тихоход», открывает свой 23-й театральный сезон.

Чуть позже, 21 сентября, состоится премьера спектакля «Великолепный рогоносец» по одноименной пьесе бельгийского драматурга Фернана Кромеллинка. Сюжет прост и комичен. Герой пьесы Бруно - исключительная личность, сочинитель, одаренный богатейшим воображением художника и поэта. Рядом с ним подлинная идеальная любовь - жена Стелла, которая обожает мужа и покорна ему во всем. Но в созданном Бруно никак не может поверить, что Стелла ему верна. Раздираемый любовью и ревностью, герой мечется в тщетных поисках того, с кем бы она могла ему изменить...

В ближайших планах театра «Буфф» - постановка комедии Жана Ануя «Коломба» (режиссер-постановщик И. Штокбант), пьесы Лоры Канмингем «Девичник» (режиссер-постановщик Н. Козоровицкая) и мюзикла для детей А. Луцкого «Питер Пэн» (режиссер-постановщик В. Рябов).

ВЕТЕРИНАРНАЯ АПТЕКА

ЗООМАГАЗИН

с 9.00 до 20.00

Шлиссельбургский пр.,
д. 32, корп. 2

700-98-47



(Начало на стр. 7)

НТВ:

6.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня. 8.30, 10.00, 15.35, 18.35, 22.40 Сегодня в СПб. 8.55 «Улицы разбитых фонарей-6», т.с. 10.15 Один день. Новая версия. 10.50 Принцип домино. 12.00 Вопрос... еще вопрос. 13.30 Для тебя. 14.30 «Морские дьяволы», т.с. 16.20 «Возвращение Мухтара», т.с. 17.25 «Аэропорт. Тьма», т.с. 19.40 «Герой-одиночка», х.ф. 21.35 Чрезвычайное происшествие. 22.55 «Дело о мертвых душах». Фантазия по произведениям Н. В. Гоголя», т.с.

ТНТ:

5.55, 14.30, 19.30 Москва. Инструкция по применению. 6.20 «Мой герой», т.с. 6.45 «Во всем виноваты предки», т.с. 7.10 Дискавери. 9.00 «Последний проводник. Все о дельфинах», д.ф. 10.00 «Принц и нищий», х.ф. 12.15, 12.40, 13.05 Никелодеон. 13.30, 14.30 Телемагазин. 15.00 «Моя прекрасная толстушка», т.с. 16.00, 21.00 Дом-2. 17.00, 20.00 Голод. 18.00 Комеди Клуб. 19.00 «Рабья Иззура», т.с. 22.00 «Шутники», х.ф.

«КУЛЬТУРА»:

7.00 Евроньюс. 10.00, 19.30, 0.00 Новости культуры. 10.25 «Чудеса растений», д.ф. 10.50 Куликово поле. Страницы летописи. 10.55 «Черт с портфелем», х.ф. 12.00 «Фикс и Фокси», м.ф. 12.50 «Час собора», д.ф. 13.15, 19.50 «Адютант Его Превосходительства», х.ф. 14.30 «Я помню старый дом». Стихи и проза И. Бунина. 15.00 «Бабалус», м.ф. 15.25 «Тимур и его команда», х.ф. 16.30 «Исаак Ньютон — тайный еретик», д.ф. 17.20 К 625-летию Куликовской битвы. Дмитрий Донской. 17.30 Беседы о русской культуре. 18.05 Выступают лауреаты X Международного конкурса артистов балета и хореографов в Москве. 18.45 Черные дыры. Белые пятна. 19.45 К 625-летию Куликовской битвы. На поле

Российский колледж традиционной культуры объявляет

дополнительный набор:

на базе 11 классов по специальностям:

- «Моделирование и конструирование швейных изделий»
- «Декоративно-прикладное искусство и народные промыслы»
- «Социальная педагогика»

на базе 9 классов: «Художник росписи по дереву»

Адрес: Дальневосточный пр., 51.

Телефон 446-41-71, факс 447-24-32.

E-mail: rltc@mail.ru

Куликовом. 21.05 Линия жизни. Р. Маркова. 22.00 Благодарен судьбе. Профессия и ремесло. 22.35 «Зигзаг удачи», х.ф.

СУББОТА, 10 СЕНТЯБРЯ

ОРТ:

6.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости. 6.10 Шутка за шуткой. 6.40 «Морской охотник», х.ф. 8.00 Игры, гармонь любимая! 8.40 Слово пастыря. 9.00 Дисней-клуб. 10.10 Три окна. 10.50 «Гайдай. Комедии семейной жизни», д.ф. 12.10 Здоровье. 13.00 История с географией. 14.00 Футбол. Чемпионат России. ЦСКА—Шинник». 16.00 «Между жизнью и смертью», х.ф. 17.40, 18.10 Ералаш. 30 лет. Праздничная программа. 20.00 Л. Долина. Портрет без ретуши. 21.00 Время. 21.20 Фестиваль юмора «Умора-2005». 23.10 «Дом летающих кинжалов», х.ф.

«РОССИЯ»:

6.00 Доброе утро, Россия! 7.40 Золотой ключ. 8.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести. 8.10, 11.10 СПб-Вести. 8.20 Русское лото. 8.55 Военная программа. 9.20 Вокруг света. 9.50 Субботник. 10.30 Утренняя почта. 11.20 Сто к одному. 12.15 В поисках приключений. 13.15 «Взлеты и падения М. Липны», д.ф. 14.20 «Контрабанда», х.ф. 16.00 Игры разума. 16.30 Большие вести. 16.40 Песенки моего двора. 17.05 По старому стилю. 17.30 Гражданское общество. 18.00 Комната смеха. 18.55 Секрет успеха. 19.50 В «Горшке». 20.25 «Цыпленок жареный», д.ф. 20.50 Честный детектив. 21.20 Субботний вечер. 23.10 «Детсадовский полицейский», х.ф.

«ПЕТЕРБУРГ»:

7.00, 18.25 Показывает ЛОТ. 8.00 «Сказочный принц», х.ф. 9.30 «Приключения Рекса», м.ф. 10.00 Большая стройка. 10.30 Меню Берта Вулфа. 11.00 Чужая кухня. 11.45, 13.45, 23.05 Умные деньги. 12.00, 14.30, 17.30, 21.45 Телекурьер. 12.05 «Веселье в Акапулько», х.ф. 14.00 Телохранитель. 14.35 «Маугли», т.с. 15.00 «Противостояние», д.ф. 15.45 Кроссворд. 16.00 «Этот безумный мир», д.ф. 16.30 «Веб-камера», т.с. 17.00 Культурный слой. 17.45

Книжная ярмарка в ДК им. Крупской бесконечное множество книг...

С 15 августа по 11 сентября
приглашаем на традиционную ярмарку

«МИР ЗНАНИЙ»:

учебники и канцтовары к новому учебному году!
Ждем вас ежедневно с 10.00 до 18.00
по адресу: пр. Обуховской Обороны, 105
ст. метро «Елизаровская»

Тел. для справок 567-34-78

<http://www.krupaspb.ru>

«Спортивные катастрофы», д.ф. 19.25 «Абсолют», х.ф. 21.10 «Мужчина о женщине». В. Меладзе. 22.10 Против мафии. 22.40 Мода на все. 23.15 «Раскаianie», х.ф.

НТВ:

6.00 «Герой-одиночка», х.ф. 7.35 Детское утро на НТВ. 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.

8.15 «Полицейский Кэттс и его собака», т.с. 8.50 Без рецепта. 9.25 Дикий мир. 10.15 Главная дорога. 10.55 Кулинарный поединок. 11.55 Квартирный вопрос. 13.20 Особо опасен! 14.05 «Если можешь, прости...», х.ф. 16.15 Женский взгляд. Л. Долина. 16.55 Своя игра. 17.55 «Марш Турецкого», т.с. 19.30 Профессия — репортер. 19.55 Программа максимум. Скандаль. Интриги. Расследования. 20.50 «Первый удар», х.ф. 22.40 «Дело о мертвых душах». Фантазии

по произведениям Н. В. Гоголя», т.с.

ТНТ:

7.00 «Жестокие войны», м.ф. 7.20, 12.00 Мультфильмы. 8.10 «Мой герой», т.с. 8.40, 14.30 Каламбур. 9.05, 12.50 Маски-шоу. 9.35, 19.00 Фигли-мигли. 10.00 «Шутники», х.ф. 13.20 «Сейлормурн», м.ф. 14.00, 19.30 Верю — не верю. 15.00, 20.00 Голод. 16.00, 21.00 Дом-2. 17.00, 17.30 «Саша плюс Маша», т.с. 18.00 Кандидат. 22.00 Комеди Клуб. 23.00 «Секс» с Анфисой Чеховой. 23.30 «Правила секса», т.с.

Морской технический колледж

объявляет дополнительный набор
юношей после 9-го и 11-го классов
по специальностям:

- «Техник-судоводитель», с промежуточной квалификацией «Боцман»;
- «Техник-технолог» с промежуточной квалификацией «Повар-официант».

ОБУЧЕНИЕ БЕСПЛАТНОЕ.

Зачисление по результатам собеседования.

Адрес: Дальневосточный пр., д. 26,

Телефон приемной комиссии 588-36-87.

«КУЛЬТУРА»:

7.00 Евроньюс. 10.10 Библейский сюжет. 10.35 Куликово поле. Страницы летописи. 10.45 «Урок литературы», х.ф. 11.55 Неизвестный Петергоф. 12.25 Недлинные истории. 12.40 «Когда я стану великаном», х.ф. 14.05 «Дикие звери-сироты», д.ф. 14.30 «Стакан воды», х.ф. 16.40 «Вокруг света с Майклом Пэйлином», д.ф. 17.35 80 лет со дня рождения Б. Чайковского. «Он жил у музыки в плену». 18.20 «Взлет», х.ф. 20.35 Сферы. 21.15 Блеф-клуб. 22.00 Новости культуры. 22.20 «Агония», д.ф.

«Секс» с Анфисой Чеховой.

«КУЛЬТУРА»:

7.00 Евроньюс. 10.10 Смехоностальгия. 10.35 Куликово поле. Страницы летописи. 10.40 «Вам и не снилось...», х.ф. 12.10 Легенды мирового кино. Л. Оливье. 12.40 Мультфильмы. 13.20 «Дикие звери-сироты», д.ф. 13.45 М. Мусоргский. «Хованщина». 17.40 «Арво Пярт. 24 предлоди для фуги», д.ф. 18.40 «Вокруг света с Майклом Пэйлином», д.ф. 19.30 «Когда деревья были большими», х.ф. 21.00 Вокруг смеха. 21.45 «Величайшая битва Цезаря», д.ф. 22.35 «Земля», х.ф.

СЛАВЯНКА СГОДНЯ

Главный редактор А. Селезнев.
Редакционный совет:
Л. Агапова, Л. Огнева, В. Орлова,
А. Политыкин, М. Шапошникова

Независимая газета издается общественной организацией Санкт-Петербурга «Невская сторона» в сотрудничестве с пресс-службой Администрации Невского района. Учредители — редакционная коллегия. Газета зарегистрирована Северо-Западным региональным Управлением Комитета Российской Федерации по печати (Санкт-Петербург). Регистрационный № П1726 от 24.11.95 г. Перепечатки приветствуются со ссылкой на газету «Славянка-сегодня». Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов публикаций.

Выпускающий редактор Л. Азаренкова. Верстка: Н. Тульцева. Технический редактор О. Дорофеева. Руководитель общ. приемной Т. Алексеева, тел. 700-83-57. Телефон редакции 321-31-40. E-mail: a.s.sel@mail.ru. Отпечатано в ОАО «Санкт-Петербургский газетный комплекс»: 198216, СПб, Ленинский пр., 139. Заказ № 658. Подписано в печать 1 сентября 2005 г. Распространяется бесплатно. Тираж 30 000 экземпляров.