

От того, что ты делаешь сегодня, зависит то, как ты будешь жить завтра

НАШ ГОРОД

КОЛПИНО - ПЕРСПЕКТИВНАЯ ГАЗЕТА

Рекламно-информационный еженедельник

№ 49 (661)

Санкт-Петербург, пятница, 15 декабря 2023 год

(12+)

бесплатно

Триуф
спортивный центр



Чир спорт, эстетическая гимнастика, акробатика, танцы, ОФП для взрослых и детей и др.

Колпино, ул.Онежская 5
ТРЦ «Алмаз»

Запись на занятия: +7 981 704 2855
Руководитель центра - Фоменко Ксения



ООО «МАНУЛ» ТРЕБУЮТСЯ:

- **ВЕТЕРИНАРНЫЙ ВРАЧ**
- **ПРОДАВЕЦ-КОНСУЛЬТАНТ в магазин аквариумистики**

ул.Павловская д.42а ☎ 469 54 80



ТРЦ «АЛМАЗ» ПРИГЛАШАЕТ принять участие в 2-м конкурсе елочной игрушки «НОВОГОДНИЙ КРИСТАЛЛ»

Принять участие в конкурсе могут дети любого возраста. Для участия в конкурсе принимаются елочные игрушки в форме КРИСТАЛЛОВ (АЛМАЗОВ), ШАРЫ, для маленьких деток изготовленные ими СНЕЖИНКИ и прочие.

Важно, что бы игрушка была изготовлена руками конкурсанта-участника.

Изготовленную игрушку, вложенную в пакетик, коробочку с запиской, где указаны ФИО и возраст ребенка, телефон родителей необходимо принести в ТРЦ «АЛМАЗ» и положить в большой новогодний мешок у елки.

Лучшие игрушки украсят новогоднюю ель в атриуме Торгово-Развлекательного Центра «АЛМАЗ»

29 декабря в 15 часов по подведенным итогам первым трем победителям по итогам конкурса от Деда Мороза и администрации ТРЦ АЛМАЗ будут вручены новогодние подарки

Наш адрес: ул.Онежская 5



РЕМОНТ И СТРОИТЕЛЬСТВО
«ЧАЙКА-СТРОЙ»

дома, квартиры, бани, печи, крыши, пристройки, поднятие домов

8 968 820 0909



ВЕЧЕРИНКА ДЛЯ ТЕХ КОМУ ЗА...

16

ДЕКАБРЯ
начало в 19.00

заказ билетов: **8-952-377-30-23**

НАШ ГОРОД
Каждый знакомит



ПАРИКМАХЕРСКАЯ
ЮККО

ЛЮБАЯ
МУЖСКАЯ
СТРИЖКА

600 р

БЕЗ ЗАПИСИ
ЗАХОДИ И СТРИГИСЬ

Режим работы: с 10 до 20
Колпино, ул.Тверская 58/6



РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ

929-4439



ПАРИКМАХЕРСКАЯ ЭКОНОМ КЛАССА

«ЛЕДИ ДИ»

Коллектив парикмахерской «Леди Ди» поздравляет вас с Новым годом! Желаем благополучия и красоты. Мы благодарим вас за доверие в течение 10 лет и дарим 10% скидку на стрижку*.

ул.Тверская, д.34, 2 эт, 29 место

998-08-15



ЛОМБАРД
СТАВКА ОТ 0,05%

МАГАЗИН
ДОСТУПНА РАССРОЧКА

г. Колпино, ул. Ленина, д.24/8, литер А, пом. 5Н
☎ +7 981 724 48 41,
+7 812 461 24 54

г. Колпино, ул. Пролетарская, д. 9/23, литер А, пом. 10Н
☎ +7 981 724 64 69

Здесь можно взять в рассрочку!

lombard100.ru



СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

центр слуховых аппаратов
производства Швейцария, Дания, Германия

- бесплатная консультация
- док-ты по программе ИПР
- ВЫЗОВ специалиста на дом
- продажа батареек
- ремонт слуховых аппаратов

режим работы: пн-пт 10.00 -18.00

т. 981-31-71 м. т. 8-911-282-31-71
Колпино, ул. Пролетарская, дом 3
www.sluhmaster.ru



РЕМОНТ
www.kolpino-texnik.ru

- ТЕЛЕВИЗОРОВ
- ХОЛОДИЛЬНИКОВ
- МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ
- ЭЛЕКТРО-БЕНЗО-ИНСТРУМЕНТА
- АУДИО И ВИДЕОАППАРАТУРЫ
- ЦИФРОВЫХ ФОТОАППАРАТОВ
- ГАЗОВЫХ И ЭЛЕКТРОПЛИТ
- ПЫЛЕСОСОВ
- РЕМОНТ И ПОДКЛЮЧЕНИЕ СТИРАЛЬНЫХ И ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИН
- РЕМОНТ ШВЕЙНЫХ МАШИН

944-04-99 • 460-64-55
б-р Трудящихся, 18, корп. 5, ТЦ «СВ»

ОЛИМПИА
МЕБЕЛЬ ДЛЯ ВАННЫХ КОМНАТ

В связи с расширением производства **СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ:**

- **Сборщик мебели** з/п от 60 т.руб.
- **Оператор присадочного станка** з/п от 55 т.руб.
- **Подсобный рабочий** з/п от 45 т.руб.

Оформление, отпуск, больничный по ТК РФ.
Пятидневная рабочая неделя с 9.00 до 18.00. Оплата переработок.

☎ **8 (900) 642-00-02**

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ?



Верховный суд постановил, что за повторный случай вождения в нетрезвом виде у водителей могут конфисковать не только автомобиль, но и имущество. Уточняется, что конфискация имущества производится в случае невозможности изъятия автомобиля. Стоимость конфискуемого имущества будет соразмерна стоимости транспортного средства. Конфисковать автомобиль могут за повторное управление автомобилем в состоянии опьянения либо отказ от прохождения медосвидетельствования, а также другие нарушения: превышение скорости свыше 60 км/ч или выезд на встречную полосу человеком, лишенным водительских прав, а также за сам факт управления автомобилем лицом, лишенным водительских прав за причинение тяжкого вреда здоровью или ДТП с летальным исходом.

РБК

В Москве раскрыт черный рынок по торговле детьми. Об этом сообщили представители Следственного комитета РФ.

Сообщается, что схема была раскрыта при расследовании дела Юлии Логиновой, которая по документам являлась матерью 19 детей, большая часть из которых была ей не родными.

По версии следствия, злоумышленники размещали в социальных семьях таргетированную рекламу для женщин, готовых совершить аборт на поздних сроках, но не имеющих для этого медицинских показаний. Им предлагались контакты несуществующих «фондов», предлагающих оформить документы, позволяющие избавиться от ребенка, однако в итоге обещанные услуги не оказывались.

В этот момент женщин, уже оставивших часть средств в этих «фондах», убеждали родить в женском приюте Натальи Патоки и оставить там детей. После этого детей забирали из приюта и продавали.

До этого по подозрению в торговле детьми в Петербурге задержали главврача и акушерку медцентра.

Газета.ру

КОРОТКО ОБО ВСЕМ

Государственная дума приняла в третьем, окончательном, чтении проект закона о запрете банкам и иным кредитным организациям, а также платёжным агентам взимать комиссию с ряда категорий граждан за оплату коммунальных услуг и жилья. Как объяснил председатель ГД Вячеслав Володин, в список льготников включат пенсионеров, инвалидов, малоимущих и ветеранов боевых действий.

Красносельский суд Санкт-Петербурга принял решение о выдворении из страны семей школьников, которые вечером 10 декабря потушили Вечный огонь, забросав его снегом. Будучи иностранцами и проживая в России, они не становились на миграционный учет.

Как уточнили в пресс-службе ГУ МВД, родителей подростков поместили в специальный центр для иностранных граждан, подлежащих выдворению, а их детей — на временное содержание в специализированные учреждения.

ТАСС

В петербургских вузах в настоящее время учатся почти 2 тысячи студентов из стран Африки, вузы готовы принимать больше студентов из этих стран, сообщил губернатор Санкт-Петербурга Александр Беглов.

РИА-Новости

Смольный подал в суд на генеральное консульство Эстонии. Причиной разбирательства стал крупный долг по арендной плате. Напомним, иностранное ведомство прекратило работу в мае 2022 года. А в качестве «процального подарка» оставило неуплаченными почти 800 тысяч рублей.

КП

12 декабря в Москве была прервана регистрация автомобилей и выдача водительских удостоверений из-за технического сбоя. Позже стало известно, что проблема распространилась на подразделения ГИБДД по всей России.

Газета.ру

Запас нераспроданных китайских автомобилей у российских дилеров достиг 175 тыс. машин, сообщили в «Автостате». Но переизбыток предложения вряд ли приведет к существенному снижению цен, отмечают дилеры.

РБК

В 2023 году по итогам приемной кампании петербургские вузы получили от первокурсников, поступивших на платное отделение, 6,62 миллиарда рублей. Это на 13% больше, чем в прошлом году.

МК

С 1 января по 30 июня 2024 года будет действовать тарифная льгота для ввозимых в Россию яиц из списка дружественных стран. Решение поможет в краткосрочной перспективе сбалансировать внутренний рынок пищевого яйца и обеспечить рост предложения.

РБК

Китайские ученые из Северо-Восточного университета в Чанчуне разработали метод добычи урана из морской воды. В настоящее время уран добывают из горных пород, однако его запасы ограничены. Согласно существующим оценкам, в морях и океанах Земли растворено около 4,5 млрд тонн этого элемента, что более чем в 1000 раз превышает урановые залежи на суше.

ACSSC

Первый заместитель председателя комитета Госдумы по охране здоровья Леонид Огуль («Единая Россия») предложил проводить уроки по здоровому питанию для школьников.

АГН «Москва»

Российский поп-исполнитель Филипп Киркоров подал иск к певице Любови Успенской на 10 миллионов рублей. По данным Telegram-канала, поводом стало то, что артистка назвала «короля эстрады» женонавиственником.

SHOT

Ученые придумали первый в мире нейроморфный суперкомпьютер, он может моделировать нейронные сети масштаба человеческого мозга. Запустить компьютер будущего планируют в 2024 году. Компьютер будущего получил название DeepSouth. Его созданием занимаются исследователи из Университета Западного Сиднея.

New Atlas

ПРОКУРАТУРА РАЗЪЯСНЯЕТ

Порядок организации сопровождаемой трудовой деятельности инвалидов

С 5 ноября 2023 года вступили в силу правила организации сопровождаемой трудовой деятельности инвалидов I и II групп трудоспособного возраста, в том числе на специальных рабочих местах, осуществляемой с помощью других лиц, утвержденные приказом министра труда и социальной защиты руда Российской Федерации от 09.08.2023 № 652н.

Однако, сопровождение труда инвалида возможно при наличии в индивидуальной программе реабилитации или абилитации инвалида (далее - ИПРА инвалида) заключения о возможности инвалида осуществлять трудовую деятельность с помощью других лиц.

Кроме того, указанными правилами определены функции наставников для работников-инвалидов, назначаемых из числа сотрудников организации, либо из общественных объединений инвалидов.

К основным из них относятся помощь сотруднику-инвалиду в освоении трудовых навыков, адаптации на рабочем месте и выполнении обязанностей, прохождении инструктажей по охране труда, пожарной безопасности и многие другие.

Мероприятия по организации сопровождаемой трудовой деятельности инвалида организуются на весь период его трудоустройства, непосредственно с его согласия.

Ужесточили ответственность за нарушения, связанные с военными обязанностями и мобилизацией

С 01.10.2023 вступили в силу существенные изменения статей Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях, касающихся воинского учета и мобилизации.

Так, по статье 21.2 КоАП РФ ввели штрафы для юридических лиц – работодателей за неоповещение граждан о вызове (повестке) военного комиссариата или иного органа, осуществляющего воинский учет, при поступлении, в том числе в электронной форме, таких вызовов (повесток) либо необеспечение гражданам возможности своевременной явки по вызову (повестке) военного комиссариата или иного органа, осуществляющего воинский учет.

Размер штрафа составит от 350 тыс. до 400 тыс. руб., для должностных лиц - от 40 тыс. до 50 тыс. руб.

Ввели ответственность за неказание содействия военкоматам при мобилизации по новой статье 19.38. КоАП РФ:

- неисполнение обязанности по обеспечению своевременного оповещения и явки граждан, подлежащих призыву на военную службу по мобилизации, на сборные пункты или в воинские части либо неказание содействия в организации таких оповещения и явки (штраф на должностных лиц в размере от 60 тыс. до 80 тыс. руб.; на юридических лиц - от 400 тыс. до 500 тыс. руб.);

- неисполнение обязанности по организации или обеспечению поставки техники на сборные пункты или в воинские части в соответствии с планами мобилизации (штраф на должностных лиц в размере от 60 тыс. до 80 тыс. руб.; на юридических лиц - от 400 тыс. до 500 тыс. руб.).

Поправки в закон об образовании

Федеральным законом от 4 августа 2023 г. N 479-ФЗ внесены изменения в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

Теперь, обучающиеся обязаны поддерживать чистоту и порядок в образовательной организации, а также с учетом возрастных и психофизических особенностей участвовать в общественно полезном труде, предусмотренном образовательной программой.

Исключен запрет на привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия законных представителей - вместо этого установлено, что такое привлечение обучающихся к труду осуществляется в соответствии с требованиями трудового законодательства.

Кроме этого, закреплены положения о выдаче получившим среднее общее образование выпускникам при наличии итоговых оценок успеваемости "отлично" и не более двух итоговых оценок успеваемости "хорошо" по всем учебным предметам медали "За особые успехи в учении" II степени.

ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ университет им А.С. Пушкина

ОРГАНИЗУЕТ НАБОР СТУДЕНТОВ С ОБУЧЕНИЕМ В Г.КОЛПИНО В ЗДАНИИ АКАДЕМИИ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПО СЛЕДУЮЩИМ НАПРАВЛЕНИЯМ:

Направления (профиль)	Вступительные испытания (ЕГЭ)
Форма обучения: очно-заочная • Государственное и муниципальное управление (Государственное и муниципальное управление) • Менеджмент (Производственный менеджмент, Маркетинг и логистика в бизнесе, Информационный менеджмент) • Экономика Форма обучения: Заочная • Сервис (Сервис транспортных средств, Социально-культурный сервис)	1. Русский язык 2. Прикладная математика (Математика) 3. Основы экономических знаний и финансовой грамотности (Обществознание)
Форма обучения: Заочная • Социальная работа (социальная работа в системе социального обслуживания населения) • Документоведение и архивоведение (информационные технологии в документационном обеспечении управления)	1. Русский язык 2. Основы экономических знаний и финансовой грамотности (Обществознание) 3. История
Форма обучения: Заочная • Юриспруденция (только на базе профильного СПО)	1. Русский язык 2. Основы конституционного права (История) 3. Правоведение (Обществознание)

Университет организует набор студентов на очно-заочную и заочную форму обучения на договорной основе со средним, средне-специальным и высшим образованием. По окончании выдается государственный диплом. ВЫПУСКНИКИ КОЛЛЕДЖЕЙ, ЛИЦЕЕВ, ПТУ принимаются в ВУЗ без предоставления результатов ЕГЭ для выпускников ШКОЛ НЕОБХОДИМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ЕГЭ

Предоставляемые документы:
 - копия действующей флюорографии
 - документы об образовании (оригинал + копии в двух экземплярах),
 - 4 фото 3 x 4
 - копии паспорта (2 экземпляра),
 - копии свидетельства о браке (2 экземпляра, если была смена имени, фамилии).
 - СНИЛС (копии в двух экземплярах)

С-ПБ, Г.КОЛПИНО, УЛ.ТРУДА, Д.1/7, ЭТАЖ 2, КАБИНЕТ 214
В ЗДАНИИ АКАДЕМИИ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
С-ПБ, Г.КРАСНОЕ СЕЛО, УЛ.ЛЕНИНА, Д.77, ЭТАЖ 4, КАБИНЕТ 402

ОБРАЩАТЬСЯ ПО ТЕЛ: 8-901-307-01-28, 8-901-372-81-38, 8-901-372-81-07
 ЭЛ.ПОЧТА: LGYKOLPINO@MAIL.RU

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАМЯТНИКОВ ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ

8-981-724-92-40

пр.Ленина, 20/5 (во дворе)

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ТОК ⚡ ОПАСЕН ДЛЯ ЖИЗНИ

Электричество, конечно, очень помогает —
 Без него компьютер в игры не играет,
 Телевизор не покажет детям передачу,
 Электричка не поедет вечером на дачу,
 Не зажётся в Новый год огоньками ёлка,
 И не испечёт пирог нам микроволновка.
 Электричество наш друг — это всем известно,
 Но опасность все же есть, я скажу вам честно.
 С электричеством полезным мы, конечно же, друзья,
 Но скажу вам откровенно: с ним шутить совсем нельзя!



**ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

Единый телефон
8 800 220 0 220



РОССЕТИ
ЛЕНЭНЕРГО

Южные
электрические сети

Страховые представители: как и для кого они работают

Далеко не каждый человек, пришедший в поликлинику, знает, к кому обратиться с вопросами о качестве обслуживания в медицинской организации, порядке получения медпомощи или о своих правах в сфере ОМС. Многим не достаёт знаний законодательства о том, каким образом защитить свои права в системе обязательного медицинского страхования. Поэтому каждый застрахованный гражданин, у которого есть вопросы о сфере бесплатного медицинского обслуживания, может обратиться к страховым представителям. Институт страховых представителей появился в сфере ОМС в июле 2016 года. О первых показателях работы страховых представителей мы пообщались с Олесь Николаевной Ягодиной, директором Санкт-Петербургского филиала страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Олеся Николаевна, для чего нужны страховые представители и какова их роль в системе ОМС?

Страховые представители – это специалисты страховой компании, обладающие необходимыми знаниями в сфере законодательства для защиты прав застрахованного. Они эффективно взаимодействуют с пациентами и помогают при появлении любых затруднений. В перечень обязанностей страхового представителя входит консультирование и помощь в выборе врача, контроль качества медицинской помощи, оказанной в рамках системы ОМС. Кроме того, страховой представитель, на основании письменного заявления застрахованного решает вопрос по возврату средств, если с застрахованного противозаконно взыскали деньги в медучреждении. Также специалисты напоминают о прохождении профилактических мероприятий и диспансеризации. То есть, страховой представитель – это уни-



версальный помощник того, кто получает медицинскую помощь по полису ОМС.

А на какой сейчас стадии введение института страховых представителей?

Введение подобной системы – процесс небыстрый. С 1 июля 2016 года стартовал первый этап проекта. Тогда приступили к работе страховые представители первого уровня. В их задачи входит консультация застрахованных о правах и порядке оказания медицинской помощи в системе ОМС. Также они информируют обратившихся о возможности прохождения профилактических мероприятий.

А чуть позже, с начала 2017 года, начали

работать страховые представители второго уровня. Они информируют застрахованных при получении медицинской помощи, в том числе при профилактических мероприятиях, а также осуществляют защиту их прав и законных интересов в сфере ОМС.

С января 2018 года к информационному сопровождению застрахованных подключились страховые представители третьего уровня – квалифицированные специалисты и эксперты качества медицинской помощи. Они, при обращении застрахованного, проводят анализ своевременности диспансерного наблюдения, плановых госпитализаций и при необходимости, посещают

организации оказания медицинской помощи застрахованному. Стоит отметить, что страховые представители третьего уровня – это высококлассные врачи-эксперты.

Какие темы больше всего волнуют тех, кто обращается за помощью к страховым представителям?

Наиболее часто застрахованные задают вопросы по следующим темам:

- о качестве медицинской помощи;
- о правомерности взимания денежных средств за медицинскую помощь, оказанную по программам ОМС;
- об организации работы медицинских организаций;
- о выборе медицинской организации;
- о правомерности отказа пациенту в оказании медицинской помощи по программе ОМС.

Каким образом можно получить консультацию страхового представителя СОГАЗ-Мед?

Все очень просто. Достаточно позвонить по круглосуточному бесплатному номеру контакт-центра «СОГАЗ-Мед» **8 800 100 07 02** или обратиться к страховому представителю компании в медицинских организациях, а также в одном из офисов «СОГАЗ-Мед». Кроме того, на сайте www.sogaz-med.ru можно оставить письменное обращение или задать вопрос страховому представителю в онлайн-чате.

Справка о компании:

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» — лидер системы ОМС. 44 млн человек, проживающих в 56 регионах РФ и г. Байконур, являются нашими застрахованными. 25 лет успешной работы позволяют на высоком уровне контролировать качество медицинского обслуживания и восстанавливать нарушенные права граждан.

НАШИМ ГУРМАНАМ

РЕБРЫШКИ ПО-КАНАДСКИ

Этот ароматный сладкий соус-маринад для ребрышек-барбекю неотличим от соуса, который подают в одном известном ресторане в Монреале, у которого выстраивались очереди на улице в любой день недели. Летом, в сезон барбекю, обязательно повторите этот рецепт. Ну а пока... готовим в духовке. Это тоже очень вкусно!

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Ребра свиные — 800 г
- Пюре фруктовое (яблочное, готовое. Можно использовать пюре для детского питания) — 80 г
- Кетчуп — 80 г

- Сахар коричневый — 3 ст. л.
- Лимон (выжать сок) — 1/2 ст
- Соевый соус — 2-3 ст. л.
- Перец черный (молотый) — 1/2 ч. л.
- Паприка сладкая — 1/2 ч. л.
- Чеснок (сухой, в порошке) — 1/2 ч. л.
- Корица (молотая) — 1/2 ч. л.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Смешайте все ингредиенты (кроме мяса, конечно) в подходящей по размеру посуде.
2. Ребрышки разрежьте так, чтобы на порцию приходилось по одному ребру. Если куски крупные и вы будете готовить мясо в духовке, можно предварительно отварить их в течение 15-30 минут. Положите мясо

в соус, хорошо обмажьте каждый кусок и уберите в холодное место минимум на 30 минут для маринования.

3. Выложите ребра на противень, накройте фольгой и запекайте от одного часа до полутора при температуре 220 градусов. Если мясо выделит слишком много сока, слейте его.

4. Оставшимся соусом смазывайте ребра каждые 20-30 минут. Через 40 минут фольгу снять и запечь мясо до румяности. Если соус останется, сварите его остатки на медленном огне, пока сахар полностью не растворится, и подавайте отдельно для тех, кто любит ребрышки с двойной порцией соуса.

Приятного аппетита!



НЕЛЬЗЯ ЖЕВАТЬ ЖВАЧКУ ДОЛЬШЕ ТРЕХ МИНУТ

Жевание жевательной резинки дольше трех минут на регулярной основе может привести к целому ряду проблем со здоровьем, в том числе к гастриту, эрозии желудка, смещению зубов и нарушению прикуса.

Жвачка состоит из несъедобной резиновой основы, подсластителей вкусовых и ароматических добавок. В процессе жевания она практически не уменьшается в объеме, но все наполнители постепенно растворяются, после чего основа становится безвкусной. При этом чаще всего в качестве подсластителей используют тростниковый сахар, свекольный сахар и кукурузный сироп.

По словам стоматологов, жевательная резинка с сахаром считается самым вредным вариантом, поскольку способствует размножению микроорганизмов, вызывающих кариес, и нарушает баланс полезных бактерий. Поэтому оптимальным решением бу-



дет выбор жевательной резинки с ксилитом, стевией и другими подсластителями, которые не содержат сахар.

При употреблении жевательной резинки происходит резкое увеличение слюны, потому что наш мозг ее воспринимает как еду. Если жевание продолжается больше трех минут, рефлекторно выделяется большое количество соляной кислоты и желудочного сока. Если эта привычка становится регулярной и человек начинает использовать жвачку по несколько раз в день, то это может привести к повышению кислотности, гастриту, эрозии желудка.

В связи с этим, нельзя жевать жвачку утром на голодный желудок и во время сильного голода. Кроме того, употребление слишком большого количества жевательной резинки без сахара может вызвать расстройство пищеварения как побочное действие подсластителей.

Также, когда жевание продолжается

больше трех минут, развивается патологический жевательный акт, то есть мышцы работают неправильно, без нагрузки. Это может привести к проблемам с суставом, смещению зубов, нарушению прикуса.

Помимо этого, регулярное и длительное жевание резинки может вызвать головные боли у людей, склонных к приступам мигрени. Нередко развивается аллергическая реакция на ароматизаторы и красители в составе.

Если нравится жевательная резинка, то лучше отдавать предпочтение жвачкам с ксилитом. Но это должно быть лишь кратковременное использование. Также следует помнить, что за счет ментола мы получаем только временное ощущение свежего дыхания, но сама по себе жвачка не помогает предотвратить кариес и заболелания десен, а также не заменяет регулярную гигиену полости рта, которая состоит из ежедневной чистки зубов два раза в день.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?



А знаете ли вы, как поступить, если бы оказались в экстремальной ситуации, когда от ваших решений и действий зависит ваша жизнь? Некоторые люди сталкивались с такими испытаниями и доказали, что человеческий дух способен на невероятные подвиги в борьбе за выживание.

Рики Мигель - филиппинский рыбак, который в 2012 году выжил после 56 дней дрейфа в Тихом океане. Он был членом экипажа рыболовного судна, которое вышло в море из города Генерал Сантос. Во время шторма он и еще двое его товарищей были сброшены за борт, когда волна снесла их лодку. Они оказались в воде, держась за холодильник, который также упал в море. Они не имели ни еды, ни воды, ни средств связи. Рыбаки пытались привлечь внимание проходящих мимо судов, но безуспешно. Они питались сырой рыбой, которую ловили руками, и пили дождевую воду, когда она выпадала. Один из них умер через несколько дней, а другой через месяц.

Рики остался один, но не терял надежды. Он молился и думал о своей семье. Наконец, на 56-й день его дрейфа он был замечен патрульным самолетом, который сообщил о его местоположении ближайшему судну. Рики был спасен и доставлен на Маршалловы острова, где его лечили и кормили. Он потерял около 30 килограммов веса и был в очень слабом состоянии. Он сказал, что он выжил благодаря своей вере и любви к своей жене и детям. Его история выживания стала известна во всем мире и была названа "чудом в Тихом океане".

Джо Симпсон - британский альпинист, который в 1985 году выжил после падения в ледяную трещину в Андах. Он вместе со своим другом Саймоном Иейтсом покорял 6356-метровую вершину Сиула Гранде в Перу. Они были первыми, кто сделал это по западному склону. Однако, на спуске они столкнулись с множеством проблем. Симпсон сломал себе ногу, а Иейтс пытался спустить его по веревке. Но в один момент Симпсон оказался над пропастью, а Иейтс не мог его удержать. Иейтс перерезал веревку, чтобы спасти себя. Симпсон упал в глубокую трещину, где он провёл три дня и три ночи без еды, воды и снаряжения. Он был уверен, что умрет, но он не сдался.

Симпсон нашел выход из трещины и полз по леднику, опираясь на свои костыли. Он пережил мороз, обезвоживание, галлюцинации и инфекцию. Он добрался до базового лагеря, где его нашел Иейтс, который не уехал, думая, что его друг мертв. Симпсон потерял свою ногу, но сохранил свою жизнь и дружбу с Иейтсом. Он написал книгу о своем опыте выживания, которая была экранизирована в 2003 году под названием "Призрак вершины".

Юн Сун Чжо - корейская студентка, которая в 2014 году выжила после 16 дней в австралийской пустыне. Она приехала в Австралию по обменной программе и решила посетить знаменитый Национальный парк Какаду. Юн арендовала автомобиль и отправилась в одиночное путешествие. Однако, заблудилась и застряла в песке. У нее было мало воды, еды и топлива. Она пыталась добраться до дороги, но безуспешно. Юн страдала от жары, жажды, голода и насекомых. Она питалась шоколадом, печеньем и семечками, пила воду из луж и ручьев. Юн оставляла записки и стрелки из камней, надеясь, что кто-то ее найдет. Наконец, на 16-й день ее поиска она была замечена патрульным самолетом, который сообщил о ее местоположении спасателям. Юн Сун Чжо была спасена и доставлена в больницу, где ее лечили от обезвоживания и воспаления почек. Она сказала, что она выжила благодаря своей вере и мечте о родителях. Ее история выживания стала известна во всем мире и была названа "удивительным чудом".

ДЛЯ ДУШИ

Я, Дед-Мороз, вношу недолгий уют в студёный неуют,
За что у новогодней елки
Меня охотно признают.
Вокруг меня скользят девицы,
Мне улыбаясь на бегу.
Их очень много, но влюбиться
Я лишь в Снегурочку могу.
Ты вся арктически блистаешь,
Резва, как северный олень,
и артистически растаешь
В Международный женский день.
Когда придется расставаться,
Переживем разлуку мы
До новых елочных овец,
До снежных праздников зимы.

Николай Иванович Глазков



По результатам исследования одонго английского университета, не имеет значения, в каком порядке распожены буквы в слове. Галвоне, чтобы преая и пслоендяя буквы были на месте. Остальные буквы могут селдовтаь в плоонм беспорядке, все равно текст читается без проблем. Пичрионий этого является то, что мы не читаем каждую букву по отдельности, а все слово целиком.

• *Новый год – это грустное расставание со старыми иллюзиями и радостная встреча с новыми...*

(Фаина Раневская)

• *В ночь с 31 декабря на 1 января судьба открывает перед тобой двери в новую жизнь, но как в это время трудно в них попасть.*

(Владимир Борисов)

• *Новый год хоть и не приносит нам все абсолютно новое, зато дарит новую жизнь старому.*

(Леонид Сухоруков)

• *Если во время празднования Нового года дело дошло до торта – праздник не удался!*

(Михаил Задорнов)

Лучший анекдот недели:

В связи с резким подорожанием куриных яиц было принято решение переименовать их в белую икру.

► **БУХГАЛТЕРСКИЕ УСЛУГИ** Ведение бухгалтерского учета, составление и сдача отчетности в налоговые органы, расчет и подача налоговых деклараций...
Тел: 8-921-346-46-95

КУПЛЮ ДОРОГО ДЕТСКИЕ ИГРУШКИ СССР.

Тел: 8-905-290-88-66



УЛЫБНИСЬ

Дед с бабкой 60 лет жили душа в душу и умерли в один день. Открывают глаза - вокруг цветущий сад, солнце, воздух чудесный, а сами молодые да красивые. Вдруг дед треснул бабку по затылку: "Если б не твоя диета на манной каше, уже года два как тут были бы!"

Девушка говорит подруге:

— Ну что ты все время грызешь ногти? Это, наверное, нервное. Тебе следует заниматься спортом, а еще лучше йогой — тогда это прекратится.

Встречаются через месяц. Подруга видит — у той девушки ногти аккуратненькие, идеально подпиленные, лаком накрашены... Спрашивает:

— По-видимому, помогла тебе йога?

— Ну как сказать... Сейчас спокойно до ног достаю...

Бабка догадалась, что компот забродил, когда дед, отхлебнув пару раз, спросил:

— Малышка, ты замужем?

— Мне успокоительного.

— Вам в каплях или в таблетках?

— Не зли меня, падла!

— Если выпадет орел — будем пить. Если решка — перебрасываем.

Говорят, что во Владивостоке уже даже велосипеды и те с правым рулем.

— Слышал, от Петренко жена ушла?!

— Да? И как он?

— Да уже ничего. А сначала думали с ума сойдет от радости.

Почему-то все то, что мне нравится, или дорого, или вредно для здоровья, или замужем.

Медицина способна полностью облегчить состояние больного, до последнего рубля...

НИ ДНЯ БЕЗ ПРИТЧИ

Давным-давно на планете Марс жили мужчины. Они имели высокоразвитую цивилизацию, были трудолюбивы, честны и справедливы. Целый день они работали, а вечером уединялись в своих пещерах. И если кому-нибудь из них становилось плохо, он надолго уходил в свою пещеру. И никому в голову не приходило беспокоить его, потому что все знали — пройдет время и все наладится само собой. Так жили мужчины на Марсе, и им нравилась такая жизнь.

В миллионах километров от Марса на планете Венера жили женщины. Они жили дружно и спокойно. Вечерами собирались вместе и пели протяжные песни. А когда кому-нибудь из них становилось плохо, другие приходили к ней, они сидели вместе, разговаривали, и через некоторое время ей становилось легче. Так жили женщины на Венере, и им нравилась такая жизнь.

Однажды мужчины построили звездолет, отправились на нем в космос и обнаружили Венеру. Женщины сразу понравились мужчинам, а женщины сначала отнеслись к ним настороженно. Но прошло время, и все наладилось.

Часть мужчин осталась жить на Венере, а часть женщин полетела на Марс. Когда мужчинам было плохо, они уединялись, как и прежде. И это было странно женщинам. Мужчинам тоже многое было непонятно у женщин. Но и те и другие понимали, что мужчины и женщины представители разных планет, на каждой из которых свои законы, требующие уважения. Обладая такими знаниями, все жили мирно и хорошо.

И вот однажды очередная космическая экспедиция открыла Землю. Это был подлинный рай. Здесь была яркая зелень, голубое небо и удивительный океан. Реки были полны рыбы, леса — птиц и животных. Через некоторое время все мужчины и женщины переселились на Землю.

Долгое время они жили мирно и счастливо. Но проходили годы, сменялись поколения, и люди стали забывать, что они — представители разных планет. Мужчины не понимали женщин, а женщины — мужчин. Они пытались переделывать друг друга и поэтому ссорились. Гармония покинула мир, началась эпоха хаоса. Так и продолжается до сих пор, хотя всего-то нужно вспомнить, что мы жители разных планет, живущих по своим законам. А законы другой планеты нужно уважать.

Не надо переделывать друг друга. Что получится — еще неизвестно.



Похоронный дом
Бориса Гладиллина

Что делать при наступлении смерти?

- 1 ПОЗВОНИТЬ В ОФИЦИАЛЬНУЮ СЛУЖБУ**
по номеру (812) 604-62-07 (круглосуточно) или отправить заявку на сайте.
- 2 ЗАПИСАТЬ ДАННЫЕ СОТРУДНИКА**
так можно убедиться, что прибыл уполномоченный сотрудник.
- 3 ВЫЗВАТЬ ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ**
скорую помощь и полицию по номеру 112
- 4 ПРИГОТОВИТЬ ДОКУМЕНТЫ**
паспорт (или иной документ) умершего

Внимание!

Во избежание мошеннических действий, навязывания лишних или дорогостоящих услуг от неизвестных лиц, необходимо обратиться в Похоронный дом Бориса Гладиллина

+7 (812) 604-62-07

<https://pdbg.ru/>

Карты в добавок к сданным
Лыжница Сметанина
Ведущая шоу «Самый умный»
Советский скаут
Повязанные вещи
«Каш» по-русски
Закрепитель авторских прав
Образец верстки
Священная птица египтян
Продал художник за розы
Утес-остряк
Стойка, где «принимают на грудь»
Очерстевший снег
Орудие пахоты
Лидер группы «Дюна»
Земельная мера
Царь с комплексом
Жужжащее общежитие
«Змеевидный» шарф
Бродяга с деньгами
На какой реке стоит Луксор?
Репутация
Крепкое слово

АЛТЕР-АКСИ www.aliter.spb.ru
ТЕРРИТОРИЯ ИЖОРСКОГО ЗАВОДА в г. Колпино

ТРЕБУЮТСЯ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ:
ЭЛЕКТРОМОНТЕР
ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ ЦЕХА И ПОДЪЕМНЫХ СООРУЖЕНИЙ (МОСТОВЫХ КРАНОВ)

Мы ПРЕДЛАГАЕМ: **ЗП от 55 000 руб.**+ ежеквартальные премии

Приглашаем опытных специалистов, а также выпускников профильных техникумов и колледжей без опыта работы.

ОПЕРАТОР-ТЕРМИСТ
Мы ПРЕДЛАГАЕМ: **ЗП 60 000 руб.**+ ежеквартальные премии
Рассматриваются кандидаты без опыта работы.
Обучение за счет работодателя в рабочее время.

8 911 842 64 35

Наст, Бинони, Атрет, Улей, Сар, Хиросима, Бар, Нан, Сборт, Остан, Кров, Кандакаки, Пират, Тюк, По вертикали: Раиса, ме, Мат, Боа, Турист, Нил, Рено-Рыбин, Эдип, Акр, Вирус, Юна, Ибис, Скала, Соха, Куп, Пионер, Латент, По горизонтали: При-
ОТВЕТЫ:

НЕВСКИЕ КРАСКИ **ТРЕБУЮТСЯ:**

- Грузчик
- Слесарь на производство
- Лаборант ОТК
- Подсобный рабочий

8 (919) 770-25-50 (812) 380-53-20

Официальное трудоустройство, белая з/п, горячие обеды. Корпоративный транспорт: от ст. м. Рыбацкое - Металлострой переезд (на повороте); от ж/д вокзал г. Колпино (возле площади Ленина). Адрес: Металлострой, ул.дорога на Металлострой д.5 лит Ц

АО «Племхоз им.Тельмана»

агро78 ХОЛДИНГ ТРЕБУЮТСЯ:

- ОПЕРАТОР ДАННЫХ 1С** в Коммерческий отдел гр 3/3 с 5.30-18.00, з/п от 57 000 руб.+%
- ТРАКТОРИСТЫ** имп. и отеч.техника, з/п 80 000 - 100 000 руб.
- ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК** о/р от 1 года, удостоверение, гр 5/2, з/п от 57 000 руб. льгот/стаж.

РАБОТНИКИ в Животноводческий комплекс:

- Оператор машинного доения** различные графики, з/п 52 000 - 72 000 руб.+ доп.заработок
- Подгонщик** различные графики, з/п 52 000 - 72 000 руб. + доп.заработок
- Скотник, телятник, разнорабочие** гр 6/1, з/п от 52 000 руб.+ доп.заработок

Мы ПРЕДЛАГАЕМ: Работа в п.Тельмана д.60, оформление и соцпакет по ТК РФ, зп 2 раза в месяц, спецодежда, комфортная зона отдыха (душ, раздевалка, обеденная зона), общежитие.

ВНИМАНИЕ: для граждан СНГ – проживание, компенсация оплаты чеков, миграционный учет. Требуется патент «Ленинградская область».

+7-931-970-74-06, 8(812)456-40-90

ОКА **Афиша**

декабрь

- 16 декабря** / начало в 12 ч. «Заводной выходной» Без предварительной записи. Место проведения: 1 эт.
- 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 декабря** / начало в 12 ч. Художественный МК от студии «i-Палитра» Предварительная запись в группе ВК. Место проведения: 3 эт.
- 24 декабря** / начало в 13 ч. Творческий Мастер-класс от «Мастерская событий» Без предварительной записи Место проведения: 3 этаж
- 23.12 в 12:00** День рождения **Fitness Land** раздичная программа « розыгрыш призов

Ждем вас в комплексе положительных эмоций!
vk.com/trkoka www.trkoka.ru

Ремонт квартир. Малярные работы, обои, шпаклевка, кафель, потолки, ламинат, гипрок и др.
Тел: 8-996-796-25-35



В связи с увеличением объема работ на машиностроительное производство АО «Ижора-Деталь» **ТРЕБУЮТСЯ:**

- **Главный конструктор**
- **Конструктор**
- **Технолог по сборочно - сварочным работам**
- **Начальник отдела** (тех.образование)
- **Экономист**
- **Мастер ОТК**
- **Контролер ОТК**
- **Токарь/Токарь - расточник**
- **Токарь - карусельщик**
- **Фрезеровщик**
- **Оператор станков с ЧПУ**
- **Менеджер отдела** (тех.образование)
- **Менеджер** (делопроизводитель)
- **Специалист по ОТ** (неполный р.день)

Стать частью команды АО «Ижора-Деталь»

Контакты: +7(901)375-19-50
461-01-48, ok@izoradetal.ru

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 т.р. на руки;
- **Бригадира тепличного комплекса**
з/п. 50 000 т.р. на руки;
- **Водителя вилочного погрузчика**
почасовая оплата труда, з/п. от 40 000 т.р. на руки
- **Электромеханика** з/п. 50 000 т.р. на руки
- **Слесаря наладчика оборудования**
з/п. 50 000 т.р. на руки

Мы предлагаем:

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

Отдел персонала: +7-929-110-24-79

(812)456-40-96 доб. 106



ООО «Алитер-Акси»
ТРЕБУЕТСЯ:

МАШИНИСТ
мостового крана

з/п от 60 000 руб.

СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК

з/п от 60 000 руб.

+7(911)798-80-61

Место работы: Колпино тер. Ижорского Завода



ПЛАСТКОН™

Колпино, ул.Северная, 12д

НАМ ТРЕБУЮТСЯ:

▶ **ШВЕЯ** без опыта, возможно обучение, график работы 2/2, з/п от 40 000 руб. + премия

▶ **ТКАЧ** без опыта работы, обучение, график работы 2/2, з/п от 35 000 руб.+ премия

▶ **ЛАБОРАНТ** без опыта, ночные/дневные смены, з/п от 42 т.р.+ премия

▶ **МАСТЕР** по ремонту швейного оборудования с обучением

без опыта, з/п от 45 000 руб. + премия, 2/2 по 12 часов

▶ **МАСТЕР** по ремонту технологического оборудования с обучением

без опыта, з/п 45 000 руб. + премия, график 5/2

▶ **ИНЖЕНЕР КИПиА**

з/пл от 62 000 руб. + премия, график 5/2 по 8 часов

▶ **РЕЗЧИК** полипропиленовой ткани (с обучением)

без опыта, график 2/2, з/пл 35 000 рублей + премия

▶ **УПАКОВЩИК** (с обучением)

без опыта, график 2/2, з/пл 40 000 рублей + премия

▶ **СЛЕСАРЬ-НАЛАДЧИК**

без опыта, график 2/2, по 12 ч., з/пл 40 000 р.+ премия

▶ **УБОРЩИК** производственных помещений

з/п от 27 000 руб. + ежемесячная постоянная премия, гр 2/2 по 12 ч. без ночных

▶ **ВОДИТЕЛЬ ПОГРУЗЧИКА**

з/п 40 000 руб. + премия, гр. 2/2, по 12 ч. без ночных, наличие действующего удостоверения обязательно!

461-4272



8(931)213-5920

РАБОТА

- ▶ **СРОЧНО! ТРЕБУЕТСЯ:** СПЕЦИАЛИСТ по РЕМОНТУ бензо- и электроинструмента. Тел: 944-04-99
- ▶ **ТРЕБУЕТСЯ:** ПРОДАВЕЦ-КОНСУЛЬТАНТ в магазин аквариумистики, тел: 469-54-80

На склад ТРЕБУЮТСЯ: ВОДИТЕЛЬ

Работа на автомобиле ГАЗель, кат. В, стаж от 2-х лет, з/п 50 000 - 70 000 руб., с 9.00 до 18.00

КЛАДОВЩИК

з/п от 40 000 руб., гр. р. сменный, 3/3, с 7.00 до 18.00, 4/2, с 8.00 до 17.00.

ГРУЗЧИК

сборка/разборка, погрузка/выгрузка товара, з/п от 40 000 руб., гр. р. 6/1, с 8.00 до 17.00.



8-911-221-86-04

8-911-929-55-06

На Термозавод ТРЕБУЮТСЯ: (можно учениками)

- Сварщик - 120 000, Разнорабочий - от 60 000,
- Технолог (на удаленку) - 40 000 - 100 000,
- Приемщик металла - 50 000 - 80 000,
- Электрик - 80 000, Печник - 80 000 - 100 000,
- Оператор ЧПУ - 70 000 - 150 000,
- Контролер ОТК - 70 000 - 90 000.

☎ 8-911-248-19-89

Термозавод.рф • г.Колпино, ул.Финляндская, д.35



ООО «Алитер-Акси»
ТРЕБУЮТСЯ НА ПОСТОЯННУЮ
РАБОТУ в Колпино:

Электрогазосварщик
з/п 115 000 руб.

Инженер ОТК

з/п 75 000 руб. + ежекварт. премии

8(812)702-19-86

Территория Ижорского Завода
(звонки принимаются с 09.00 до 16.00), E-mail: hr@aliter.spb.ru



ООО «Ижорские сварочные материалы»
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

- **Слесарь по изготовлению узлов и деталей сан.технических систем**
- **Электромонтер по ремонту и обслуживанию эл.оборудования**
- **Электродчик**
- **Менеджер по закупкам**
- **Станочник**
- **Уборщица**



СПб, Колпино, территория Ижорского завода (цех №92)

322-80-05

ООО «Ижорская НТК»

ТРЕБУЮТСЯ:

- **Инженер-химик**
- **Лаборант химического анализа**
- **Слесарь-ремонтник**
- **Токарь**
- **Шлифовщик** (досрочная пенсия, возможно с обучением)

тел. 322-86-29 • 322-82-07

КОНКУРС ДЕТСКОГО РИСУНКА «ЭЛЕКТРИЧЕСТВО - ОПАСНО!»



Мы с ребятами из детского сада №1 Колпинского района СПб с радостью принимаем участие в Вашем конкурсе.
Репина Вика, 5 лет.

"Электричество - опасно!"

Куратор: Воспитатель Загоскина Светлана Геннадьевна.

Итоги Конкурса будут подведены и объявлены 19 января 2024 года на сайте gorod-kolpino.ru и в газете «Наш город Колпино».

Организатор конкурса: «Наш город Колпино-перспективная газета»

Спонсор: Филиал ПАО «Россети Ленэнерго» «Южные электрические сети».

Адрес эл.почты:
gorod-kolpino@mail.ru

Телефон для справок:
(812) 929-44-39



Триумф

Спортивный центр «Триумф» - это то, что надо вашему ребёнку для полноценного физического воспитания и развития. Только опытные педагоги, работающие с детьми. Дружелюбная обстановка, профессиональные оборудованные залы, разнообразный тренировочный процесс - ждут вас в нашем центре!

Продолжается набор в группы по следующим направлениям:

- Чир спорт
- Эстетическая гимнастика
- Спортивная аэробика
- Художественная гимнастика
- Акробатика
- Танцы
- Группы Общей физической подготовки (ОФП) для взрослых и детей

- Группы растяжки для взрослых и детей
- Хореография

В нашем центре Вас ждет выполнение спортивных разрядов, выступления на крупнейших соревнованиях в России, возможность попадания в спортивную школу, участие в Чемпионате и Первенстве России, формирование сборной команды по Чир спорту, возможность отбора в команду сборной России! А так же теплая и позитивная атмосфера, сильнейший педагогический состав и новые победы!

Мы сделаем вашу спортивную жизнь не только насыщенной соревнованиями и тренировками, но и богату творческими событиями, выступлениями на различных городских мероприятиях.

Впереди сборы с лидирующими командами России, мастер-классы и многое другое! Гарантируем море эмоций, полезное общение и спортивный рост! Вас ждет яркий, увлекательный путь с нами!

Руководитель центра - Фоменко Ксения Игоревна, дипломированный специалист



КЛУБ ЗНАКОМСТВ "НАШ ГОРОД"

Говорят, что браки заключаются на небесах и счастливый билет можно запросто вытянуть в лотерее судьбы. И в этом одиноким сердцам поможет наша газета.

Объявления в рубрике знакомства - 100 руб.

Телефон Клуба знакомств "НАШ ГОРОД": 8-952-377-30-23

0099 - Людмила, 50 лет, спокойная, хозяйственная, привлекательная, без вредных привычек. Познакомится с мужчиной для общения и с/о.

0119 - Познакомлюсь с порядочным мужчиной 37-49 лет, без вредных привычек, материальных и жилищных проблем, для серьезных отношений. Проживаю в Колпино, тел: 8-950-008-3524

0122 - Женщина 58 лет, рост 178. Без в/п и жилищных проблем. Жизнерадостная, общительная, порядочная. Познакомлюсь с мужчиной, добрым и веселым, любящим домашних животных, без вредных привычек. Возраст в пределах разумного.

0143 - Лидия, 57 лет, познакомлюсь с порядочным мужчиной до 65 лет. Без вредных привычек.

0154 - Владимир, 55 лет, приятной наружности проживающий в Колпинском р-оне познакомится с милой, доброй, душевной девушкой 37-50 лет для создания семьи, серьезных отношений. Тел. 89112081389, 89650282238

0155 - Симпатичная женщина, 42 года, познакомиться с мужчиной 38-48 лет, без вредных привычек, желательно с высшим образованием, для серьезных отношений.

0161 - Ищу одинокую девушку 35-42 лет для создания семьи. Живу в Московский р-не, Кузнецовская ул. Тел: 8-952-373-0393

0163 - Мужчина, 51 год, 173/69, люблю авто-мото, вело-фото. Познакомлюсь для дружбы и брака с женщиной до 46 лет.

0170 - Женщина, приятной наружности, 50 лет, по-

знакомится с порядочным мужчиной для с/о.

0175 - Женщина маленького роста, стройная, зовут Светлана. Познакомлюсь с мужчиной 50-58 лет, любящего спорт и театр, которого легко поднять с дивана и пойти в театр, на выставку или поехать в горы покататься на лыжах.

0188 - Мужчина, 47 лет, холост, познакомится с девушкой для общения, серьезных отношений, подробности по тел: 8996-775-03-89

0208 - Валентин, 61 г., ищу женщину для с/о, т.8-999-246-55-60

0230 - Александр, 52 года, познакомится с женщиной до 43 лет для с/о.

0236 - Познакомлюсь с порядочной женщиной, уставшей от одиночества, для совместной жизни и любви, разных мирских утех в виде туризма, спорта, театра.

0239 - Мужчина 58 лет, Близнец, 177/72, из вредных привычек - курение. Ищу женщину, стройного телосложения, до 55 лет для серьезных отношений.

2350 - Одинокий джентельмен хочет познакомиться с порядочной женщиной для серьезных отношений. Тел: 8-981-124-6270

2355 - Мужчина 50 лет, без вредных привычек, познакомлюсь с женщиной для серьезных отношений.

2361 - Одинокая вдова Валентина, познакомится для общения и дружбы с хорошим человеком. Тел: 8-999-237-40-90

СКАЖИ ОДИНОЧЕСТВУ НЕТ!

8-952-377-30-23

КАЧЕСТВЕННЫЙ РЕМОНТ КВАРТИР

8-965-222-28-12 Максим

- ✓ ШТУКАТУРКА, ШПАКЛЕВКА
- ✓ ВЫРАВНИВАНИЕ СТЕН
- ✓ ПОКЛЕЙКА ОБОЕВ
- ✓ НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ, ГИПСОКАРТОН
- ✓ НАСТИЛ ПОЛА (ЛИНОЛИУМ, ЛАМИНАТ)
- ✓ ЗАМЕНА ДВЕРЕЙ, ОКОН
- ✓ БАЛКОНЫ
- ✓ КЛАДКА КАФЕЛЬНОЙ ПЛИТКИ
- ✓ ЗАМЕНА САНТЕХНИКИ, ЗАМЕНА ТРУБ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 15-25%

- Убираем за собой мусор.
- Выезд и консультация - бесплатно!
- Возможность работы с нашим материалом.

«Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург». Судья 3-ей категории по Чир-спорту, сертифицированный тренер по Чир-спорту. Опыт преподавательской деятельности 8 лет. Многократная победительница всероссийских и международных соревнований, Мастер спорта России по художественной гимнастике, кандидат в Мастера спорта по спортивной аэробике, чир-спорту и чирлидингу, победительница Чемпионатов России, участница Чемпионатов Европы.

Наши тренеры - мастера спорта, профессиональные танцоры, опытные преподаватели, которые могут из вашего ребёнка безопасно сделать спортсмена и чемпиона, развить и закрепить физические навыки. С полной информацией и заслугами тренеров можно будет ознакомиться у нас в центре.

Пробное занятие бесплатно!

Режим работы спортивного центра:
С 15:00 до 21:00.

Удобное местоположение.

Адрес: улица Онежская 5, ТРЦ «Алмаз», г.Колпино.

Большая парковка на 200 машин.

Как с нами связаться:

Телефон: 8 (995) 622-12-12

Эл.почта: sport_triumph@mail.ru

Телерграм: https://t.me/triumph_center

ВКонтакте: https://vk.com/centr_triumph

Мы рады юным спортсменам и всем любителям здорового образа жизни!



ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ

Рекламно-информационная газета «Наш город Колпино - перспективная газета».

Учредитель: ООО «Наш Город»

Издатель: ООО «Наш Город»

Генеральный директор Кузин А.Д.

Главный редактор: Кузин А.Д.

Газета зарегистрирована

Управлением Федеральной службы

по надзору в сфере связи, информационных технологий и

массовых коммуникаций по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Регистрационное свидетельство ПИ

№ ТУ 78-01064 от 22 февраля 2012 года.

Юридический адрес редакции и издателя: 196650, Санкт-Петербург, г.Колпино, ул.Павловская, д.44А, кв.94. Фактический адрес редакции и издателя: 196650, г.Колпино, ул.Павловская, д.44А, кв.94

ИНН: 7817324710

Тел.: (812) 929-44-39

Сайт: www.gorod-kolpino.ru

E-mail: gorod-kolpino@mail.ru

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов. За содержание рекламы ответственность несет рекламодатель. Письма, рукописи и фотографии не возвращаются и не рецензируются. Редакция не выступает

ходатаем в официальных учреждениях. При перепечатке материалов ссылка на газету «Наш город Колпино - перспективная газета» обязательна.

Газета распространяется бесплатно.

Периодичность: еженедельно.

Отпечатано в типографии ООО «Типографский комплекс «Девиз».

190020, г. Санкт-Петербург, вн. тер. г. муниципальный округ Екатерининский, Обводного канала наб., д. 138, к. 1, лит. Б, в помещ. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть.

Тираж 30000 экз., № заказа ДБ-00008081

Номер подписан в печать 14.12.2023

по графику 15:00, фактически 15:00.

8-952-377-30-23

ДЕЛАНО В КОЛПИНО