

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

НАШ ГОРОД

КОЛПИНО - ПЕРСПЕКТИВНАЯ ГАЗЕТА

Рекламно-
информационный
еженедельник

№ 37 (796)

Санкт-Петербург, пятница, 2 октября 2026 год

(12+)

бесплатно

НАБОР 2026/27
УЧЕБНЫЙ ГОД

★ Стань отличником с клубом «У Енота»

ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ
с нейроподходом
5 - 7 лет

КУРС «ДВОЙКАМ НЕТ!»
1 - 4 кл

ПЛАСТИЛИНОВАЯ АЗБУКА
3 - 5 лет

АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК
5+

8 (964) 342-26-53

Колпино, Ладожский б-р, д.1, корп.1

Сладкий приз каждому по слову: «ГАЗЕТА»

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»

ООО «Алитер Акси» требуется на постоянную работу:

СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК
3/п от 90 000 руб.

МАШИНИСТ МОСТОВОГО КРАНА
3/п от 72 000 руб.

+7(911)798-80-61

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

Ветеринарной клинике «Манул» на постоянную работу требуется:

ТЕХНИЧЕСКИЙ РАБОТНИК (УБОРЩИЦА)

Оплата труда достойная, график работы удобный.

Обращаться в администрацию или по телефону **469 54 80**
Колпино, ул.Павловская д.42а

ПИВОРАМА
с большой душой

Ищешь РАБОТУ?

А НАМ ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ!

МОЙЩИК (-ЦА) з/п 4 500 руб./смена
ежедневные выплаты

ПОВАР з/п от 100 000 руб.

КУРЬЕР з/п 3 000 руб./смена

www.pivorama.ru
sn@pivorama.ru
vk.com/pivorama_kolpino

8 921-905-8834

МАГАЗИН
ДОСТУПНА РАССРОЧКА

ЛОМБАРД
СТАВКА ОТ 0,05%

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

РЕМОНТ и ЗАМЕНА КРОВЛИ
РЕМОНТ КВАРТИР ПОД КЛЮЧ

ВСЕ ВИДЫ строительных работ

С НАШИМИ МАТЕРИАЛАМИ ИЛИ С МАТЕРИАЛАМИ ЗАКАЗЧИКА
ДОМА С НУЛЯ • БЕСЕДКИ • БАНИ • ГАРАЖИ • ХОЗБЛОКИ

СТРОИТЕЛЬСТВО

РЕМОНТ ФУНДАМЕНТОВ. ЗАМЕНА ПОЛОВ. САЙДИНГ
ОТМОСТКА. НАВЕСЫ. ЗАБОРЫ. КЛАДКА И РЕМОНТ ПЕЧЕЙ

ПЕНСИОНЕРАМ И УЧАСТНИКАМ СВО СКИДКА 20%
Выезд и консультации бесплатно. Работаем круглый год.

Тел.: **8-911-631-77-77**

Реклама

КУПЛЮ ДОРОГО:

Сервизы • Вазы • Статуэтки
Серебро • Хрусталь • Часы
Подстаканники • Значки • Монеты
Банкноты • Старые открытки
Фотографии • Ёлочные игрушки
Модельки машин • Куклы
Бижутерию
Самовары • Бронзу
Мебель • Картины
Книги • Пластинки
Фотоаппараты
И многое другое.

Выезд оценщика бесплатно
Оплата сразу

8-911-929-92-55
Александр

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ
929-4439

КУПИМ ВСЕ! Покупаем вещи СССР и предметы старины **ДЕНЬГИ СРАЗУ!**

Колпино, ул. Труда, д. 15/5 (бывший комиссионный)
8 953 342 07 77 Выезд оценщика **БЕСПЛАТНО**

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ В КОЛПИНО:

- **РАБОЧИЕ** (оплата сразу) **+7 902-202-8874**
- **БУХГАЛТЕР** (удаленно) **+7 911-700-3674**

Мы рядом, КОГДА ЭТО ВАЖНО

Похоронный дом
Бориса Гладилина

+7 (812) 622-68-10
Круглосуточно без выходных
pdbg.ru

ЙОККО
СТРИЖКИ
для ВСЕЙ СЕМЬИ

МУЖСКАЯ СТРИЖКА 800Р

ПЕНСИОНЕРАМ
любая стрижка **800Р**

БЕЗ ЗАПИСИ
в УДОБНОЕ ВАМ ВРЕМЯ

Ежедневно с 10 до 20
Колпино, Тверская 58/6

ТРЦ «АЛМАЗ» Требуется

УБОРЩИЦА

График сменный, возможна подработка (3 ч.)
ТРК «Алмаз», Тельмана, ул.Онежская, 5

8-981-937-78-17

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ?



Любой современный автомобиль — это самый сложный механизм с кучей электроники, который может представлять опасность как для водителя и пассажиров в нем, так и для окружающих, даже если он никуда не едет, а, например, запаркован где-нибудь на солнцепеке.

Одним из самых крупных и известных в наши дни просчетов инженеров в автомобильной сфере можно назвать дефект газового генератора подушек безопасности японской фирмы Takata, которые с начала двухтысячных были установлены на свыше сотни миллионов машин двух десятков крупных брендов по всему миру, среди которых японские Nissan, Toyota, Mitsubishi, Subaru, Mazda, Honda и Isuzu, а также американские Ford, Chrysler, General Motors, Tesla и европейские Audi, BMW и другие.

Из-за недостаточно стабилизированного химически нитрата аммония в пиропатроне, чьи свойства сильно меняются при перепадах температуры, подушки Takata могут сработать непредсказуемо: чересчур слабо или слишком сильно, а то и самопроизвольно. При этом осколки пиропатрона способны нанести существенные травмы водителю и пассажирам. В мире от этой проблемы погибли, как минимум, 24 автомобилиста и пострадали около 300 человек. Также из-за этого было отозвано для устранения дефекта свыше 100 миллионов машин, что привело к краху фирмы Takata.

Второй большой и очень опасный инженерный просчет также связан с именем Takata. Он касается замков ремней безопасности, которые выпускались фирмой с 1986 по 1991 годы и ставились преимущественно на японские модели и их американских и европейских «родственников» Honda, Mazda, Nissan, Subaru, Isuzu, Daihatsu, Chrysler, GM и Ford. В рамках масштабного отзыва, инициированного американцами в 1995 году, деталь потребовалось заменить на почти 9 млн автомобилей.

Основной жалобой на работу пряжек ремней безопасности Takata 52X и A7X было то, что они не защелкиваются или самопроизвольно размыкаются при ДТП. А причиной стал материал, из которого эта деталь изготавливалась — ABS-пластик. При долгом воздействии ультрафиолета, особенно после повреждений, он становится хрупким и, рассыпавшись, может заклинить механизм замка. Масштабный отзыв по замене дефектной детали затронул машины 11 брендов, а численность пострадавших из-за этой проблемы не сообщается.

Еще одной нашумевшей роковой оплошностью современных автомобильных инженеров «прославилась» Toyota. В 2007 году на весь мир прогремела новость: Национальное управление безопасности дорожного движения США (NHTSA) выявило, что на седанах Lexus ES350 напольные коврики могут заблокировать педаль акселератора в нажатом до упора положении. После гибели семьи в Калифорнии из-за этого дефекта японцам пришлось отозвать порядка 9 млн «Тойот» и «Лексусов» по всему миру. Помимо урона репутации, автопроизводителю этот скандал стоил более миллиарда долларов. Жертвами «залипшей педали» стали более 20 человек.

Еще одним фатальным просчетом инженеров в семидесятых-восьмидесятых годах прошлого столетия стал дефект стопора передачи в автоматических трансмиссиях, блокирующего коробку запаркованной машины. В некоторых случаях рычаг мог самопроизвольно перескочить из положения P в R, после чего авто катилось в неизвестном направлении. Чаще всего такое случалось у водителей, оставивших машину на парковке без затянутого стояночного тормоза.

Этим грешили в частности автоматы Ford (C-3, C-4, C-6), FMY и Jatco. Из-за проблемы в США случилось около 6000 аварий, пострадали более 1700 человек и еще около сотни погибли. Но самое интересное, что заменить дефектные коробки на десятках миллионов машин было непростой задачей, из которой автопроизводитель решил выйти с минимальными потерями. Он ограничился рассылкой их владельцам уведомлений о том, чтобы те не забывали ставить машину на ручник и соответствующими наклейками об этом.

КОРОТКО ОБО ВСЕМ

Российская крылатая ракета с ядерным двигателем «Буревестник» разрушила иллюзии США о собственной неуязвимости.

«Россия стоит на пороге испытания крылатой ракеты с ядерным двигателем, тогда как США ничего похожего не строят. Вместо стремления повторить достигнутый Москвой скачок в плотности энергии многие американские аналитики только отмахиваются. Это опасно и недальновидно», — говорится в публикации.

Washington Examiner

Президент России Владимир Путин подписал указ об увеличении штатной численности Вооруженных Сил РФ. В документе указано общее количество единиц и число военнослужащих, а также срок вступления в силу.

Штатная численность Вооруженных Сил Российской Федерации увеличена до 2 441 630 единиц. Соответствующий указ подписал президент России Владимир Путин. В документе указано, что в это число входят 1 550 500 военнослужащих.

РБК

Минздрав России рассчитывает включить вакцинацию от вируса папилломы человека (ВПЧ) в национальный календарь профилактических прививок в 2027 году. Об этом 28 сентября сообщил министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко на форуме «Мать и дитя».

Интерфакс

Пассажиры пригородных поездов в Петербурге и Ленинградской области с 28 сентября могут проходить через турникеты с помощью NFC. Функция доступна для билетов, купленных в приложении «РЖД Пассажирам».

Коммерсантъ

Более 160 человек были задержаны во Франции в ходе протестных акций учеников старших школ, недовольных условиями обучения. Протесты прошли почти в 180 учебных заведениях, большая часть которых находится в Парижском регионе. Акции также наблюдались в Лилле, Лионе, Гренобле и Ницце. По предварительным данным, пострадали 12 правоохранителей, 8 преподавателей, в том числе 3 директора, и около 12 учеников. Ученики заблокировали 27 учреждений и предприняли попытки перекрыть вход еще в 50 школ.

РИА Новости

За 33 года стандартизированный показатель дорожных травм в мире снизился на 38,3%, смертности от них — на 32,3%. Однако абсолютные числа остаются огромными: только в 2023 году в ДТП погибли около 1,34 млн человек и пострадали больше 50 млн. Острее всего проблема бьет по молодым мужчинам: в группе 20–24 лет на дорожные аварии пришлось около 20,7% всех смертей — примерно 98 тыс. случаев. В целом среди мужчин 10–39 лет ДТП стали ведущей причиной гибели.

Global Burden of Disease Study

Министерство здравоохранения России зарегистрировало первую отечественную четырехвалентную вакцину против менингококковой инфекции — препарат Ментетра.

Вакцина защищает от серогрупп A, C, W и Y. Она показана детям с трех месяцев и взрослым до 55 лет.

Петровакс Фарм

Сеть магазинов «Лента» убрала с прилавков быстрорасторжимую лапшу марок Naruto, «Чан Рамен» и «Доширак Квисти». Причиной стали обнаруженные несоответствия в данных на упаковке товаров. Такую информацию озвучили в пресс-службе Роскачества.

Вице-губернатор Алексей Корабельников объяснил предстоящий в 2027 году рост тарифов на проезд в метро и наземном транспорте Петербурга увеличением расходов транспортных компаний, в том числе на электроэнергию.

Царьград

С начала 2026 года совокупное состояние российских миллиардеров уменьшилось на \$23,599 млрд.

Bloomberg

Американский рэпер Канье Уэст мог заработать более 1 млрд рублей после отмены его концертов в Санкт-Петербурге, запланированных на 10 и 11 октября.

РБК

Осенний призыв в России охватит порядка 120 тысяч человек. Первые команды отправятся со сборных пунктов уже 10 октября. Однако график имеет свои нюансы для разных территорий.

Красная звезда

НОВОСТИ РОСГВАРДИИ



26 сентября в 23:40 сотрудники отдела вневедомственной охраны по Тосненскому району Ленинградской области на Советском проспекте в поселке Ульяновка задержали нетрезвого 17-летнего подростка, совершившего ДТП на угнанной машине.

Около полуночи наряд Росгвардии, находясь на маршруте патрулирования, увидел, что в кювете находится съехавший с дороги и получивший повреждения автомобиль «ВАЗ». Когда патрульные подъехали ближе, из салона разбитой машины выбрался молодой человек, имевший следы крови на лице, руках и одежде.

Росгвардейцы незамедлительно направились к гражданину, при этом вызвав на место аварии наряд ГАИ и карету скорой помощи. Водителем оказался несовершеннолетний местный житель, имевший внешние признаки алкогольного опьянения. Также впоследствии выяснилось, что незадолго до аварии он неправомерно завладел данным автомобилем, который принадлежит его родственнику (дедушке).

Правонарушитель вел себя агрессивно и несдержанно, а ключи от транспортного средства выбросил в кусты. Так как подросток избежал серьезных травм, наряд вневедомственной охраны применил в отношении него наручники, а затем передал прибывшим на место сотрудникам ГАИ для дальнейшего выяснения обстоятельств.

Впоследствии было также установлено, что в настоящее время молодой человек находится под административным надзором за ранее совершенное разбойное нападение, и на его ноге закреплен специальный радиоэлектронный браслет системы мониторинга подконтрольных лиц.

27 сентября около 07:00 сотрудники отдела вневедомственной охраны по Красногвардейскому району С-Петербурга на Заневском проспекте задержали ранее судимого 34-летнего гражданина, нанесшего серьезную травму лица другому мужчине во время конфликта около ночного клуба.

Утром, когда заведение уже готовилось к закрытию, между двумя нетрезвыми посетителями произошел конфликт. Мужчины вышли на улицу, где после словесной перепалки между ними началась драка.

В этот момент поблизости проезжал наряд Росгвардии, находившийся на маршруте патрулирования. Увидев потасовку, росгвардейцы незамедлительно направились на место происшествия, пресекли противоправные действия и задержали правонарушителя, который в ходе драки нанес своему 46-летнему оппоненту удар кулаком по лицу и сломал ему челюсть.

Пострадавшему вызвали карету скорой помощи, он был госпитализирован.

Сотрудники вневедомственной охраны доставили задержанного, ранее судимого за незаконные организацию и проведение азартных игр, в 52 отдел полиции. По данному факту возбуждено уголовное дело.

26 сентября около 19:00 сотрудники отдела вневедомственной охраны по Кировскому району Санкт-Петербурга задержали троих граждан в возрасте 21, 40 и 46 лет, которые подозреваются в том, что открыли стрельбу из пистолета во дворе на улице Козлова.

Вечером к наряду Росгвардии, находившемуся на маршруте патрулирования, обратился местный житель и сообщил о том, что он слышал звуки выстрелов, доносившиеся из двора соседних жилых домов.

Росгвардейцы незамедлительно направились на место происшествия и задержали троих правонарушителей, которые, находясь в состоянии сильного алкогольного опьянения, нарушали общественный порядок: распивали спиртные напитки, шумно себя вели и выражались грубой нецензурной бранью. При этом на земле рядом с данными гражданами лежал предмет, похожий на пистолет.

Сотрудники вневедомственной охраны доставили задержанных, один из которых ранее был судим за угрозу убийством, в 8 отдел полиции для дальнейшего выяснения обстоятельств. Пистолет, предположительно являющийся сигнальным, был изъят и направлен на экспертизу.

Пресс-служба вневедомственной охраны по г. СПб и ЛО

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ТОК ⚡ ОПАСЕН ДЛЯ ЖИЗНИ

Не приставляй лестницы
и другие предметы
к опорам воздушных линий
электропередач



**РОССЕТИ
ЛЕНЭНЕРГО**

Южные
электрические сети

Единый телефон
8 800 220 0 220

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



26 сентября - Translational Psychiatry. Повышенное потребление сахара в детстве оказалось связано с более высоким риском тревожных расстройств во взрослом возрасте. Особенно выраженной эта связь была у женщин.

Детство у меня было трудным: все время хотелось мороженого или конфет. И это я еще пива в те годы не успел попробовать!

28 сентября - Mail.ru. Инженеры предлагают два метода, чтобы полностью отказаться от светофоров. 1 - кольцевые развязки намного безопаснее перекрестков со светофорами. 2 - беспилотное авто.

А в это время в Москве вводят четвертый фонарь светофора - очень красный свет. Он обозначает - все-таки стоп.

28 сентября - ТАСС. Тарифы на услуги ЖКХ должны быть экономически обоснованными, но одновременно и социально сдержанными. Необходимо, чтобы они соотносились с реальными доходами населения, подчеркнул президент РФ Владимир Путин на встрече с руководителями политических партий.

Второй этап индексации тарифов ЖКХ стартует в России с 1 октября. Наибольший рост ожидается в Ставропольском крае (22%), Республике Дагестан (19,7%) и Тамбовской области (17,5%).

— Пап, во что играешь?

— В «Оплати счета»

— Выигрываешь?

— Нет.

29 сентября - The Indian Express. В индийском городе Бангалор ИИ-камера оштрафовала мотоциклиста за то, что его гитара была без шлема.

Моя гитара напоминает мне мою первую девушку: тот же изгиб талии, длинная шея и маленькая голова в бигудях.

29 сентября - Деловой Петербург. Общий объем нормативов на формирование расходов органов местного самоуправления на 2026 год утвержден в размере 5,6 миллиарда рублей.

Проект постановления городского правительства предусматривает выделение 4,6 млрд рублей на оплату труда петербургских депутатов и чиновников. Помимо фонда оплаты труда, заложенная сумма включает около 1 миллиарда рублей на обеспечение текущей деятельности органов МСУ и до 59 миллионов рублей на ремонт недвижимого имущества.

Жена чиновника стала успешной бизнесвумен и миллиардершей.

Сын — вице-президентом госкорпорации, дочь — главой крупного фонда.

А чиновник так и сидит на своей копеечной казенной зарплате. Жалкий неудачник, позор семьи.

29 сентября - ТАСС. Специалисты Государственного Эрмитажа намерены с помощью цифровых технологий воссоздать первоначальный вид статуи Венеры Таврической, установив точное положение ее утраченных рук.

— Что сказала обнаженная Венера Таврическая скульптору, который ее лепил?

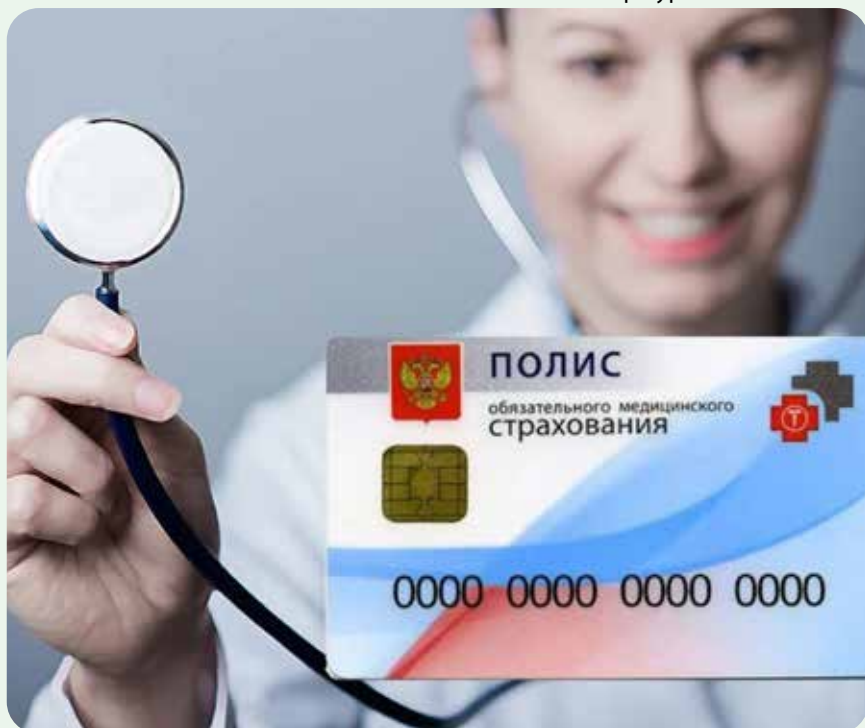
— Только без рук!

29 сентября - Фонтанка. В столовой Государственной думы котлету по-киевски переименовали в «котлету со сливочным маслом».

Глупо ненавидеть и ругать депутатов. В них надо тыкать пальцем и хихикать. Это и весело, и законно.

ОМС 2026: что изменилось с 1 октября

С 1 октября 2026 года в России вступают в силу новые правила выдачи направлений на анализы и обследования по полису ОМС. Главное, что нужно понять: не всё, что назначил врач, будет выполняться бесплатно. Система становится строже, но не сокращает базовые гарантии — она чётко разграничивает, что положено по закону, а что придётся оплачивать самостоятельно.



1. Бумажные направления уходят в прошлое

Направления на анализы, консультации и госпитализацию будут оформляться преимущественно в электронном виде. Документ появится в личном кабинете на Госуслугах или в электронной медицинской карте. Это должно ускорить процесс и исключить дублирующие обследования, но для пожилых пациентов, не привыкших к интернету, может стать дополнительным барьером.

2. Бесплатно — только то, что входит в программу ОМС

Ключевой принцип остался прежним: бесплатно выполняются исследования, которые включены в базовую или территориальную программу ОМС и предусмотрены стандартами лечения. Если анализ выходит за эти рамки — например, редкий генетический тест, некоторые гормональные исследования или онкомаркеры, не предусмотренные для вашего диа-

гноза, — его придётся оплачивать самостоятельно, даже при наличии направления от врача.

3. Ужесточаются требования к показаниям

Врач больше не сможет назначить некоторые исследования «на всякий случай» — нужны чёткие клинические основания:

- Анализ на гликированный гемоглобин — только при уровне глюкозы на-

тошак выше 6 ммоль/л.

- Колоноскопия — в том числе после положительного иммунохимического теста кала на скрытую кровь.
- КТ — для пациентов с длительным стажем курения.
- УЗИ брюшной аорты — для мужчин 65–75 лет с факторами риска.

Что осталось бесплатным

Полис ОМС по-прежнему гарантирует широкий спектр исследований, если они назначены по медицинским показаниям:

- Общий анализ крови и мочи, биохимия (глюкоза, холестерин, ферритин, С-реактивный белок и др.).
- ЭКГ, флюорография, маммография.
- УЗИ, включая сердечно-сосудистую систему.
- Эндоскопические исследования (гастроскопия, колоноскопия — по показаниям).
- КТ и МРТ — в рамках программы ОМС при наличии показаний. Важное уточнение: МРТ в частных клиниках с

1 сентября 2026 года можно пройти без направления врача, но это касается помощи вне рамок ОМС. В государственных учреждениях по полису направление и показания по-прежнему обязательны.

Новые бесплатные обследования в рамках диспансеризации

С 2026 года перечень профилактических исследований расширен:

- Анализ на липопротеин (а) — для граждан 18–40 лет, однократно в жизни.

- Расширенный липидный профиль — для оценки риска инфарктов и инсультов.

- Скрининг на гепатит С — для граждан 25 лет и старше раз в 10 лет.

- Тест на ВПЧ — для женщин 21–49 лет раз в пять лет.

Сроки ожидания: что изменилось

Предельные сроки остались прежними, но контроль за их соблюдением усилился:

- Приём участкового терапевта — не более 24 часов с момента обращения.

- Неотложная первичная помощь — не более 2 часов.

- Лабораторные и инструментальные исследования при подозрении на онкологию или сердечно-сосудистые заболевания — не более 7 рабочих дней.

- Анализы, УЗИ, ЭКГ, рентген, маммография, консультация узкого специалиста — не более 14 рабочих дней.

Что делать пациенту

Уточняйте у врача, входит ли назначение в программу ОМС. Если исследование положено по закону, вы имеете право получить его бесплатно.

Сохраняйте направление — это документ, подтверждающий ваше право на бесплатное обследование.

Если в поликлинике не могут выполнить анализ по ОМС, вам обязаны выдать направление в другое учреждение, где это возможно сделать бесплатно.

Не соглашайтесь платить, если анализ входит в программу ОМС и назначен по показаниям, — требуйте выполнения за счёт средств обязательного медицинского страхования.

Главный вывод

С 1 октября 2026 года система ОМС становится более прозрачной, но и более требовательной. Бесплатная помощь никуда не исчезает — она просто чётко очерчена рамками программы государственных гарантий. Всё, что выходит за эти рамки, действительно придётся оплачивать самостоятельно. Поэтому главный совет: знайте свои права и уточняйте у врача, покрывает ли ваше лечение полис.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Врач и телеведущий Александр Мясников в программе «О самом главном» на канале «Россия 1» назвал четыре правила, которые, по его мнению, помогают укреплять иммунитет.

«Я просто уверен, что правильное питание, закаливание, спорт и позитивное мышление — это самые лучшие витамины для иммунитета», — заявил врач.

Телеведущий также рассказал, что серьёзно не болел с 1965 года. По его словам, при недомогании он нередко прибегает к физическим нагрузкам.

Засыпающие после полуночи люди подвержены диабету и депрессии. Врачи сошлись во мнении, что время отхода ко сну после полуночи нарушает циркадные ритмы организма, влияет на критические фазы сна и может быть связано с повышенным риском возникновения долгосрочных проблем со здоровьем. Регулярно засыпающие после полуночи люди больше подвержены риску развития сердечно-сосудистых заболеваний, диабета второго типа, ожирения, слабоумия и депрессии.

Со временем постоянное позднее время отхода ко сну может привести к развитию хронической бессонницы. Эти нарушения связаны с выработкой мелатонина и кортизола — гормонов, помогающих организму заснуть и проснуться. Поздний отход ко сну нарушает фазу медленного сна, во время которой организм восстанавливается и закрепляются воспоминания. Глубокий сон приходится в основном на первую половину ночи, а это означает, что чем позже человек ложится спать, тем меньше его остаётся.



Наибольшую угрозу для печени представляют не отдельные продукты, а хронический избыток калорий, сахара и насыщенных жиров.

Особый риск возникает, когда такие продукты регулярно употребляются в больших количествах на фоне низкой физической активности. Врач предупредил, что опасность создают сладкие напитки, кондитерские изделия, выпечка и десерты.

Даже полезные продукты требуют меры, поскольку большие порции орехов или авокадо повышают энергетическую ценность рациона. Когда человек регулярно получает больше килокалорий, чем расходует, это приводит к набору веса и накоплению жира в печени.

Особенно неблагоприятным является сочетание высокой калорийности, сахара, насыщенных жиров и алкоголя. Регулярные застолья с жирной пищей, десертами и алкоголем создают для печени значительно большую нагрузку, чем отдельный продукт. Именно такой комплексный фактор повышает риск метаболически ассоциированной жировой болезни печени.

ПИВОРАМА



ПИВОРАМА

НАШИМ ГУРМАНАМ

Мусабаха с салатом

Мусабаха — это тёплый, по-древенски простой ближневосточный завтрак (или обед), состоящий из цельного и крупно размятого нута в жидком соусе из тахини, лимонного сока и чеснока. Это блюдо часто называют «деконструированным хумусом»: в нем используются те же основные ингредиенты.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Нут (одна консервная банка) — 400 г
- Чеснок (мелко нарезанные) — 6 зуб.
- Зира — 1 ст. л.
- Перец чили (мелко нарезанный) — 2 шт
- Паста тахинная — 100 г
- Йогурт — 120 г
- Помидор — 150 г
- Огурец (маленький, мелко нарезанный) — 1 шт

- Перец болгарский (мелко нарезать) — 1/2 шт
- Кориандр — 1 ч. л.
- Лук зеленый (мелко нарезанные) — 2 пуч.
- Сок лимонный — 5 ст. л.
- Уксус — 1 ст. л.
- Масло оливковое — 2 ст. л.
- Сумах — 1 ст. л.
- Мята — 1 ч. л.
- Перец красный жгучий — 1/2 ч. л.
- Соль — 1,5 ч. л.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Поместить нут в кастрюлю. Добавить воды до полного покрытия. Довести до кипения и тушить 5 минут. Процедить, оставив 300 мл жидкости из под нута. Отложить в сторону.
- В салатницу положить помидоры, огурец, перец болгарский, перец чили и зелё-

ный лук. Полить уксусом, лимонным соком и оливковым маслом. Добавить кориандр, сухую мяту, соль и сумах.

- В сковороде на среднем огне разогрейте масло, добавьте чеснок, готовьте две минуты. Затем, введите перец чили. Готовьте ещё минуту.

- Добавьте содержание сковороды к нуту вместе с тахини, зирой, зарезервированной жидкостью, лимонным соком, солью и йогуртом. Доведите до кипения, уменьшите огонь и тушите две минуты.

- Перед подачей полейте салат мусабахой. Посыпьте перцем красным жгучим. Перемешайте.

- Альтернативно, держите салат и мусабаху в двух разных ёмкостях. Перед подачей разложите салат по блюдам. Полейте каждое блюдо мусабахой.

Приятного аппетита!

ПИВОРАМА



ПИВОРАМА



А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?



А знаете ли вы, что весной 1960 года в западноукраинском лесу только закончилась война, которая официально давно считалась завершённой. Вторая Мировая отгремела пятнадцать лет назад. Берлин пал, да и Сталина давно уже не было. В Москве уже говорили о космосе, кукурузе и возможном мирном соревновании двух систем.

А в лесах Тернопольщины всё ещё скрывались люди, для которых май 1945-го не стал финалом. Они жили в схронах - под землёй, в тесноте, сырости и постоянном напряжении. Их искали, и искали годами.

Организация украинских националистов и УПА после прихода Красной Армии на запад Украины не исчезли сразу. Многие из боевиков верили, что бывшие союзники быстро станут противниками. Что американцы и англичане не позволят Советскому Союзу закрепиться в Восточной Европе. Что новый большой кризис откроет им шанс.

Отношения между вчерашними союзниками действительно портились. Европа была разделена. Начиналась холодная война.

После войны в лесах, хуторах и сёлах западной Украины возникла целая подземная система. Схроны делали разными. Были простые земляные ямы на одного-двух человек. Были капитальные укрытия с нарами, запасами еды, вентиляцией, тайным выходом. Были даже бункеры-типографии, где печатали листовки. Были склады оружия и продуктов.

Входы маскировали под всё, что не должно было вызвать подозрений - под куст, или под пенёк, под собачью будку, под сарай или под пол в хате.

Сначала борьба с подпольем напоминала обычные войсковые операции: прочёсывания, блокирование районов, засады, допросы, облавы. Но со временем НКВД, а затем МГБ и КГБ всё лучше понимали: противник ушёл в землю, значит, искать его надо не только глазами.

Особенно важной была вентиляция. Без воздуха в подземном укрытии не проживёшь. Значит, труба должна выходить наружу. Её прятали в пне, под корнями, среди камней.

В замкнутом помещении, где люди неделями и месяцами не мылись, где хранились сало, сухари, керосин, оружейная смазка, где был примитивный туалет, запах становился тяжёлым и узнаваемым.

Самые изощрённые схроны поражали воображение. В некоторых воспоминаниях и публикациях упоминаются укрытия, устроенные возле колодцев или хозяйственных построек. Смысл был понятен: туда постоянно подходят люди, поэтому движение не вызывает подозрений. Еду можно передавать незаметно, вода рядом.

Но у любого подземного убежища есть слабые места. Еда заканчивается, люди болеют. Связной может договориться. Зимой снег выдаёт следы. А вентиляция выдаёт запах.

В кино или по книгам может сложиться впечатление, что лесные банды - это люди у костра, с винтовкой за плечом, среди сосен и столь ценной для них свободы. Реальность позднего подполья была другой.

Схрон - это не свобода. Это яма, в которой человек постепенно теряет чувство времени.

К началу 1950-х организованное вооружённое подполье было сильно ослаблено. Связи обрывали, боевики сдавались, выходили из леса, пытались легализоваться или просто прятались поодиночке. Но отдельные группы держались ещё долго.

Последний известный бой подпольной боёвки УПА обычно относят к 14 апреля 1960 года. Это произошло в лесу на Тернопольщине, неподалёку от хутора Лозы. В группе оставалось несколько человек.

Это была охота на последние осколки движения, которое когда-то рассчитывало на большую геополитическую бурю. Но буря не пришла, точнее - пришли оперативники.

Маскируй, не маскируй, а подполью после ВОВ существовать бы на советской земле не дали, понимали важность задачи и постепенно додавали.



ДЛЯ ДУШИ

Родная Русь

Гляжу на пожелтевшую листву,
На купола церквей,
На красоту природы.
И ощущаю жизни глубину,
Ту прелесть, тот глоток
Отчаянной свободы.
Гляжу на реки и поля,
На красоту небесной глади.
Как пожелтели тополя
И все деревья в праздничном наряде.
Гляжу я ввысь родных берёз,
На заводь чистую, приборой.
И ощущаю жизни полноту до слёз...
И радость! И в душе покой.
В уставшей прелесть садов,
Гляжу на нивы и поля.
Тебе творю, тобой живу!
Родная Матушка - Земля!

- Ольга Минаева -



Испанский биолог: "Вы даёте футболисту миллион ЕВРО в месяц, а ученому-биологу 1800 ЕВРО. Теперь вы ищите лечение. Идите к Роналдо и Месси - они найдут Вам лекарство."

РЕМОНТ КВАРТИР И ДОМОВ С ГАРАНТИЕЙ!



Частная бригада

Санкт-Петербург и Ленобласть

ВЫПОЛНЯЕМ РАБОТЫ:

- Капитальный ремонт квартир под ключ
- Ремонт квартир в новостройке
- Ремонт вторичного жилья
- Косметический ремонт квартир
- Отделочные и ремонтные работы любой сложности

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС: 8-911-626-59-59

Честные цены Индивидуальный подход



УЛЫБНИСЬ

Воспитательница поняла, что конфеты были с ликером, когда дети начали ругать власть...

Байкер дома разбирает свою «машину» несколько часов подряд. Рядом крутится жена. Он на нее никакого внимания. Еще через час она не выдерживает и начинает на него орать:

— Вот ты с этой штукой уже полдня возишься, а меня как будто нет здесь! Я что, вещь?!

Он смотрит то на нее, то на байк:

— Ты вещь? Нее... Вот байк — это ВЕЩЬ!

Время - лучший доктор, но плохой косметолог.

Когда в стране коррупции нет — микролитражки мчат по хайвеям.

Когда коррупция — Бентли тащатся по бездорожью.

Разговаривают муж и жена:

— Зачем я только согласилась на твое предложение, выйти за тебя замуж?

— Но я же только предлагал, а не настаивал.

На вечеринке девушка спрашивает парня:

— А кем ты работаешь?

— Я - врач.

— Гинеколог?

— Нет, но посмотреть могу.

Лучший анекдот недели:

1. Вы подсаживаете в свою машину случайную попутчицу — красивую девицу, сигналившую у дороги. Девица внезапно падает в обморок. Вы везете ее в больницу. Это стресс.

2. В больнице вам говорят, что она беременна и поздравляют с будущим отцовством... Вы объясняете, что впервые увидели ее час назад, но она настаивает на том, что отец именно вы. Это большой стресс.

3. Вы требуете взять анализ ДНК на отцовство. Его берут. Врач отзывает вас в сторону и сообщает, что вы не можете быть отцом, так как генетически бесплодны. Эта новость вызывает стресс, смешанный с облегчением.

4. По дороге домой вы вспоминаете, что у вас трое детей. ВОТ ТУТ ВЫ ИСПЫТЫВАЕТЕ НАСТОЯЩИЙ СТРЕСС.



МАСТЕР НА ЧАС!

Мелкий ремонт!

Сантехнические работы и электрика
Установка, ремонт и вскрытие замков

8-951-684-1244 • 8-931-987-0575

СТРОИТЕЛИ Кровля (ремонт, замена); сайдинг; покраска; ремонт фундаментов; замена венцов, балок, полов; демонтаж и др. работы.

8906-242-4181 Анатолий

НИ ДНЯ БЕЗ ПРИТЧИ

ПРИНЦЕССА

В некотором царстве жили король и королева, и была у них дочь-невеста. Созвал король однажды женихов. А принцесса им говорит:

— Я пойду за того, кто разрешит мне исчезать каждую субботу.

Женихи подумали, подумали и отказались. Лишь один из них согласился. Сыграли свадьбу, и стали они жить вместе, да так счастливо, как никто вокруг. Настроение у жены всегда было прекрасное. Она была добра, весела и спокойна, а значит, и в доме всегда царили радость и покой. На десятый год любопытный муж все же решил проследить, куда исчезает жена. Видит, поднялась она в горы, стукнулась о камень, превратилась в змею и начала изливаться свой яд. Потом снова приняла женский облик и вернулась домой.

Не выливайте свой яд на тех, кто вам доверяет, и будете счастливы.

Доверяйте тем, кого любите, и будете счастливы.



Гранитная мастерская
Бориса Гладиллина

С УВАЖЕНИЕМ К ПАМЯТИ



ПАМЯТНИКИ



ХРАНЕНИЕ · ГАРАНТИЯ · УСТАНОВКА

+7 812 604-62-80



gmbg.ru



КУПЛЮ

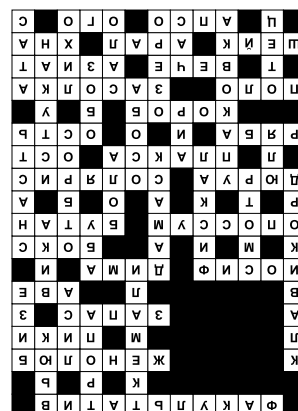
► Куплю вышедшие из обращения франки, фунты, \$.
Тел: 8-901-519-3275

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАМЯТНИКОВ
ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ

8-981-724-92-40

Вознесенское ш., д.49, корп.2
(бывшее Лагерное ш.)

предъявителю купона скидка



**V-HR – кадровое агентство
ПРЕДЛАГАЕТ**

широкий спектр HR-услуг для
компаний различного масштаба и
сфер деятельности.

- Подбор персонала
- Организация и ведение кадрового делопроизводства
- Решение трудовых споров



+7(952)209-09-22
https://vk.com/v_hr_personal

Побочный курс лекций в вузе									Поклажа ламы, верблюда	
Предок фортепиано	В НАШЕМ КЛУБЕ БУДУТ ТАНЦЫ				Альcoholic соус	Проторенная ...	Рыжая плутовка		Жорж автор "Кармен"	
	24 октября начало в 19:00 НАШ ГОРОД Клуб знакомств 8-952-377-30-23				Верный своей благоверной	Оружейная масть			Кормовая культура, ме-донос	
					Подгиб брюк на вырост	Друг по-пугая Яго	Католический гимн "... Мария"			
					Чиновник на Руси	Родина булатных клинков	Певец Билан для фанатов	Мордобой в законе	Никому ненужный мусор	Орудие рыба- или пти-целова
					Библейский патриарх	Парад для одного генерала	Произведение польского писателя С. Лема	Многолетняя береговая трава	Персона, которая весьма важна	Государство в Азии
	Сумчатая крыса	Обёртка продажного изделия								
Жорж ... (персонаж "Милый друг")		Имя танцовщицы Гаффаровой (Проект "Танцы")						Восточный ветер		
			Слезливый нытик	Хоть Баллатон, хоть Балхаш	Длинный жёсткий волос					
Золотоносная пеструшка	Доктор Бартоло для Фигаро	Лубяной сундук			Караван телег с поклажей	Не буди его, пока оно тихо		"Линяем отсюда!" (жарг.)		
			Отрезок времени	Способ приготовления грибов						
Лошадиный футбол	Собрание горожан на Руси				Продукт из жира животных					
			Озеро, убитое пустыней			Житель Китая				
Танец-трясучка	Четвероногий друг с Тибета				Возглас удивления			Краситель для волос		

ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА ВЫВОЗА И УТИЛИЗАЦИИ №1

ИЗБАВИМ ОТ МЕБЕЛИ И НЕНУЖНЫХ ВЕЩЕЙ
за 10-15 минут в ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ!

903-50-73

ВЫВОЗИМ ВСЕ!
ПОДАЧА В УДОБНОЕ ВРЕМЯ



Выполнение
сварочных
работ любой
сложности

+7(911)154-55-72



Картина, от которой люди сбегали из комнаты



В 2000 году на eBaу появился лот, который за несколько дней собрал больше 30 тысяч просмотров — невиданная цифра для онлайн-аукциона начала нулевых. Продавалась картина. Обычная, на первый взгляд, масляная живопись. Но описание к лоту было таким, что у людей по всему миру волосы вставали дыбом. Продавец — семейная пара из Калифорнии — нашли картину брошенной за старой пивоварней. Повесили дома. А потом их четырёхлетняя дочь начала просыпаться по ночам с криками, что «дети на картине дерутся и лезут в комнату». Родители установили камеру с датчиком движения, направленную на полотно. Датчик срабатывал по три-четыре раза за ночь. На картине изображён маленький

мальчик, стоящий перед стеклянной дверью. За стеклом — десятки детских рук, прижатых к поверхности изнутри. Рядом с мальчиком стоит кукла в натуральную величину. У куклы нет глаз. Вместо них — тёмные провалы.

Картина называется «The Hands Resist Him» — «Руки сопротивляются ему». Её написал калифорнийский художник Билл Стоунхэм в 1972 году. По его словам, это автобиографическая работа: мальчик — это он сам в детстве, дверь — граница между реальным миром и миром грёз, руки — альтернативные версии его жизни.

Но после выставки, где картина впервые появилась, начались странности. Арт-критик, написавший рецензию на работу, умер в течение года. Владелец галереи, купивший картину, тоже умер вскоре после приобретения. Следующий владелец обнаружил полотно в доме, который купил после смерти предыдущего хозяина, и немедленно избавился от него, заявив, что чувствует «давящее присутствие».

На eBaу картину купили за 1025 долларов. Победитель аукциона — владелец галереи из Мичигана — получил сотни писем от людей, которые утверждали, что им стало плохо просто от просмотра фотографии картины на экране компьютера. Тошнота, головокружение, панические атаки, ночные кошмары. Стоунхэм, узнав о шумихе, написал два сиквела. Он жив и здоров, ему сейчас за 70, и он с лёгкой иронией относится ко всей этой мистике.

ДиКом ЗАВОД МЕТАЛЛИЧЕСКОЙ МЕБЕЛИ И СТЕЛЛАЖЕЙ
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

✓ **ОПЕРАТОР станков с ЧПУ**
(токарный/фрезерный) (Тельмана)
2/2, зночные смены, з/п 140 000 - 149 000 руб.

✓ **НАЛАДЧИК станков с ЧПУ**
(токарный/фрезерный) (Тельмана)
2/2, ночные смены.ю з/п 155 000 - 165 000 руб.

✓ **ИНЖЕНЕР-ТЕХНОЛОГ по мех.обработке** (Тельмана)
2/2, ночные смены, з/п 140 000 - 150 000 руб.

✓ **НАВЕСЧИК ЗАГотовок**
(Колпино) 2/2, з/п 79 000 - 85 000 руб.

✓ **КОМПЛЕКТОВЩИК-УПАКОВЩИК** (Тельмана) 2/2, з/п 80 000 - 86 000 руб.

✓ **ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК**
(Колпино) 2/2, з/п 100 000 - 108 000 руб.

✓ **ОПЕРАТОР окрасочно-сушильной линии** (Тельмана)
5/2, з/п 88 000 - 94 500 руб.

✓ **КЛАДОВЩИК**
(Тельмана) 5/2, з/п 65 500 - 73 500 руб.

Оформление по ТК РФ. Соц.пакет. Служебная развозка

info@dikom.ru, www.dikom.ru

+7(921) 998-91-94

п. Тельмана, ул. Красноборская, стр.14
Колпино, Саперный переулок, дом 3

ТРЕБУЮТСЯ:

Ждем в наш дружный коллектив

ДВОРНИКОВ

Контактные телефоны: **+79215804294**
пн-пт с 10.00 до 13.00 **+79117347304**



ООО «Алитер Акси» требуется на постоянную работу:

ТОКАРЬ-РАСТОЧНИК

на горизонтально расточных станках типа 262Г и 2622В

Требования: опыт работы от 1 года, выполнения механической обработки деталей по чертежам, умение читать чертежи. Работа с 7-30 до 16-00. Бесплатная столовая. ДМС. Выдача СИЗ. З/п от 110 000 руб.

+7(911)798-84-65

РАБОТНИК СТОЛОВОЙ

График работы 5/2. З/п от 50 000 р.

+7(911)175-40-58

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

РАБОТА

► **ТРЕБУЮТСЯ:** Ассистент ветеринарного врача, Ветеринарный врач. Тел: 469-54-80

В Управляющую компанию в Колпино
СРОЧНО! ТРЕБУЮТСЯ:

✓ **САНТЕХНИКИ**
✓ **ЭЛЕКТРИКИ**
✓ **ДВОРНИКИ**

Справки по тел. **948-78-45** с 9.00 до 18.00



ПРЕДПРИЯТИЕ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

ОХРАННИКОВ (муж., жен.)

Гр.работы суточный. З/п 4 000 руб./смена
Место работы: СПб, Металлострой (дорога на Металлострой, рядом с ж/д ст. Металлострой)
Оформление по ТК РФ. Соц.пакет.
Оказываем помощь в получении удостоверения частного охранника.



8-931-005-48-04



СПБ ГБУЗ ДЕТСКАЯ ГОРОДСКАЯ
ПОЛИКЛИНИКА № 51

ТРЕБУЮТСЯ:

- Врач педиатр участковый;
- Врач акушер-гинеколог;
- Врач невропатолог;
- Врач травматолог-ортопед;
- Медицинская сестра участковая;
- Медицинская сестра процедурного кабинета;
- Медицинский статистик;
- Уборщик служебных помещений

+7 (911) 098-94-37 ☎ **573-92-16**

+7 (921) 955-02-63

КОЛПИНО, УЛ.МОСКОВСКАЯ, Д.3

кран
Ижора

ООО «Ижора-Кран»
приглашает на работу

- **Электрика/электромеханика**
- **Слесаря-ремонтника/монтажника**

Для технического обслуживания и ремонта грузоподъемных кранов предприятий (Санкт-Петербург, Колпино, Металлострой)
Требования: Опыт работы по ремонту г/п кранов, эл.тапей – от 3 лет, навыки использования ручного и электроинструмента. Оформление по ТК, спецодежда, оплата проезда, б/л.

З/п 80 – 120 т.руб. Возможно совмещение — от 5 000 руб/смена. График свободный.

Тел. **324-05-77; +7-981-768-87-68**

www.i-kran.ru

e-mail: svc@i-kran.ru

BIOSTAR

На производственную площадку требуются:

Уборщица в цех

ЗП 47 000 - 60 000 руб.мес./на руки

5/2. График работы оговаривается

Подсобный рабочий

ЗП 58 000 руб.мес./на руки

Пятидневка с 07:00 до 16:00

Подсобный рабочий

ЗП 66 000 руб.мес./на руки

(НОЧНОЙ) Пятидневка с 20:00 до 06:00

Развозка: Отрадное - Колпино

8-900-628-90-75 ☎ **8-951-688-87-28**

Адрес: Колпино, Оружейная 25

ТРЕБУЮТСЯ: ОХРАННИКИ

Санкт-Петербург, Колпино, п. Федоровское

Удобный график работы. З/плата от 4 000 смена.

8-921-336-40-31

звонить с 15.00 до 22.00 по рабочим дням



СПКК ТРЕБУЕТСЯ:

Ищем сотрудников для уборки на производство

ДВОРНИК

График 5/2 с 8.00 до 17.00

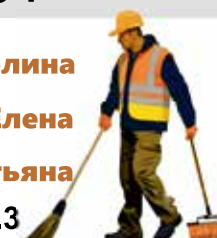
З/П: 65 000 ₺

+7 962-717-71-70 Полина

☎ **+7 911-406-13-84** Елена

+7 913-012-16-16 Татьяна

Адрес: Загородная, 9 к.3



НАШ ГОРОД
КОЛПИНО-РЕПРЕЗЕНТАТИВНАЯ ГАЗЕТА

РЕКЛАМА И ВАКАНСИИ в газете



929-4439

КОНКУРС ДЕТСКОГО РИСУНКА «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ»



Дружков Влад, 6 лет

1. Принять участие в конкурсе могут дети и подростки в возрасте от 4 до 17 лет. Период проведения конкурса: с 15 июня по 16 декабря 2026 года.

2. Предметом Конкурса являются детские рисунки и плакаты на тему «Если хочешь быть здоров».

3. Организатор конкурса: «Наш город Колпино-перспективная газета»

Спонсор конкурса: АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед»

Газета «НАШ ГОРОД» и АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед» призывают всех, и взрослых, и детей, участвовать в мероприятиях по профилактике детской безопасности и здорового образа жизни.

Электронный адрес: gorod-kolpino@mail.ru

<https://vk.com/nashgorodkolpino>

Телефон для справок: (812) 929-44-39

СОГАЗ | ОМС



КЛУБ ЗНАКОМСТВ

Говорят, что браки заключаются на небесах и счастливый билет можно запросто вытянуть в лотерее судьбы.

И в этом одиноким сердцам поможет наша газета.

Объявления - 100 руб. Телефон: 8-952-377-30-23

0115 – 60 лет, склонная к полноте, работаю, дочь 17 лет, есть квартира. Ищу мужчину, желательно не пьющего.

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

0137 – Мужчина, 55 лет, рост 178, спокойный, познакомлюсь с женщиной.

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

0161 – Ищу одинокую девушку 35-42 лет, для создания семьи. Живу в Колпино. Тел: 8-952-373-03-93.

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

лет.

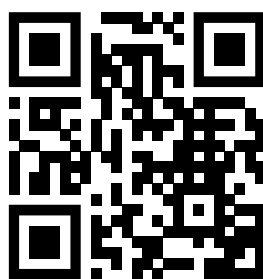
0170 – Женщина, приятной наружности, 50 лет, познакомлюсь с порядочным мужчиной для серьезных отношений.

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

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

0243 – Познакомлюсь с мужчиной от 70 лет. Информация по телефону или WhatsApp 8-911-085-36-66, 8-911-259-16-10 Натали, Колпино.

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



Европейский
Институт
Здоровья
Семьи

www.eizs.ru

б-р ТРУДЯЩИХСЯ, д.35, к.1 608-00-33



Исправьте ошибку в слове
ХЕРОШО,
и я скажу Вам,
оптимист Вы или пессимист.

Триумф
СПОРТИВНО-ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ЦЕНТР

ВЕДЕТ НАБОР НА НОВЫЙ СЕЗОН! 2026-2027!

Направления:

- Чир спорт (от 2-х лет)
- Детский танец (от 2,5 лет)
- Ирландские спортивные танцы (от 5-ти лет)
- Современные танцы (от 7-х лет)
- Фитнес для взрослых
- Индивидуальные занятия по акробатике и растяжке

АДРЕС: г. Санкт-Петербург, Онежская ул., 5, ТЦ «Алмаз», 3 этаж

ЗАПИСЬ: +7 (981) 704-28-55

Твой путь к победам!

В НАШЕМ КЛУБЕ БУДУТ ТАНЦЫ



НАШ ГОРОД
Клуб знакомств

24

октября
начало в 19:00

заказ билетов: **8-952-377-30-23**

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

ходателем 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 Екатерингофский, Обводного канала наб., д. 138, к. 1, лит. Б, в помещ. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть. Тираж 30000 экз., № заказа ДБ-000115/37 Номер подписан в печать 01.10.2026 по графику 15:00, фактически 15:00.

СДЕЛАНО В КОЛПИНО