

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

НАШ ГОРОД

КОЛПИНО - ПЕРСПЕКТИВНАЯ ГАЗЕТА

Рекламно-информационный еженедельник

№ 4 (666)

Санкт-Петербург, пятница, 2 февраля 2024 год

(12+)

бесплатно

ООО ЦЮС «Движение дела»

ТРЦ «Алмаз»
г. Колпино
Онежская ул., д.5
офис 1/8

- Юридические услуги
- Социальные услуги
- Банкротство
- Открытие ИП и ООО
- Недвижимость
- Помощь с ипотекой
- Земельные и жилищные сертификаты



Тел: +7 911-823-18-17

ПАРИКМАХЕРСКАЯ
ЙОККО

ЛЮБАЯ
МУЖСКАЯ
СТРИЖКА
600 р

БЕЗ ЗАПИСИ

ЗАХОДИ И СТРИГИСЬ

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

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»

НАШ ГОРОД
Клуб знакомств

8-952-377-30-23

СКАЖИ НЕТ
ОДИНОЧЕСТВУ!

На производство пластиковой тары **ТРЕБУЕТСЯ:**

**ОПЕРАТОР
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ЛИНИИ**

Условия:
-Зарботная плата: 60 000 руб./ мес. (смена – 2 000 руб.)
-Возможность выбора удобного графика работы;
-Еженедельные выплаты;
-Бесплатные обеды;
-Трудоустройство с первого дня работы по ТК РФ;
-Для граждан СНГ финансирование в оформлении документов.
БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА от м.«Рыбацкое», п.Металлострой.
От г. Колпино автобус 396А до остановки «Кольцо».

Место работы:

п. Металлострой, дорога на Металлострой, д.5

ТЕЛ. ОК: **8-921-954-46-89**

**РЕКЛАМА
В ГАЗЕТЕ**

929-4439

ТРЕБУЕТСЯ для работы:

УБОРЩИЦА(щик)
(подработка)

Обязанности:
- Ручная и механизированная уборка внутренней территории объекта (на поломоечной машине).

Условия:
- З/плата: 20 000 руб. (на руки)
- График работы: 5/2 на 4 часа (свободный график)
- Бесплатная удобная спецодежда;
- Трудоустройство с первого рабочего дня.
Бесплатная развозка: м.«Дыбенко»; м.«Рыбацкое»,
ст. Металлострой, ст. Понтонная

Место работы: Вознесенское шоссе, д.6А

☎ **8-921-954-46-89**

В службу экспресс-доставки

ТРЕБУЮТСЯ:

УБОРЩИЦА на утро

График: 6/1 с 08-00 до 12-30
З/плата 25 000 руб. / мес.

УБОРЩИЦА

График: 6/1 с 08-00 до 20-00
З/плата 70 000 руб. / мес.

БЕСПЛАТНАЯ РАЗВОЗКА м.«Дунайская»

Тел. ОК: **8-921-954-46-89**



**ООО «МАНУЛ»
ТРЕБУЮТСЯ:**

- **ВЕТЕРИНАРНЫЙ ВРАЧ**
 - **ПРОДАВЕЦ-КОНСУЛЬТАНТ
в магазин аквариумистики**
- ул.Павловская д.42а ☎ 469 54 80

ЗАО «ВОСТОКМЕТАЛЛУРГМОНТАЖ – 1»

ТРЕБУЮТСЯ:

- **МОНТАЖНИКИ** техн/оборудования з/п от 100 тыс. руб.
- **МОНТАЖНИКИ** металлоконструкций з/п от 100 тыс. руб.
- **МОНТАЖНИКИ** техн/трубопроводов з/п от 100 тыс. руб.
- **ЭЛЕКТРОСВАРЩИКИ** з/п от 90 тыс. руб.
- **ГАЗОРЕЗЧИКИ** з/п от 80 тыс. руб.
- **МАСТЕР УЧАСТКА** з/п от 80 тыс. руб.
- **МЕНЕДЖЕР** по снабжению з/п 50 тыс. руб.
- **ИНЖЕНЕР** по строительству з/п 70 тыс. руб.
- **СПЕЦИАЛИСТ** по охране труда з/п 90 тыс. руб.

Условия:
• Официальное трудоустройство, полный соц/пакет
• Зарботная плата без задержек
• Иногородним выплата суточных, бесплатный проезд и проживание
• Выдача спецодежды

ОТДЕЛ ПЕРСОНАЛА:
ТЕЛ: +7 904 801 67 42; +7 992 706 48 43

На склад интернет-магазина
ТРЕБУЕТСЯ:

УБОРЩИЦА

Условия:
- Зарплата: от 75 000 руб. (смена 2 500 руб.)
- Гибкий график на Ваш выбор (5/2, 4/3, 4/2, 3/3, 3/2, 2/2, 7/0, подработка);
- Выплаты без задержек;
- Бесплатная удобная спецодежда.
Место работы: Московское шоссе, д.143

Тел. ОК: **8-921-954-46-89**

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. 9/28, литер А, пом. 10Н
☎ +7 981 724 64 69

lombard100.ru

Здесь можно
взять в рассрочку!

**НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ**

Деликатный подход и хорошая цена

20 м ² 13000 р	10 м ² 7000 р	15 м ² 9750 р
------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

В цену включены монтаж и материалы

**Лучшие материалы
Надежный монтаж**

Выезд и замер - бесплатно

ЗАКАЗАТЬ ПОТОЛКИ: **8(921) 993-32-67**

ООО ЦДЖ «АртЛайф»

- СТРОИТЕЛЬСТВО ЗАГОРОДНЫХ ДОМОВ
- РЕМОНТ ПОМЕЩЕНИЙ
- САНТЕХНИКА
- ЭЛЕКТРИКА

ТРЦ «Алмаз»
г. Колпино
Онежская ул., д.5
офис 1/8

Тел: +7-981-937-00-98

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ?



Цены на помидоры и огурцы пока не превысили прошлогоднего максимума. Но есть нюанс. Пик цен на них традиционно приходится на конец зимы и даже, скорее, на начало весны. Если же сравнивать одинаковые даты, огурцы, получается, уже подорожали в городе на 8,9%, помидоры — вообще на 33%.

Назвать ситуацию катастрофой язык не поворачивается. В конце концов страна у нас свободная: хочешь — покупай помидоры, хочешь — нет. Хочешь — походи по магазинам, пощи что-то со скидкой, а хочешь — купи что-то другое.

Еще в 2020 году огурцы в Петербурге в январе стоили 152 рубля, а помидоры — 142, говорит нам Росстат. Сейчас в магазинах даже по акциям и скидкам найти их дешевле 240 и 210 рублей, соответственно, практически нереально. Ну и что это будет за овощи — надо, конечно, смотреть. Тем временем верхняя планка давно перевалила за 1 000 рублей за килограмм. Те, кто хочет и имеет возможность получать хрустящие с пупырышками корншоны и сочные бакинские помидоры, платят за них дороже, чем за говяжью вырезку.

На этом фоне у человека, стоящего в овощном отделе гипермаркета, неизбежно встает вопрос: что взять вместо? А выбор, слава богу, есть. Надо просто расширить горизонты и подойти к вопросу сегодняшнего ужина с фантазией.

К тому, что бананы, которые приходят к нам из Эквадора, минуя стремительно мельчающий Панамский канал, потом через всю Атлантику, по Северному и Балтийскому морям, причем все в рефконтейнерах, подключенных к электричеству, да потом еще побудут в камерах газации, чтобы стать желтыми и сладкими, — вот после всего этого пути они у нас оказываются дешевле родных яблок из Краснодарского края, — мы к этому уже как-то привыкли. А вот то, что на фоне бешеного роста цен помидоры и огурцы стали дороже уже целого ряда других — традиционно считающихся экзотическими — фруктов, в этом году стало открытием.

Первое, что приходит в голову, — это киви и ананас. Ни тот, ни другой в России не культивируется в промышленных масштабах. Однако до прилавков в наших магазинах они доходят теперь по более низким ценам, чем огурцы и помидоры. Конечно, говорить, что они являются полной заменой, нельзя. Но как есть те, кто может покупать «бычье сердце» по 1 400 за кило, неизбежно есть и те, кто не может себе позволить даже пластмассовый эрзац-помидор за 210 рублей. И почему им тогда не взять киви по 170?

Рассмотрим, что теряет человек, меняющий в своем рационе помидор на киви. Сравним их пищевые свойства. И тут же увидим, что, во-первых, калорий в киви вдвое больше. Во-вторых, в них есть ударная доза витамина С, что для Петербурга довольно актуально. Далее, в киви есть еще и витамин В9, более известный как фолиевая кислота, которая остро необходима для профилактики анемии. Ее сейчас почти в обязательном порядке прописывают всем беременным. Ну и витамин К — он нужен для профилактики окостенения суставов и отложения солей в сосудах, а также для усвоения кальция. Да и самого источника кальция в киви втрое больше, чем в томатах. Иными словами, киви есть и полезнее, и питательнее, и дешевле помидоров.

Главный аргумент взять на ужин ананас вместо огурца — калории. Их в 3,7 раза больше за счет в первую очередь углеводов. Причем полезные углеводы, в виде клетчатки, а не «быстрые», как в сахаре. Ну и в качестве отдельного бонуса — рекордно повышенное содержание микроэлементного кремния. Он остро необходим организму для профилактики остеопороза, да и в целом повышает объем и плотность костной ткани. Кроме того, он выводит токсины из клеток, повышает прочность и эластичность капилляров, улучшает вид кожи, ускоряет рост волос и укрепляет ногти. И даже, пишут, предотвращает преждевременное старение.

В каком порядке и в каких пропорциях заменять все эти товары — дело вкуса. А нам остается главное — радоваться, что непростая экономическая ситуация позволяет вам расширять границы и горизонты и познавать что-то новое, на что бы вы никогда не решились, если бы огурцы не стали стоить, как крыло от «боинга».

КОРОТКО ОБО ВСЕМ

Наряду с рыбой, оливковым маслом, свежими овощами и фруктами, красное вино в умеренных количествах всегда считалось одной из причин долгой продолжительности жизни на юге Европы. Но ученые усомнились и признали красное вино вредным компонентом средиземноморской диеты.

Вокруг Света

Китайские ученые впервые клонировали двух находящихся под угрозой исчезновения видов тибетских коров.

China Daily

Комедия «Джентльмены удачи» режиссера Александра Серого признана лучшей картиной киностудии «Мосфильм». Она заняла первое место в «Абсолютном топе» фильмов киностудии, представленном телеканалом «Мосфильм. Золотая коллекция».

На втором и третьем местах оказались «Бриллиантовая рука» и «Операция «Ы» и другие приключения Шурика» Леонида Гайдая, а на четвертом — его же «Иван Васильевич меняет профессию». Замыкает пятерку осканоненная мелодрама Владимира Меньшова «Москва слезам не верит».

ТАСС

Испанская полиция ликвидировала в Валенсии преступную сеть, которая торговала телами умерших людей. Они незаконно получали трупы и продавали их университетам для изучения.

Фонтанка

Суд во Франции ограничил в дееспособности 88-летнего актера Алена Делона, вокруг состояния здоровья которого ведутся судебные разбирательства среди членов семьи и близкого окружения.

РИА Новости

Учительница музыки рассталась с миллионом в Выборгском районе Петербурга. Она боялась, что деньги попадут на Украину.

29 января, в полицию обратилась 54-летняя учительница музыки. Она сообщила, что накануне ей позвонил «сотрудник ФСБ Трофимов». Мужчина сообщил о подозрительных операциях на счету, деньги, по его словам, направлялись на помощь Украине. Петербурженка согласилась с переводом своих накоплений на безопасный счет и отдала мошенникам 1,1 млн рублей.

Фонтанка

Новый склад Wildberries на 154 тысяч квадратных метров появится в Тосненском районе Ленобласти, соглашение об этом подписали губернатор региона Александр Дрозденко и основатель компании Татьяна Бакальчук.

РИА Новости

Крупнейший в мире лайнер Icon of the Seas («Икона морей») отправился в первый круиз из порта Майами. Длина корабля составляет 365 метров. На его территории есть 20 палуб, на которых могут разместиться 7600 гостей и 2350 членов экипажа. На судне есть кинотеатр, фитнес-клуб, боулинг, скалодром, семь бассейнов, аквапарк площадью более 1500 квадратных метров, десятки ресторанов, каток и многое другое. Пассажиры будут развлекать более 50 музыкантов и комиков и самый большой морской оркестр.

CNN

Число изъятых сотовых телефонов в исправительных учреждениях уголовно-исполнительной системы продолжает падать. За 2023 год там изъяли более 19 800 мобильных, что на 4200 меньше, чем в 2022 году.

Ведомости

Депутаты Госдумы в третьем чтении одобрили закон о конфискации имущества за фейки об армии. Возможность конфискации имущества за фейки о ВС РФ и публичные призывы к осуществлению деятельности, направленной против безопасности государства, вводится в Уголовный кодекс.

ТАСС

За 2023 год в Петербурге вынесли 752 тысячи постановлений нарушений правил парковки под знаками 3.27–3.30. Еще 587,7 тысяч постановлений — за неоплату платной парковки. Общее число эвакуированных автомобилей за год — 108 тысяч. Оспаривать постановления в суде автомобилисты пытались 2 020 раз, по сравнению с 2022 годом снижение составило 17,6%. Отменено 191 постановление (на 19,3% меньше, чем годом ранее).

Фонтанка

ПРОКУРАТУРА РАЗЪЯСНЯЕТ

Какие меры социальной поддержки рассмотрены для населения?

Реализуемый в Российской Федерации комплекс мер социальной поддержки населения представлен следующими группами.

- Обязательное социальное страхование:
 - обязательное пенсионное страхование (в том числе выплата пенсий по старости, по инвалидности, в связи с потерей кормильца, а также доплаты к пенсии членам летных экипажей воздушных судов гражданской авиации, отдельным категориям работников организаций угольной промышленности);
 - обязательное социальное страхование на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством (в частности, выплата пособий по нетрудоспособности, по беременности и родам), от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний.
- Государственное пенсионное обеспечение (в частности, выплата пенсий за выслугу лет, социальных пенсий).
- Социальная помощь (поддержка):
 - государственная социальная помощь (в частности, предоставление набора социальных услуг или замена его денежным эквивалентом, социальные доплаты к пенсии, помощь в натуральной форме);
 - социальные пособия и другие выплаты, носящие характер дополнительной материальной помощи (доплаты, стипендии и др.);
 - субсидии (в частности, на оплату жилья и коммунальных услуг);
 - компенсации и компенсационные выплаты (в частности, ежемесячные денежные выплаты, компенсация расходов на оплату взноса на капитальный ремонт, стоимости приобретенного технического средства реабилитации);
 - льготы (например, внеочередное обеспечение жилыми помещениями, ежегодный отпуск не менее 30 календарных дней, бесплатный проезд всеми видами городского пассажирского транспорта общего пользования, освобождение от уплаты транспортного налога, льготы по уплате НДФЛ, земельного налога, налога на имущество физлиц).
- Социальное обслуживание, в рамках которого гражданам оказываются социально-медицинские, социально-бытовые, социально-психологические услуги.

**ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАМЯТНИКОВ
ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ**
8-981-724-92-40
пр. Ленина, 20/5 (во дворе)

**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	1. Русский язык 2. Прикладная математика (Математика) 3. Основы экономических знаний и финансовой грамотности (Обществознание)
Форма обучения: Заочная • Сервис (Сервис транспортных средств, Социально-культурный сервис)	1. Русский язык 2. Основы экономических знаний и финансовой грамотности (Обществознание) 3. История
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 конституционного права (История) 3. Правоведение (Обществознание)
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

ИНФОРМАЦИЯ МОВО



Сотрудники и стажеры отдела вневедомственной охраны по Всеволожскому району Ленинградской области присоединились к сбору гуманитарной помощи участникам СВО и изготовили маскировочные сети.

На базе подростково-молодежного клуба «Феникс», в рамках помощи российским военнослужащим, участницы женсовета микрорайона Бернгардовка «Долголетие» провели мастер-класс для росгвардейцев по плетению маскировочных сетей.

Росгвардейцы ознакомились с технологией производства камуфляжной сетки, и получили возможность самостоятельно изготовить маскировочный элемент из множества лент, которые особым образом крепятся на сетку, маскировочное покрытие, создавая надежную защиту мест расположения личного состава. Изготовленные сотрудниками вневедомственной охраны маскировочные сети в ближайшее время будут направлены подразделением ведомства в зону проведения специальной военной операции.

30 января около 18:00 всем дежурным нарядам отдела вневедомственной охраны по Волховскому району Ленинградской области были переданы приметы 11-летнего мальчика, самовольно покинувшего детский социально-реабилитационный центр на Расстанной улице в Волхове. Ранее с заявлением в правоохранительные органы обратилась мать подростка.

Работая по «горячим» следам, в 18:25 наряд Росгвардии обнаружил разыскиваемого мальчика рядом с парком культуры и отдыха Ильинка, когда он

шел по Парковой улице в сторону реки Волхов и моста Строителей. Сотрудники вневедомственной охраны передали несовершеннолетнему сотруднику полиции.

Мать мальчика, 36-летняя местная жительница, была извещена о местонахождении сына и вскоре после этого приехала за ним в территориальный отдел полиции.



Ночью 30 января охранник среднего специального учебного заведения, расположенного на Ленинградской улице в городе Кириши, услышал звук бьющегося стекла и сразу же нажал кнопку тревожной сигнализации.

В 02:35 к объекту незамедлительно прибыли сотрудники отдела вневедомственной охраны по Киришскому району Ленинградской области, которые обнаружили, что одно из окон на первом этаже учебного заведения разбито. На снегу около здания росгвардейцы обнаружили свежие следы, указывающие направление, в котором скрылся правонарушитель.

Проследовав по ним, наряд Росгвардии задержал рядом с техникумом пытавшегося скрыться ранее неоднократно судимого 45-летнего местного жителя. При себе у него был мешок, в котором находились электроинструменты и другие вещи, похищенные из помещения мастерской в данном учебном заведении.

Сотрудники вневедомственной охраны доставили задержанного, ранее судимого за умышленное причинение легкого вреда здоровью, а также трижды привлекавшегося к уголовной ответственности за совершение краж, в территориальный отдел полиции. Выезжала следственно-оперативная

группа, похищенное было изъято.



29 января около 12:00 всем дежурным нарядам отдела вневедомственной охраны по Красногвардейскому району Санкт-Петербурга поступила информация о том, что по Заневскому проспекту в сторону проспекта Энергетиков движется объявленный в розыск автомобиль «Toyota Camry». Ранее на Васильевском острове водитель данной иномарки угрожал ножом другому автовладельцу, с которым у него произошел конфликт, а затем скрылся с места происшествия.

Работая по «горячим» следам, наряд Росгвардии, спустя 5 минут после получения этой информации, обнаружил данную машину на Магнитогорской улице. В салоне иномарки росгвардейцы задержали водителя – 37-летнего гражданина, ранее привлекавшегося к административной ответственности за невыполнение требований правил дорожного движения уступить дорогу пешеходам, велосипедистам или иным участникам дорожного движения (за исключением водителей транспортных средств), пользующимся преимуществом в движении. Также в автомобиле был обнаружен нож, на место выезжала следственно-оперативная группа.

Разыскиваемый автомобиль и задержанный наряд вневедомственной охраны передал сотрудникам полиции для дальнейшего выяснения обстоятельств. По предварительной информации, конфликт произошел, когда водитель «Toyota» выезжал из двора, а другой автомобилист попросил уступить ему дорогу, чтобы он мог заехать туда.

Пресс-служба вневедомственной охраны по г. СПб и ЛО

ЗМК Завод металлоконструкций НИИЭФА-ЭНЕРГО

ТРЕБУЕТСЯ:

на постоянную работу с полной занятостью

ЭКОНОМИСТ
по нормированию труда

Требования: Знание ЕСКД и умение работать с чертежами. Пользователь ПК (Word, Excel). Опыт работы по специальности на промышленном предприятии.

Условия: 5-ти дневная рабочая неделя, 8-ми часовой рабочий день, в соответствии с законодательством о труде РФ.
Зарплата – от 90 000 руб. до 110 000 руб.

на постоянную работу с неполной занятостью (по совместительству)

ЭКОЛОГ

Требования: Профильное образование. Опыт работы по специальности на промышленном предприятии. Пользователь ПК (Word, Excel). График работы - свободный.

Условия: График работы свободный. Условия работы в соответствии с законодательством о труде РФ
Зарплата – от 30 000 до 50 000 руб.

464-65-90

chag@nfenergo.ru • Промзона Металлострой

ВЕЛО-КОЛПИНО



продажа-ремонт-прокат

ЗАКАЗЫВАЙТЕ ONLINE НА САЙТЕ VELOKOLPINO.CITY

ул. Тазаева 3 • 981-44-66



ТРЕБУЮТСЯ:

- Грузчик
- Сливщик-разливщик
- Лаборант в хим.лабораторию
- Водитель погрузчика
- Аппаратчик синтеза
- Слесарь-ремонтник
- Слесарь КИПиА
- Подсобный рабочий

График сменный и 5/2

8 (919) 770-25-50 ☎ (812) 380-53-20

Адрес: Металлострой, ул. дорога на Металлострой д.5 лит Ц



ПОХОРОННАЯ СЛУЖБА RITUAL.RU

ЖИВИТЕ ДО 100!

8 812 740 81 37

- организация церемоний
- захоронение, кремация
- место на кладбище
- льготы и пособия
- удобный выбор необходимых позиций в электронном каталоге
- поминальные трапезы под Ваш бюджет
- благоустройство захоронений с возможностью регулярного ухода
- волеизъявление, прижизненный договор



ДАЛЬШЕ — НАША ЗАБОТА. ЗВОНИТЕ



RITUAL.RU

ООО Ритуал.ру ОГРН 1177847142307 город Санкт-Петербург / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru.



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**

ЦИРКАДНЫЕ РИТМЫ И РЕЖИМ СНА



Согласно мнению профессора Мэтью Уолкера, заведующего лабораторией сна в Беркли, люди – это единственный вид, который намеренно лишает себя сна. Лишая себя сна, мы пытаемся отыграть от жизни чуточку больше времени, но в конечном счёте только сокращаем своё время на земле. В этой игре очень высокие ставки.

Согласно результатам шестилетнего исследования, в котором участвовали более 400 тысяч человек, риск смертности тех, кто поздно ложится спать, выше на целых 10%. Расстройства сердечно-сосудистой системы, рак, депрессия, тревожность, диабет и ожирение. Это — далеко не полный список рисков, о которых предупреждают врачи, а причиной всему – циркадные ритмы.

Большинство из нас помнит, что циркадные ритмы как-то связаны со сном. Совы, жаворонки и вот это всё. Однако, регуляция сна – далеко не единственная задача циркадных ритмов. От них зависит всё:

Иммунитет, давление, гормоны и даже процессы старения. Циркадные ритмы, как дирижёр, управляют целым оркестром задач в нашем теле. И если мы, игнорируя наши циклы, нарушаем режим сна, здоровье сыпется, словно череда домино, а сон в этом отношении – та самая кость, которая падает первой. И проблема в том, что мы сами её толкаем.

Дело в том, что циркадный цикл человека контролируется мелатонином. Это гормон, который выделяет наш мозг, когда вокруг становится темно.

Поскольку мелатонин любит темноту,

яркий свет более чем в 2 раза снижает его концентрацию. Поэтому он начинает вырабатываться лишь с наступлением сумерек, а пика достигает к полуночи, когда природой задумана крошечная тьма. Большинство из нас просто не знает либо не задумывается об этом и беззаботно проводит свой вечер в окружении искусственных светил. Причём речь не только об освещении. Экраны гаджетов, в обнимку с которыми многие так привыкли засыпать, вредят не меньше.

Холодный синий свет, который они излучают, оттягивает выделение мелатонина далеко за полночь, и как следствие, глубокого сна становится значительно меньше. Таким

образом, всю рабочую неделю мы недосыпаем, а с наступлением выходных, пытаемся отыграть, наоборот, спим слишком много.

И, хотя после такого сонного марафона вы будете лучше себя чувствовать, это не значит, что стресс, который накопился за неделю недосыпа, каким-то волшебным образом испарился, нет. На самом деле, вы просто выпили обезболивающего, но причина боли никуда не делась. Попытки залпом вернуть сонный долг только сбивают организм с толку, а стресс продолжает накапливаться, что приводит к проблемам, о которых мы сказали выше.

Например, участники недавнего исследова-

ния, после экспериментов со сном уже через 3 недели оказались в преддиабетном состоянии, а всё, что им для этого потребовалось – это лечь на час позже и спать примерно 6 часов. То есть, пренебрегать циркадными ритмами на фоне регулярно недосыпа, чем занимаются большинство россиян.

Тем не менее, какой бы глубокой ни казалась проблема, её решение очень простое! В исследовании 2019 года, учёные значительно улучшили качество сна испытуемых, банально скорректировав их расписание дня. Благодаря коррекции, они стали быстрее засыпать и чувствовать себя гораздо бодрее утром, а тесты, кроме прироста силы и скорости реакции, показали снижение уровня стресса и депрессии.

Если вы хотите повторить успех испытуемых из исследования, то коррекция заключалась в трёх шагах.

- Ложиться и вставать каждый день чуть раньше, чем в предыдущий до тех пор, пока не достигнете желаемого графика сна.

- Не забывайте, что мелатонин боится света. Поэтому долой смартфоны перед сном. За час до сна либо полностью выключаем экраны, либо в самом крайнем случае используем программы, которые подавляют синюю часть спектра.

- Утром наоборот — включайте освещение на максимум. Можно либо встретить рассвет, либо разбудить себя ярким экраном. Это поможет проснуться, даже если за окном ещё темно и скорректировать циркадные ритмы.

НАШИМ ГУРМАНАМ

БОГРАЧ

«Бограч», венгерский суп, можно готовить из разного мяса (говядина, телятина, баранина). Также его готовят в казане и на костре. Всем рекомендуем!

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Мясо — 500 г
- Лук репчатый — 2 шт
- Жир (свиной) — 100 г
- Помидор — 2 шт
- Лечо — 4 ст. л.
- Перец болгарский — 2 шт
- Перец красный жгучий — ½ ч. л.
- Зелень (петрушка, укроп) — 1 пуч.
- Чеснок — 5 зуб.
- Тмин — ½ ч. л.
- Вино красное полусладкое (любое крас-

ное (по желанию)) — 3 ст. л.

- Морковь — 2 шт
- Картофель (средний) — 6 шт
- Яйцо куриное — 1 шт
- Мука пшеничная / Мука — 1 стак.
- Перец черный — 1 ч. л.
- Паприка сладкая — 1 ч. л.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Растопить на сковороде свиной жир. Кубиками нарезать лук и выложить туда же, тушить до прозрачности.
2. Помыть мясо, порезать на небольшие куски и выложить к луку. Посыпать паприкой и все это обжарить, перемешивая.
3. Моем, чистим и нарезаем морковь кубиками, выкладываем к мясу, тушим 8-10 мин., помешивая. Помидоры, обдать кипятком, очистить от кожицы, нарезать

кубиком, высыпать в мясо. Нарезать болгарский перец, высыпать туда же. Солим, перчим и тушим 10 мин, перемешивая.

4. Приготовленное мясо с заправкой переложить в глубокую кастрюлю, залить 1,5 л кипятка. Солим, перчим, тушим 30 мин.

5. Готовим клецки: Насыпать в миску муку, посолить и добавить яйцо. Замесить плотное тесто. Раскатать тесто и порвать на кусочки (размером примерно 1,5-2 см). Готовые клецки посыпать мукой.

6. Нарезать очищенный картофель, добавить в суп. Долить еще 1 л воды (если не любите слишком густой, добавить чуть больше). Высыпать в суп клецки и продолжать варить до их готовности (40 мин).

7. Нарезать зелень, чеснок, добавить в

суп, посыпать тмином. Добавить 3 ст. л красного вина (по желанию). Варить 15 мин и снять с плиты.

8. Дать хорошо настояться!

Приятного аппетита!



Принцип «10-20-30»

Ученые выяснили, какой вид бега приносит наибольшую пользу.

Если у вас нет противопоказаний по здоровью, то бег — это один из самых доступных видов спорта. Не надо покупать абонемент в спортзал, осваивать сложные техники и движения (как в танцах, например) — просто надеть форму, кроссовки и выйти на улицу. Заниматься можно в парке, на стадионе возле ближайшей школы или в любом удобном для вас месте.

Ученые из Университета Копенгагена в Дании решили выяснить, как интервальный бег влияет на показатели здоровья. В эксперименте приняли участие 19 мужчин. Все они тренировались по системе 10/20/30 три раза в неделю. Дистанция, которую надо было пробежать, каждый раз была одинаковой — 5 км. Эксперимент продолжался в течение шести недель.

Система 10/20/30 — это определенная схема интервальных беговых тренировок, которая выглядит следующим образом:

- 30 секунд человек бежит в медленном

темпе;

- 20 секунд — в умеренном;
- 10 секунд — настолько быстро, насколько позволяет физическая подготовка.

Каждый интервал занимает 1 минуту и повторяется 3-5 раз, затем перерыв в несколько минут, можно отдохнуть (обычно он длится не дольше двух минут).

За одну тренировку может быть выполнено 1-4 таких подходов.

Ученые просили всех участников следовать этой схеме, однако последние 10 секунд добровольцы все же проводили по-разному: одна группа выкладывалась на 80%, другая — на все 100%.

В течение эксперимента исследователи оценивали показатели здоровья: брали у испытуемых образцы крови по утрам, оценивали их функцию легких, частоту сердечных сокращений. Кроме того, у каждого участника взяли образцы мышц, которые отправили на лабораторную диагностику.

Детальный морфологический анализ показал, что увеличение процессов окис-

лительного фосфорилирования митохондриями отмечалось именно в мышцах у «быстрой» группы бегунов. Проще говоря, те участники, которые выкладывались на все 100%, стали более выносливыми, их кровь быстрее насыщалась кислородом, что положительно сказывалось на здоровье сердца и сосудов. Однако и те участники, которые выкладывались на 80% в последнем интервале, тоже улучшили свои показатели: в обеих группах максимальное потребление кислорода выросло на 7%.

Вывод можно сделать следующий: интервальный бег действительно улучшает выносливость, укрепляет сердце и запускает выработку кислорода в организме. Практиковать такую схему полезнее, чем постоянно бегать в одном темпе.

Кстати, атлеты на тренировках занимаются именно интервальным бегом. Во время разминки их заставляют то ускоряться, то замедляться. Это помогает развить им выносливость и в целом улучшить спортивные показатели.



Кардиотренировки — это отличный способ похудеть, развить выносливость, а также оздоровить сердечно-сосудистую систему.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?



А знаете ли вы, что такое гештальт и зачем его закрывать? Термин гештальт пришёл к нам из гештальт-терапии, созданной всемирно известным врачом-психиатром, психотерапевтом Фредериком Перлзом.

Гештальт - это целостный объект, образ, завершённое, осознанное и до конца прожитое событие, действие и т.д. Незакранный гештальт - это про что-то незавершённое, недоделанное, не до конца прожитое, не до конца осознанное и т.д.

Проявляется этот эффект следующим образом: все те незавершённые или прерванные действия или невысказанные слова, застревают в нашей памяти и бесконечно проигрываются. И это будет происходить до тех пор, пока мы не закроем этот гештальт, не завершим какое-то событие.

Например, человек может постоянно думать о том, что чего-то недосказал своему партнёру, с которым они расстались уже много лет назад. И это постоянное воспоминание и прокручивание одного и того же диалога может забирать колоссальное количество психической энергии. И чтобы его завершить, нужно довести этот диалог до какого-то определённого умозаключения и закрыть этот гештальт.

Технология использования пустого стула Фредерика Перлза была создана именно для этой цели - завершить непрекращающийся внутренний диалог с воображаемым собеседником.

Для этого Перлз предлагал своим пациентам представить на пустом стуле, который ставил напротив пациента, того человека, с которым он до сих пор беседует в своей голове. Как правило, это был какой-то значимый человек из прошлого. Обычно это была фигура отца или матери.

Далее, разыгрывался диалог между пациентом и, допустим, его матерью. И Перлз просил поочерёдно, фраза за фразой, пересаживаться на стул, где сидит мать пациента и обратно. И человек как бы соединялся с образом своей матери, смотрел на себя её глазами, и что-то отвечал на свою же фразу.

И таким образом, при участии психотерапевта, не только осознавался внутренний конфликт, который происходил внутри человека, но и постепенно, шаг за шагом, этот конфликт прорабатывался.

И когда всё что было невысказано, в процессе терапии пациент проговаривал, и все те чувства, которые были вытеснены или подавлены, человек проживал и как бы выпускал из себя, тогда эмоциональный заряд спадал и человек начинал чувствовать облегчение.

Лучший исход такого диалога - это когда человек находит в себе силы простить своего родителя, если тот причинил ему какую-то душевную боль или чем-то обидел.



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



ДЛЯ ДУШИ



Я живу душой наизнанку,
Не боясь, что кто-то осудит.
Мне не важно, что будет завтра.
Может, «завтра» уже не будет.

Мне давно уже стало неважно
То, что вслед мне молва сказала.
Разве слово их что-то изменит?
Я себе уже всё доказала.

Доказала, что сила - в поступках,
То, что скрыть нельзя боль и радость,
Есть печаль, что время не лечит,
И что слёзы - еще не слабость.

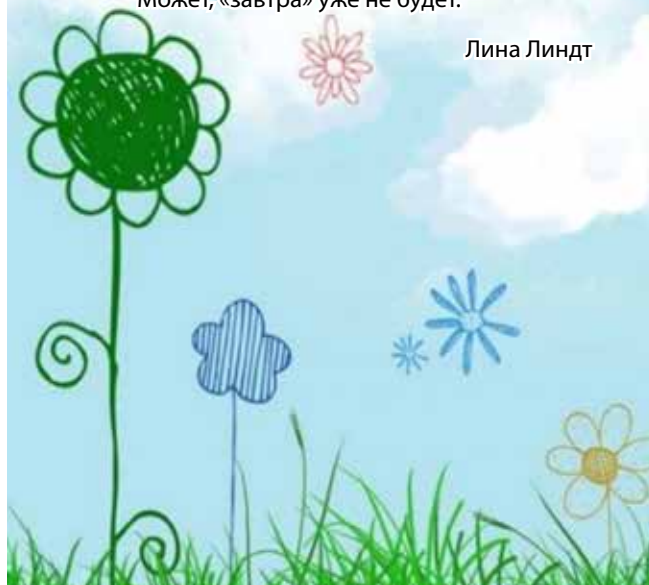
Я спешу попросить прощенья
И в грехах своих повиниться.
В жизни лишь опоздав однажды,
Начинаешь вдруг торопиться.

Торопиться в любви признаться,
Растопив в душе чьей-то зиму.
Потому что любимые люди
Должны знать, что они любимы.

Я спешу принимать решения,
Отказавшись судьбы принять милость.
Лучше сделать и ошибиться,
Чем жалеть: не смогла... не решилась.

Каждый день живу, как последний.
Пусть молва судачит и судит.
Разве важно, что будет завтра?
Может, «завтра» уже не будет.

Лина Линдт



НАШ НОМЕР 666:

- ▶ Дьявол не спит. С кем попало.
- ▶ Где-то там даже дьявол может плакать, потеряв тех, кого любит.
- ▶ Чем безупречнее человек снаружи, тем больше демонов у него внутри...
- ▶ Каждый - луна, и у него есть темная сторона, которую он никогда никому не показывает.
- ▶ Сверхъестественное есть естественное, но оно еще не понято.

Лучший анекдот недели:

Президент объяснил дефицит и подорожание яиц избытком денег у россиян. Имена этих россиян публикует Forbes.

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



УЛЫБНИСЬ

Говорят, что чем дороже ресторан, тем вежливее официанты. Прошелся по ресторанам, блин, низковаты везде цены.

- А ты куда отдыхать поедешь?
- Да я летать боюсь...
- Так ты выпей...
- Я когда выпью, мне и тут хорошо...

А помните, раньше в фантастических фильмах, когда показывали будущее, там все звонили по видеосвязи, и мы думали: вот это круто! Вот бы правда так было! А оказалось, что эта видеосвязь никому и даром не нужна. И сейчас, если кто-то звонит тебе по видеосвязи, ты думаешь: ненормальный, что ли?

— Никогда не женись на красивой девушке — она может тебя бросить и уйти к другому.

— Некрасивая тоже может уйти к другому.

— Ну, так этому козлу и надо!

— Интересно, а как можно узнать возраст рыбы?

— Лучше всего по глазам.

— Это как?

— Чем они дальше от хвоста, тем рыба старше.

Приказ.

Ненормативной лексикой не злоупотребляй!

— Рабинович, а вы слышали, шо в будущем не будет денег?

— Да вы шо, и в будущем тоже?!

Просыпаюсь, как старый ламповый телевизор, 10 минут ни звука, ни изображения...

Гаишник остановил гаишника. Тут как говорится — ни дать, ни взять...

Сделать женщину счастливой очень легко! Но дорого.

Двое мужиков сидят в баре.

Один другому:

— Я своей жене подарил сережки с бриллиантами, так она две недели со мной не разговаривает.

— Почему?

— Такое было мое условие.

Попросите жену принести скотч:

- Плохая жена вас проигнорирует.

- Хорошая принесет моток липкой ленты.

- А очень хорошая принесет стакан виски.

Жена кричит мужу:

— Вот уйду к другому, ты еще пожалеешь!

— А чего мне его, чужого человека, жалеть?

НИ ДНЯ БЕЗ ПРИТЧИ

ПЕЧЕНЬКА

Одной женщине изменил муж. Она потрясена, не знает, как дальше жить. Узнала, что где-то в горах живет мудрый монах, и решила пойти к нему, посоветоваться. Несколько дней ехала, шла и карабкалась, залезла наверх, там встретила монаха.

— Я прожила с ним всю жизнь, отдала ему молодость, работала о нем. А он ушел от меня к молодой. Не знаю, что теперь делать, у меня ничего в жизни не осталось.

Монах дает ей печенюшку и просит съесть. Она съедает, он спрашивает:

— Ну что, вкусная печенюшка?

— Да, — говорит.

— Еще хочешь?

— Конечно, дайте, пожалуйста.

Монах смотрит ей в глаза и спрашивает:

— Ну что, поняла теперь, в чем твоя проблема?

Женщина несколько минут думает, а потом неуверенно говорит:

— Ну, видимо, люди по своей природе жадные. Получаешь что-то одно, потом хочется еще, да побольше, и поновее. Никогда нам не хватает. И ничто не длится вечно, все непостоянно. Мы должны помнить об этом и не разочаровываться из-за этого.

Монах качает головой:

— Нет, я имел в виду, что ты жирная. Жрать меньше надо.



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/>

СКАНВОРД "АНТИПОД"

И деловая, и мертвая	Семейный статус мадам Кликко	Объект семейных смотрин		
Джералд Даррелл как ученый	Краситель волос	Боксер, «жаливший как оса»	Разрушающий луч	Присыпка детей и штангистов
Хвастун	На какой реке стоит Хартум?	Лес «из правил орфографии»	Дерево для скипидара	«Хмуриться не надо, ...»
Зов, призыв	Шайка, но не банда	Место тренировки киллеров	Обувь Шарика в Простоквашино	Страшнее страха
Четыре чекушки	«Кляп» патрона	Курит табак, спички ворует	Атрибут ходячей смерти	Первый обладатель кадыка
		Милиция особого назначения	Чеширский ...	«Не гляди высоко: запорошишь ...»
Самое азартное княжество	Фатум	Колобок из ниток		

БОЛЕЕ 200 МАГАЗИНОВ

ОКА
ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

ул. Октябрьская, д.8

vk.com/trkoka
www.trkoka.ru

Обойкин
Домовой
DNS
ЕВРАЗИЯ
FIX price

ОТВЕТЫ:
По горизонтали: Хвастун, Зов, призыв, Шайка, но не банда, Место тренировки киллеров, Обувь Шарика в Простоквашино, Страшнее страха, Атрибут ходячей смерти, Первый обладатель кадыка, «Не гляди высоко: запорошишь ...»
По вертикали: Вдова, Коса, кот, Монако, Рок, Дуррак, Лыж, Черт, Адам, Чаша, Тазик, Ель, Литр, ка, Зоопарк, Бахвал, Нил, По горизонталю: Хвастун, Телевизор, Анжел, Хна, Кеды, Тарак, Тир, Ужас, Клич, Лада, Тир, Ужас, Даккар, Моток, Омон, Око.

Ди Ком ЗАВОД МЕТАЛЛИЧЕСКОЙ МЕБЕЛИ И СТЕЛЛАЖЕЙ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

- ЭЛЕКТРОМОНТЕР** (2/2), з/п от 85 000 - 110 000 руб.
- СТРОПАЛЬЩИК** (2/2), з/п от 74 000 - 85 000 руб.
- КОМПЛЕКТОВЩИК-УПАКОВЩИК (с обучением)** (2/2), з/п 78 000 руб.
- ПОДСОБНЫЙ РАБОЧИЙ** (2/2), з/п от 60 000 - 70 000 руб.
- УБОРЩИЦА (Тельмана)** (5/2, 4-6 часов), з/п 20 000 - 30 000 руб.

Оформление по ТК РФ. Соц. пакет. Служебная развозка

info@dikom.ru, www.dikom.ru
+7(921) 998-91-94
Колпино, Саперный переулок, дом 3

Европейский Институт Здоровья Семьи

www.eizs.ru
6-й ТРУДЯЩИХСЯ, д.35, к.1 608-00-33

ЗАПИШИТЬ НА ПРИЁМ

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ

929-4439



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 50 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

МЕБЕЛЬНОЕ ПРОИЗВОДСТВО

(пос.Металлострой)

на постоянную работу приглашает:

СБОРЩИКА МЕБЕЛИ

з/п от 45 000 до 80 000 руб.

ОПЕРАТОРА СТАНКА

з/п от 60 000 до 90 000 руб.

**РАЗНОРАБОЧЕГО
без опыта**

з/п от 40 000 руб.

График 5/2 с 9:00 до 18:00,
полный соц.пакет, обучение**8 (981) 841-23-88****АО «Племхоз имени Тельмана»****ТРЕБУЮТСЯ:**

- **СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК** современной доильной установки «Карусель» гр 2 ночь/2 отдых/2 день по 11 час, з/п от 65 000 руб. бесплатное питание.

• 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, бесплатное питание.

- **Подгонщик** различные графики, з/п 52 000 - 72 000 руб. + доп.заработок.

- **Скотник, телятник, разнорабочие** гр 6/1, з/п от 52 000 - 72 000 руб.+ доп.заработок.

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ: Работа в п.Тельмана д.60, оформление и соцпакет по ТК РФ, зп 2 раза в месяц, спецдежда, 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

ТРЕБУЮТСЯ:**Уборщицы(ки) помещений**

ЗП от 42 000 руб.

Дворники

ЗП 50 000 руб.

**Оператор поломоечной
машины**

ЗП от 45 000 руб.

График: 5/2, по 8 часов, с 8.00-17.00

Место работы - п. Металлострой

Корпоративная развозка: Колпино, Тельмана, Тосно

Запись по тел.раб:

8(999)531-34-19, 8(951)688-31-76

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

- ▶ **МАСТЕР УПАКОВОЧНОГО
УЧАСТКА** 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

ООО «Торговый Дом цветы Тельмана» приглашает на работу в тепличный комплекс:

ВНИМАНИЕ ПОДРАБОТКА!!!**ПОДСОБНЫЕ РАБОЧИЕ
НА ПОДРАБОТКУ**

Обязанности: Комплектовка тележек горшками с растениями и их перемещение между теплицами. Несложные подсобные работы.

Доход от 30 000 р. в месяц**Мы предлагаем:**

Различные графики работы 5/2, 2/2, 3/3, 3/1 и другие по договоренности.

Почасовую оплату. Стабильные выплаты.

Отд.персонала: **+7-929-110-24-79** Екатерина
п.Тельмана (рядом с Колпино), д. 60 С.

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

Электрогазосварщик**З/П от 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

НАШ ГОРОД
КОЛПИНО. ЛЕКСИКОННАЯ ГАЗЕТА

**ВАКАНСИИ
РЕКЛАМА**

929-44-39




ООО «Ижорские сварочные материалы»
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

- **Электромонтер** по ремонту и обслуживанию электрооборудования

- **Электродчик**

- **Станочник**

СПб, Колпино, территория
Ижорского завода (цех №92)**322-80-05****ООО «Ижорская НТК»****ТРЕБУЮТСЯ:**

- **Термист**
- **Инженер-химик**
- **Лаборант химического анализа**
- **Слесарь механосборочных работ**
- **Дефектоскопист УЗК**
- **Токарь**

тел. **322-86-29 • 322-82-07**

Для тех, кто очень занят, читать обязательно!



Созвал Сатана всемирный съезд бесов. В своей вступительной речи он сказал: «Мы не можем запретить заниматься самосовершенствованием. Мы не можем запретить им читать и становиться мудрее. Мы не можем запретить им общаться с знаниями Предков. Как только они устанавливают связь с Родом — мы тут же лишаемся власти над ними. Так пусть они делают что хотят, но мы украдем у них их время, так что они будучи всегда ЗАНЯТЫ — не смогут вдумчиво совершенствоваться».

«Вот что вы должны делать», — сказал Дьявол. «Вы должны мешать им везде и всюду, постоянно поддерживать эту связь в течение дня».

«Как нам это сделать?», — закричали демоны.

«Займите их пустяками и придумайте много способов, чтобы занять их умы всякими ненужными делами. А главное, внушите им стремление к материальным благам и обогащению. Пусть они проникнутся желанием зарабатывать как можно больше количества денег и покупают себе машины, квартиры, дачи. Пусть зарабатывают все больше и больше денег, чтобы ходить в рестораны и кафе, чтобы покупать дорогую, модную одежду, делать дорогой ремонт в квартирах и обставлять их модной мебелью. Искушайте их тратить, тратить и брать, брать в долг, брать многолетние кредиты и таким образом попадать в кабалу банкам. А когда они загорятся желанием — личного обогащения, погоней за Мамоной — им уже будут не нужны знания Предков и совершенствование...»

Убедите их жён ходить на работу, а мужей — работать 6-7 дней в неделю, 10-12 часов в день, чтобы им некогда было заниматься своими семьями и воспитанием своих детей. Не давайте им проводить время с детьми, чтобы дети их шлялись с утра и до ночи на улице и дружили с дурными компаниями, тогда они перестанут учиться и из них ничего доброго не получится. Тогда их семья развалится и они станут одинокими, а мы им от горя поможем спиться».

Стимулируйте сверх меры их умы так, чтобы телевизоры и компьютеры в их домах работали постоянно, и они как можно больше времени проводили у телевизора и компьютера и им некогда будет Совершенствоваться.

Следите, чтобы в каждом магазине и ресторане мира постоянно звучала шумная, бестолковая, не запоминающаяся музыка. Это заблокирует их разум и разрушит их единство с Родом.

Разложите на столах в кафе множество журналов и газет. Бомбардируйте их разум новостями и рекламой 24 часа в сутки. Пусть по пути им бросаются в глаза море рекламных щитов. Наполните их почтовые ящики рекламой, каталогами для заказа товаров по почте, информационными бюллетенями и предложениями бесплатных товаров, услуг и ложных надежд, любым спамом.

Показывайте в журналах и по телевизору тощих, хороших моделей, так чтобы их мужья поверили, что внешняя красота — это самое главное и стали бы недовольны своими жёнами.

Сделайте так, чтобы их жёны были слишком усталыми, чтобы любить своих мужей. Если они не дадут своим мужьям любовь, в которой они нуждаются, — мужья начнут искать её в других местах. Это быстро разрушит их семью!

В Праздники отвлеките их праздничной суетой, концертами по телевидению и пьяными застольями, чтобы они не учили своих детей истинному значению Родовых праздников.

Сделайте так, чтобы даже из отпуска они возвращались уставшими... Сделайте так, чтобы они были ВСЕГДА ЗАНЯТЫ, заняты для того, чтобы поехать на природу и полюбоваться творением Вселенной... пением птиц, зелёной травой, журчанием ручья...

Вместо этого отправьте их в парки развлечения, на спортивные мероприятия, игры, концерты и в кино. И пусть все они будут вечно — ЗАНЯТЫ, ЗАНЯТЫ, ЗАНЯТЫ!

Наводните их жизни таким количеством «хороших» дел, чтобы у них не было времени искать силы у Вселенной.

Скоро они будут жить и работать полагаясь только на себя, жертвуя своим здоровьем и семьями ради своих дел и денег. Это сроботаёт!

Это был отличный план! Бесы с радостью отправились на задание, заставляя всех живущих повсюду быть всё более занятыми и спешить туда и сюда, оставляя все меньше времени для совершенствования и своих семей. Вопрос в том, удался ли дьяволу его замысел? Вам судить!



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.

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, познакомится 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

2364 – Мужчина 50 лет, без вредных привычек, ведущий здоровый образ жизни, познакомится с женщиной, без вредных привычек, для серьезных отношений. Тел: 8-911-291-1976 Сергей.



ЧУДЕСА БЕЛОЙ МАГИИ

Чудеса Белой магии считаются светлыми. Какое бы направление ни практиковал занимающийся ею человек, оно всегда несет в себе положительное начало, любовь и сочувствие. Четыре природные стихии — вот источники энергии светлого медиума. Результат этих действий всегда со знаком плюс, поэтому магия и носит название Белой. С помощью молитв светлых маг общается с Высшими силами Добра. Для христиан наивысшее совершенное начало — это Иисус Христос, в помощниках у которого ангелы, архангелы и другие бесплотные существа.

У славян-язычников были свои божества: Ярило, Перун, Велес, Сварог, Макошь, Лада, Дажьбог. Пантеон древнеславянских богов довольно обширен. Волшебство светлых магов излечивает болезни, способствует пробуждению в душе человека любви, снимает не слишком серьезные порчи, привлекает успех и счастливые обстоятельства. Жизненное кредо белого мага — созидание.

Если ритуал способен подействовать разрушающе, навредить человеку, на него однозначно накладывается табу.

Простого знания ритуалов, заговоров и молитв белому магу недостаточно. Те из них, кто имеют опыт и многолетнюю практику, знают, что главное в такой работе — чистота помыслов и незамутненность души. Только магу, обладающему высокой мудростью, всепрощением и любовью к человеку и всему сущему, удастся помогать людям в их бедах и проблемах. Отречение от любого зла — главный принцип светлого волшебника.

Белые маги никогда не

«взламывают» энергетическое поле того, с кем работают. Воздействие осуществляется постепенно и бережно. Маг неоднократно встречается с человеком, разговаривает с ним, обдумывает ситуацию, читает соответствующую литературу. То есть в поле человека он входит ненавязчиво. Ритуалы проводятся по несколько раз.

Своими знаниями, навыками и опытом светлые маги выражают высокодуховную Божественную энергию, переливают ее в того человека, на которого воздействуют. Эгоизм, свойственный каждому, белый маг отставляет в сторону, возводя в приоритет постижение тайн Вселенной, Бога и всего Высшего и светлого.

Также очень важно для белых магов познание себя и своей роли в этом мире. Все силы волшебства, подвластные этим людям, используются с одним главным условием — вреда от них исходить не должно! Воля другого человека не должна подавляться, навязывать свою волю запрещается.

Сильный специалист в области белой магии и древних обрядов помогает:

- решение жизненных проблем;
- определяет вашу проблему;
- помогает обрести любовь, здоровье, удачу;
- защитит семейные отношения;
- поможет в росте карьеры и бизнесе;
- защитит от неудач и дурных привычек (пьянства);
- чистка;
- ставит мощные обереги.

Работает по фото.

8-951-730-8880 ☎ 8-911-116-2071

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 Екатеринбургский, Обводного канала наб., д. 138, к. 1, лит. Б, в помещ. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть. Тираж 30000 экз., № заказа ДБ-00000311
Номер подписан в печать 02.02.2024 по графику 15:00, фактически 15:00.

СДЕЛАНО В КОЛПИНО