

№1 В РОССИИ*

metro®

16+

news.ru

metronews.ru metro_online gazetametro



**С ЛАВАНДОЙ
И БАСТУРМОЙ:
ТРИ БЛЮДА
ИЗ ТЫКВЫ** с.14



**КОНСТАНТИН
РАЙКИН СЧИТАЕТ
ЧЕСТНОСТЬ
ПРОКЛЯТИЕМ** с.4-5



**АНА ДЕ АРМАС
СРОДНИЛАСЬ
С МЭРИЛИН
МОНРО** с.9



**ЧЕЛЮСТИ
СТРАДАЮТ
ОТ МУСОРА**

Дизайнеры представили, как могли бы выглядеть постеры известных картин в нынешних условиях. Таким образом они призывают к борьбе за чистоту океана. с. 8

OCEANS PLASTIC FREE

Из старых серёжек и брошей делают венцы

В Петербурге открылась выставка, на которой представлены реплики традиционных головных уборов и костюмов. Такие носили больше века назад. с. 2

ТЕЛЕКАНАЛ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГ» – ОСНОВНОЙ ТЕЛЕКАНАЛ ГОРОДА НА 21 КНОПКЕ



ЗАРЯДИ ИММУНИТЕТ С LITTORAL

Университетская инновационная компания Литораль – 26 лет на рынке витаминизации. Производство в Санкт-Петербурге.

Подробности по телефону **+7(812) 676-60-36**

Аптеки "Мелодия здоровья" и "Эконом"

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

NEWS

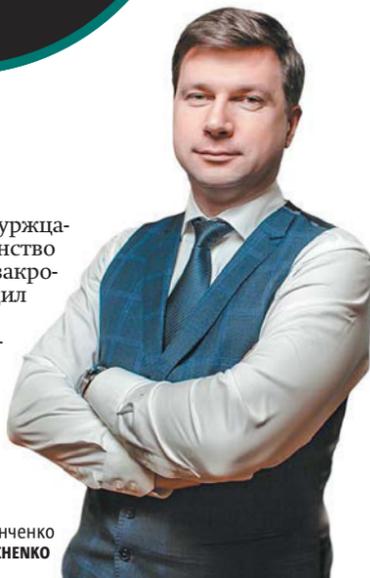
WWW.METRONews.RU

Севкабель Порту быть

Любимое многими петербуржцами общественное пространство на Кожевенной линии не закроют из-за нового ЖК, сообщил в своём Telegram-канале вице-губернатор Петербурга Николай Линченко.

– Строительство нового ЖК не затронет пространство городского культурного центра Севкабель Порт, – написал Линченко. **METRO**

Николай Линченко
| VK @ N_LINCHENKO



КОРОТКО

Суд признал геноцидом преступления нацистов во время Второй мировой

Ленинградский областной суд удовлетворил иск региональной прокуратуры о признании действий немецких войск в 1941–1945 годах военными преступлениями против человечности, а также проявлением геноцида советского народа. Об этом стало известно из прямой трансляции судебного заседания. Также данный факт подтверждает сообщение пресс-службы Генпрокуратуры. «Действия немецко-фашистских захватчиков, их пособников в отношении мирных жителей, военнопленных во время Великой Отечественной войны на территории Ленинградской области признаны геноцидом», – постановил Ленинградский областной суд.

Согласно сообщению суда, от действий немецких войск

пострадали не менее 435 тысяч советских граждан. Суд решил, что в те годы людей убивали и вывозили из региона, чтобы освободившуюся территорию немцами. **METRO**

На Дворцовой площади поставят новогоднюю ёлку

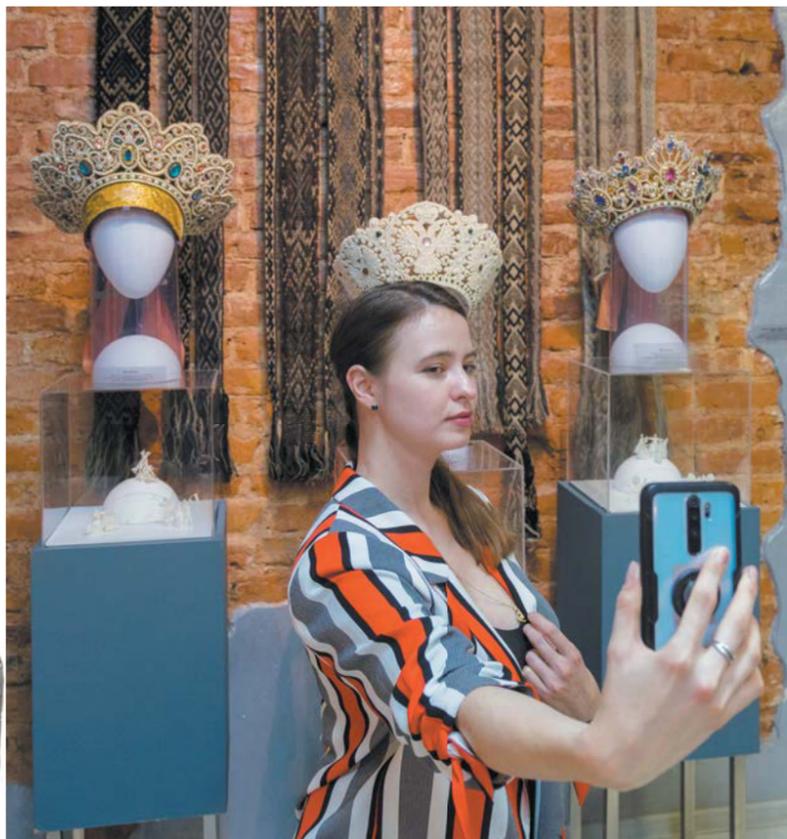
Об этом объявили власти Петербурга, сообщает ТАСС. Не останутся без праздничного оформления и городские улицы. О сохранении новогодней атмосферы ранее писал вице-губернатор Борис Пиотровский в своём Telegram-канале. «Как всегда, будет множество мероприятий для семей с детьми, детские ёлки. Традиционная ярмарка вновь будет ждать горожан», – пишет Пиотровский.

Неподалеку от Дворцовой площади оборудуют горку для катаний. Кроме того, в городе откроют десятки катков. **METRO**

Белки меняют имидж



Пушистые обитатели парков и лесов активно готовятся к зиме. Корреспондент Metro запечатлел белок, которые уже успели сменить рыжие шубки на серые. Кроме того, зверьки делают заготовки орехов и грибов на холодные времена. | АЛЕНА БОБРОВИЧ



Примерять венцы и кокошники на выставке нельзя. Но на их фоне получаются эффектные селфи | ВСЕ ФОТО: АЛЕНА БОБРОВИЧ



Работа Натальи Заруцкой. Сделан по фотографии оригинала из собрания Исторического музея (вторая половина XVIII века, Россия)



Одна из работ этнологического клуба «Параскева»

Чем старше камни, тем дороже венец

В музее «Русский Левша» открылась выставка «Венцы России». Кокошники, венцы, русские костюмы, в которых выходили в свет жители русского севера более 100 лет назад, изготовили петербургские художники

Сейчас кокошником называют всё, отдалённо напоминающее головной убор: расписной гребень, ободок или повязку. Но специалисты скажут, что кокошник носят только взрослые женщины, девушки их не носили. По праздникам они украшали голову вышитыми венцами.

Жемчуг, бисер и стразы

11 реплик венцов, которые хранятся в исторических музеях России, представила петербургский художник-реконструктор Наталья Заруцкая.

– Я много лет профессионально занимаюсь портретной фотографией, – рассказывает Наталья. – И однажды решила, что для одной из юных моделей нужен венец из жемчуга – он прекрасно бы дополнил фотопортрет. Специалистов по старинным русским уборам в то время ещё не было, и я решила сама его сделать.

Начала с поморской повязки и пинежского венца. И дальше мне захотелось сделать коллекцию головных уборов, которые носили на русском севере.

Теорию Наталья изучала по историческим материалам, параллельно осваивала разные виды вышивки.

– Самое сложное – най-

«Часто использую камни из винтажных брошей и серёжек».

Наталья Заруцкая

и бусы, из которых вынимала камни. Чем старше камни, тем дороже и богаче смотрится головной убор.

Художник работает по фотографиям. В качестве основы использует картон и лён.

– Носили венцы и коруны девушки на выданье, но чаще они надевались на смотрины или свадьбы. Стоили всегда недёшево. Как правило, подвечный головной убор арендовали на целый куст деревень. Зажиточные крестьяне могли позволить себе купить такой венец, а мастерицы делали их сами.

Сейчас подобные головные уборы Наталья Заруцкая вышивает для выставок и иногда на заказ.



Часть коллекции «Голь перекатна, а фата канаватна». Она состоит из 40 кукол в костюмах северных и южных областей России

– Недавно делала бальный головной убор для конкурса красоты, – продолжает Наталья. – Заказчик хотел выходить с ним на международный уровень.

Из шёлка и парчи

Участниками выставки стал этнологический клуб «Параскева». Художники представили авторские коллекции тряпичных кукол, демонстрирующих образы и приёмы декорирования русского праздничного костюма шёлком и парчой. Праздничная одежда кукол украшена золотой вышивкой, металлизированной бахромой, шёлковыми лентами.

Статус можно определить по деталям

Кокошники и венцы кукол вышиты золотом, жемчугом, перламутром. Украшены старыми галунами, пайетками и стразами. По головному убору можно определить, насколько обеспечена женщина, много ли у неё детей. Чем больше «выпуклостей» на кокошнике, тем богаче его обладательница.

Мобилизованные бегают кроссы, стреляют и стремятся помочь своим

Частичная мобилизация была объявлена 21 сентября. Metro выяснило, как реагируют на отправку защитников на фронт их близкие



ЕЛЕНА ХАРЛАМОВА
gorod@metronews.ru

Петербурженка Татьяна Деменева на днях проводила в военкомат своего зятя – 46-летнего Ростислава.

Служил ли ваш зять в армии? И чем занимался в мирной жизни?

В юности Ростислав служил, а в последние годы работал в охранной службе. Там он являлся сотрудником, имеющим право ношения оружия.

Как он, жена и дети отреагировали на получение повестки?

Нормально. Ростислав сказал, что хочет, чтобы дети знали: в Третью мировую он сражался, а не отсиживался. И пошёл в военкомат. Внуки (а им четыре, семь и двенадцать лет) спокойно отреагировали

на происходящее. Теперь в садике и школе они говорят, что их папа ушёл защищать Родину.

Кто собирал вещи Ростиславу?

Собирали все вместе – положили в сумку всё, что значится в списке и указано на ресурсах: спальник, обувь, тёплую одежду. Сейчас зять – в военной части, расположенной в Ленинградской области. И часть тёплых вещей уже вернул с другом домой. Ему всё выдали на месте.

Ростислав уже звонил из части домой? Что он рассказывал о распорядке дня и тренировках?

Сказал, что всё хорошо. Обмундированием его полностью обеспечили. Тренировок много, с первых дней им дают большую нагрузку. Например, вчера они бежали длинный кросс,



Ростислав говорит, что в семье к его поступку отнеслись нормально | ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ТАТЬЯНОЙ ДЕМЕНЕВОЙ

тренировались в стрельбе... Конечно, это непросто, но, как говорил Суворов, «тяжело в учении – легко в бою». Единственное, на что поначалу жаловался зять, так

это на недостаток горячего питания. Первое время выдавали только сухпайки. Сейчас ситуация нормализовалась: у них появилось и горячее питание.

Что-то дополнительно присылают в часть?

На просьбу родных петербургских мобилизованных откликнулась администрация Калининского района Север-

ной столицы. Сейчас собирается автобус, в котором, в том числе, будут наколенники, налокотники и перчатки, так необходимые бойцам в процессе тренировок.

На что планирует жить семья после мобилизации?

Моя дочь работает. И получает достаточно, чтобы содержать себя и троих детей. Конечно, со своей стороны я тоже буду ей помогать. Полагаю, и Ростислав начнёт высылать деньги, как только ему их перечислят. Ведь мобилизованным обещают платить, причём вполне достойные суммы.

Слышала, что в Донбассе у вас остались друзья и родственники. Поддерживаете ли отношения с ними?

Я родилась в Ленинграде, но мои родители, горные инженеры, долгие годы работали на Донбассе. Буквально за два месяца до начала спецоперации перевезла маму в Петербург. Но на освобождённых территориях остались наши друзья и соседи. Надеюсь, у них всё будет хорошо.

МЫ ХОТИМ, ЧТОБЫ ГАЗЕТУ ЧИТАЛИ БОЛЬШЕ ЛЮДЕЙ, А БУМАГИ РАСХОДОВАЛОСЬ МЕНЬШЕ! ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ПРОЧИТАЛИ МЕТРО, ОСТАВЬТЕ ЕЁ НА ЛЮБОЙ СТОЙКЕ РАСПРОСТРАНЕНИЯ. СПАСИБО

Med Club группа клиник
ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 456-05-91
БОЛИ В СУСТАВАХ? БИО-ИМПЛАНТ БИО-ОСТЕО
ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ БЕЗ ОПЕРАЦИИ**
Акция! СКИДКА – 30% www.medclub.spb.ru
В ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
Информацию об организаторе акции, правилах проведения и количестве подарков уточняйте у администраторов клиники.
**Подробности эффекта процедуры уточняйте у лечащего врача.

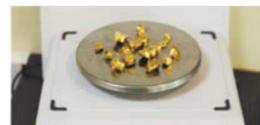
ПРИНИМАЕМ ЗУБНОЕ ЗОЛОТО ДО 20 ОКТЯБРЯ



ЗОЛОТО • СЕРЕБРО по очень выгодной цене

до **8000** Р/грамм ЗА ВАШЕ ЗОЛОТО

«Удалить вставки в домашних условиях трудно. У нас работает ювелир, который очистит зубное золото, взвесит и оценит в Вашем присутствии. Деньги получаете сразу! Не забудьте паспорт.»

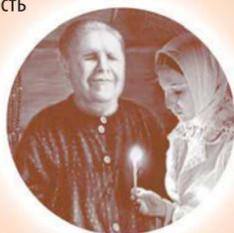


АДРЕСА МАГАЗИНОВ: «РОСКОШЬ ЗОЛОТА» (812) 382-00-02 www.rzol.ru
Караванная ул., д.14 «Гостинный Двор»
Коломяжский пр., д.15 «Пионерская», ТК «Купеческий Двор», 1-й этаж, 162 секция
Светлановский пр., д. 40 «Академическая», ТК «САМПО», 2-й этаж, секция В-10

БОЛГАРСКАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ ИНГА ПО МНОГОЧИСЛЕННЫМ ПРОСЬБАМ ВЕДЕТ ПРИЕМ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

- Гадание на семью, детей и внуков.
- Она увидит, что происходит у вас в доме, куда человек направляется.
- Многие люди не могут найти свою судьбу, счастье, любовь, отчего они страдают, закрываются в себе, становятся раздражительными, агрессивными, зомбированными, теряют себя, уверенность.
- Она увидит, что за этим стоит, что мешает вам и вашим родным, что за вашей спиной и что ждет вас впереди.
- Поможет на расстоянии по фото родных.
- Поможет на энергетическом уровне от страданий в спине, ногах.
- Защищает Вашу семью, детей от врагов и завистников.

- Направит на правильный путь.
- Поможет на энергетическом уровне от приворота, проклятия, колдовства.
- Вы почувствуете, как тяжесть уходит от вас, становится легко, появляется уверенность в себе.
- Защиты, обереги и воды привезены из Болгарии.
- Избавит от пагубных привычек.



Тел.: 909-29-01
прием строго по записи

Тысячи предсказаний за 25 лет ее работы сбылись с удивительной точностью до дней, часов, минут.



ВСТРАИВАЕМАЯ БЫТОВАЯ ТЕХНИКА



2х, 3х, 4х
КОНФОРОЧНЫЕ
ГАЗОВЫЕ И
ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ
ВАРОЧНЫЕ ПАНЕЛИ

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ
ДУХОВЫЕ ШКАФЫ



приобретай у партнёров

OZON ИМПЕРИЯ DNS



lzbt.ru

«Я очень честный артист, и это моё п

Участником Международного фестиваля «Балтийский дом» стал столичный «Сатирикон». Театр представил спектакль «Р» – сочинение на темы пьесы Гоголя «Ревизор». В главной роли – Константин Райкин



АЛЁНА БОБРОВИЧ
alena.bobrovich@metronews.ru

В рамках конференции «Някрошюсовские чтения» Константин Райкин провёл встречу со студентами театральных вузов Петербурга. Metro вместе с будущими актёрами послушало мастера.

«Я сам себе надоел»

– Я на протяжении долгих лет рассказываю студентам, как можно и как нельзя. И сам себе надоел.

Стараюсь постоянно учиться, в том числе у молодых. Потому что вредно становиться мэтром. Иногда оказывается, что то, что



Сцена из спектакля «Р» театра «Сатирикон». В рамках театрального фестиваля его показали дважды
| ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ОРГАНИЗАТОРАМИ

21

год Константин Райкин преподаёт. Многие его ученики стали актёрами театра «Сатирикон», которым руководит Константин Аркадьевич

нельзя, на самом деле можно. Неопытные актёры просто берут и делают. И делают гениально.

«Завтра меня разоблачат»

– Я всегда был неуверенным. Неверие в себя изматывает. Меня спас Олег Павлович Табаков, мой старший товарищ. Мы просидели в одной гримёрке много лет. Он

лечил меня от самоедства своим легкомыслием, панибратством с Мельпоменой. Я его спрашивал: «Почему вы такой уверенный?» Он отвечал: «Старик, надо поймать один раз успех и понять, что ты интересен». Для меня это было немыслимо, всё время казалось: если даже сегодня что-то получилось, то завтра меня разоблачат.

«Невозможные старые»

– Никому ещё длительный срок преподавания не мешал делать глупости и ничего не понимать. Бывают замечательные молодые педагоги, а бывают невозможные старые.

«Надо уметь дать чувству поджопник»

– С чувством надо уметь обращаться. Не надо его призывать. Когда к нему так относишься, оно становится очень капризным и брезгливым, не хочет идти на зов. Надо уметь дать ему поджопник и сделать вид, что ты без него прекрасно можешь обойтись. Человек – цельное существо, форма и содержание слиты в нём воедино. Не надо бояться изобразить. Как только ты это точно сделаешь по форме – голос усилишь, зубы сожмёшь, – чувство подтянется.

«Пытался стать тем, кого играю»

– Я очень честный артист, и

«Спектакль должен задавать вопросы. Это не расслабляющий процесс. Не надо путать поход в театр и массаж».

Константин Райкин, народный артист России



REDMOND
SMART HOME —

1000000



стань обладателем

МИЛЛИОННОЙ

МУЛЬТИВАРКИ
и получи подарок!

REDMOND выпустил

МИЛЛИОННУЮ

мультиварку RMC-M90

Найди ее и получи приз — умный робот-пылесос

Как получить ценный приз?

Купи мультиварку RMC-M90 в одном из фирменных магазинов REDMOND Smart Home.

Узнай на кассе, является ли твоя новая мультиварка миллионной!

Если тебе повезло, получи главный приз — флагманскую модель робота-пылесоса RV-R670!

Реклама 12+



Гарантированные подарки ждут всех покупателей RMC-M90!

Условия акции:

1. Сроки проведения: с 01.10.2022 г. до момента определения победителя.
2. Главный приз — робот-пылесос REDMOND RV-R670S.
3. В акции участвуют только мультиварки RMC-M90, приобретенные в фирменных магазинах REDMOND Smart Home.

С информацией о количестве призов, сроках, месте и порядке их получения вы можете ознакомиться на сайте multivarka.pro.
Организатор акции: ООО «Илот», ИНН 7805651907, ОГРН 1147847184143.
Юридический адрес: 198095, Санкт-Петербург, ул. Промышленная, д.38, корпус 2, литер А. www.redmond.company.



Подробнее

«Проклятие»

это моя проклятие. Постоянно пытался плакать по настоящему. Меня учили, что надо изображать, а я не понимал, зачем. Однажды в молодости мне нужно было сыграть слепого солдата, вернувшегося с войны. Я готовился. Спал в одежде и обуви. Лишил себя зрения на месяц. Всё это привело к тому, что я играл на сцене вслепую. Один раз это привело к несчастному случаю: я упал в зрительный зал, ударился подбородком о сцену и накаутировал себя. Я всё время пытался стать тем, кого играю. Это потом появился опыт, какие-то приёмы и даже штампы.

«Ленивая скотина»

– Репетировать надо всегда в полную силу. Как только ты даёшь своему организму почувать, что можно работать в полноги, он подстраивается. В каждом самом трудолюбивом актёре живёт ленивая скотина.

«Очень трезвая профессия»

Ты слышишь, как зрители в зале реагируют. Сам про себя думаешь: здесь я хорошо сыграл, а вот сейчас у меня не получилось. Это очень трезвая профессия. Губительно и

невозможно в нашей работе потерять трезвость. Выпивающие артисты для меня – это невозможно. Я сразу избавляюсь от людей, которые это себе позволяют. С моей точки зрения, в нашем деле нужна абсолютная трезвость. Это как скоростной спуск или автогонки. Есть стихия игры, при которой кусочек твоей башни пристально следит за всем происходящим. У настоящего артиста, когда он выходит за кулисы, задница ещё играет в трагедии, а нос уже шутит. Ненавижу, когда говорят: «Не может выйти из роли». Это шаманство.

«Новый спектакль – как новый вид спорта»

– Когда начинаю репетировать в новом спектакле, делаю всё те же ошибки – как в первый раз. Снова прохожу басню, стихотворение, танец... Первый, второй, третий курс. Потому что новый спектакль – это как новый вид спорта. И тебе всему приходится учиться. Каждый режиссёр считает, что все навыки, которые ты получил до этого, непригодны для использования в его спектакле.

В «Балтийском доме» представили все спектакли Эймунтаса Някрошюса

В фойе театра режиссёр Роман Муромцев и художник Катерина Гофман создали планету всемирно известного театрального режиссёра Эймунтаса Някрошюса. На протяжении трёх десятков лет Някрошюс был участником Международного фестиваля «Балтийский дом».

– Мне выставка очень нравится, – говорит генеральный директор театра-фестиваля Сергей Шуб. – Для меня эта экспозиция – дань уважения режиссёру, который так много сделал для мирового театра, литовского театра и нашего фестиваля. Все его премьеры проходили в этих стенах. В то же время это надежда на дальнейшее сотрудничество с литовскими, эстонскими, латышскими режиссёрами, которые вместе с нами строили фестиваль «Балтийский дом». Хочется верить, что наш контакт разрушен не навсегда. И спустя время мы продолжим строить вместе то, что называется театром.

В экспозиции нет подлинного реквизита и личных вещей режиссёра. Экспонаты являются в некотором смысле художественными репликами и отсылают к



Роман Муромцев работал над созданием выставки несколько месяцев
| АЛЁНА БОБРОВИЧ



В экспозиции использованы портреты Эймунтаса Някрошюса

70

лет в ноябре этого года исполнилось бы Эймунтасу Някрошюсу. Он умер четыре года назад

спектаклям, которые Эймунтас привозил в Петербург. – Мы пытались выразить свою любовь к режиссёру не прямыми цитатами, а с

помощью образов, – комментирует Роман Муромцев. – Рояль и счёты – это спектакль «Моцарт и Сальери». Мне иногда кажется, что Някрошюс и был Сальери – очень много работал, чтобы получить крупицу золота, как алхимик.

Корыта с камнями – это «Макбет» и «Отелло», кусок льда отправляет зрителя к спектаклю «Гамлет».

Для выставки режиссёр Роман Муромцев принёс в

театр почти всю домашнюю библиотеку.

– Здесь собрана классика мировой литературы, с которой и работал Эймунтас Някрошюс, – объясняет Роман. – Я вообще пытался отобрать его предметы. Здесь нет гаджетов, здесь всё, чем человек пользовался в XX веке: камень, дерево, стекло. Что-то фактурное и натуральное.

АЛЁНА БОБРОВИЧ



МКБ

mkb.ru

ВКЛАД

8%

ГODOVЫХ

Ставка 8% годовых – при размещении вклада от 30 тыс. до 3 млн. руб. на срок 540 дней. Открытие – в «МКБ Онлайн» и на финансовой платформе ПАО Московская Биржа. Пополнение и частичное изъятие средств не предусмотрены. Выплата процентов – в конце срока. Минимальная гарантированная ставка – 8,000% годовых. Досрочное расторжение – по ставке «до востребования» 0,1% годовых. Не оферта. Предложение действительно с 23.09.2022. ПАО «МОСКОВСКИЙ КРЕДИТНЫЙ БАНК». Генеральная лицензия Банка России № 1978 от 06.05.2016. РЕКЛАМА

Жена спикера поделилась секретными рецептами

Виктория Бельская, супруга председателя Законодательного собрания Санкт-Петербурга Александра Бельского, рассказала Metro о семейном увлечении дачей и дала несколько полезных советов



ЮЛИЯ ВАСИЛЕВСКАЯ
gorod@metronews.ru

Виктория Валерьевна, ваша семья живёт за городом. Выращиваете что-то на участке?

Вы знаете, что семья у нас большая – пятеро детей. Огород очень выручает свежими продуктами, поэтому с удовольствием уделяем ему много времени. У нас растёт практически всё: перец, помидоры, баклажаны, кабачки, всевозможные травы – от укропа до базилика. Огурцов у нас даже несколько сортов. Для засолки больше подходят маленькие – они получаются особенно хрустящими. А вот на салат отлично идут огурчики побольше.

Такой урожай наверняка трудно вырастить одной. Муж, дети помогают?

Все вносят свою лепту. Саша, например, по воскресеньям поливает огород. Следит, чтобы овощи не зачахли. Он у нас на выходных ответственный за завтрак и летом для своей фирменной яичницы всегда использует свежую зелень с грядки.

Дети тоже помогают. Обычно берутся пропалывать грядки. Очень стараются, правда, как и все мы в детстве, оставляют красивые сорняки. Если трава выглядит как цветочек – совершенно точно останется в земле. Вообще, труд нас объединяет, учит достигать цели. Я вот прямо на грядке выделяю Ване (сын Александра и Виктории Бельских. – Прим. ред.)



Александр и Виктория Бельские вместе уже больше четверти века. У них в семье пятеро детей | **ВСЕ ФОТО ИЗ СЕМЕЙНОГО АРХИВА**

три огурчика и говорю, что они будут только его. Ему становится интересно. Он их сам растит, ухаживает, а потом ест – с ещё большим

удовольствием и гордостью.

Есть ли у Вас семейные традиции приготовления «даров сада и огорода»?

«Огород – это не только источник витаминов, это своеобразный тимбилдинг».

Виктория Бельская

Что лучше: консервация или заморозка?

Однозначно сказать трудно, всё зависит от конкретного продукта. Что-то лучше замораживать. Например, мы варенье в классическом смысле слова вообще не делаем. Я просто протираю с сахаром малину или клубнику и потом храню в морозилке. Варка всё же убивает часть витаминов, а мне важно баловать родных полезными ягодами. Травы, кстати, тоже лучше делить на порции и замораживать: и урожай цел, и домашние полезности круглый год под рукой.

А вот закаток на зиму я делаю очень много. Мы обожаем солёные огурцы, всевозможные салаты. Из сочных домашних помидоров получается насыщенный домашний соус, который отлично дополняет пасту. Если, конечно, его не съедят раньше!). Но самый вкусный, по мнению домочадцев, у меня запечённый перец. Я прямо в банке прослаиваю его с баклажанами, чесноком, травами. Это правда безумно вкусно и полезно.

А есть ли у Вашей семьи любимые соленья?

Муж любит «Дунайский» салат. Для него я крупно нарезаю зелёные помидоры, морковь, лук, перец, а потом этот микс бланширую на огне. Так блюдо становится мягче и сочнее. Готовую смесь приправляю сахаром, солью и уксусом, а потом закатываю салат в банки. Это «зимнее» блюдо – его личный фаворит.

Что касается меня, то я фанат солёностей. Кста-

ти, вот ещё один рецепт, который влюбляет в себя с первой ложечки. Я беру зелёные томаты, режу их пополам, в каждую дольку вставляю острый перец и чеснок. В заливку надо обязательно добавить сахар. Но главный секрет – кориандр. С ним получается особенно ароматный маринад. Он одновременно сладкий, пряный и острый – потрясающее сочетание, взрыв вкусов обеспечен. У нас всегда полный дом народу, и гости прямо с порога спрашивают, будут ли на столе «те самые» помидоры.

Виктория Валерьевна, Вы назвали столько блюд, что и ресторан может позавидовать мастерству. Когда всё успеваете?

Всё просто – у меня нет времени делать это долго. За годы семейной жизни я приносовилась и готовлю консервацию очень быстро. Огромный чан капусты могу заквасить за утро. Вот даже сейчас меня ждёт пятилитровое ведро помидоров. Буду думать, что вкусенького с ними можно сотворить.

Рецепт Виктории Бельской



Зелёные помидоры

Надрезаю каждый помидор крестообразно и кладу в разрез чеснок и острый перец. В банку помещаю много кориандра, в огороде осенью его полно. Укладываю туда помидоры и заливаю горячим маринадом. На 1 литр воды: 1 столовая ложка соли, стакан (150 г) сахара и 100 г уксуса. Потом закатываю. Вся семья их просто обожает. Приятного аппетита!



Заготовок хватает большой семье на всю зиму

«Ленинский комсомол» отправился на «Остров фортов»

В Кронштадте приступили к транспортировке подводной лодки К-3 «Ленинский комсомол» к месту вечной стоянки судна. Операция проходит в три этапа и является технически очень сложной задачей из-за огромных габаритов судна. Чтобы перевезти подводную лодку через узкие улицы Кронштадта, её пришлось распилить на две части. Начать решили с кормы, она весит более тысячи тонн и имеет диаметр 12 метров.

– Повороты в стеснённых условиях – самое сложное. Важен расчёт траектории,

это искусство оператора, – рассказал телеканалу «Санкт-Петербург» руководитель сухопутной части операции Дмитрий Галкин.

Маршрут, по которому транспортировали подлодку, планировали особенно тщательно. Пришлось убрать некоторые дорожные знаки, опоры освещения, светофоры и несколько сотен метров поребриков.

– 8 месяцев операция планировалась – и морская, и наземная части. Огромное количество инженеров работали. Пока всё удачно. Команда здесь, вся пере-

1957

– в этом году первую советскую атомную подводную лодку спустили на воду. Из состава флота судно окончательно вывели в 1991 году. Водоизмещение лодки – 3065 тонн.

живает. Это исторический момент, – заявила руководитель проектного офиса по созданию туристско-рекреационного кластера «Остров фортов» Ксения Шойгу.

Вслед за кормовой частью подводной лодки по уже отработанному пути пройдёт носовая. После того, как операция завершится, на «Острове фортов» вокруг судна начнут строить уникальный военно-морской музей. Он откроет двери для посетителей летом следующего года.

К-3 «Ленинский комсомол» – первая советская и третья в мире атомная подводная лодка, головной корабль проекта 627 «Кит», в 1958–1988 годах входила в боевой состав Северного флота ВМФ СССР. **METRO**



| ПРЕСС-СЛУЖБА «ОСТРОВА ФОРТОВ»



Портрет на долгую память

Семейная хроника

В Центральном выставочном зале «Манеж» 15 октября откроется выставка «Зерцало», посвящённая истории русского провинциального портрета XVIII–XIX вв.

Зрители не только познакомятся со стилистическими особенностями ранних провинциальных портретов, но и увидят лица эпохи – образы духовенства, купечества, детские и семейные портреты.

В начале XIX века едва ли не в каждом городе появляется свой художник, во многих зажиточных домах складывается портретная хроника семьи. Купцы, небогатые дворяне обращаются к местному портретисту, который старательно воплощает их представление о себе.

Эта выставка – совместный проект музеев Москвы, Углича и Рыбинска.



Неизвестный художник. Портрет Василия Пивоварова. Середина XIX века.



Иван Тарханов. Портрет Агриппины Андреевны Суриной. 1829 г.



Неизвестный художник. Портрет Евдокии Пивоваровой. Середина XIX века.



Неизвестный художник. Семейный портрет. 1830–1840-е гг. | **ВСЕ ИЛЮСТРАЦИИ ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ОРГАНИЗАТОРАМИ**

«Перед зеркалом живописи проходили чиновники, военные, купцы и их жёны, дети и почтенные старики. Их «отражения» множились и оставались в домах».

Светлана Зенина,
куратор



Неизвестный художник. Портрет старой женщины. 1779 год.

Город поддержит семьи мобилизованных

Петербург продолжает отправку пополнения для Вооружённых Сил РФ.

Губернатор в традиционном обращении на Радио России поблагодарил петербуржцев, которые приходят в военкоматы, чтобы исполнить свой долг перед Родиной. Глава города подчеркнул, что добровольцам город назначил единовременную выплату в размере 300 тыс. рублей. Вставшие в строй в рамках частичной мобилизации получают из бюджета Петербурга по 100 тыс. рублей.

На прошлой неделе был утверждён пакет дополнительных социальных мер. Это бесплатные школьные завтраки и обеды. Бесплатный проезд детей в общественном транспорте.

100

тыс. рублей – единовременная выплата, которую получают мобилизованные петербуржцы

Стопроцентное освобождение от родительской платы за детский сад. Бесплатные путёвки в детские оздоровительные лагеря.

– Районные власти Петербурга получили задание дойти до каждой семьи. Сразу после получения фамилии из военкомата убедиться, что близким родственникам бойца предоставлен весь социальный пакет, – сказал Александр Беглов.

METRO

МОНОГРАФИЯ 210 88 00

Квартиры от 4,3 млн ₽

СКИДКИ до 10%

ЭТАЛОН

ООО «СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ЗАСТРОЙЩИК ЭТАЛОН В ШУШАРАХ». СПБ, ПОС. ШУШАРЫ, УЛ. ШКОЛЬНАЯ. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА [HTTPS://НАШ.ДОМ.РФ](https://наш.дом.рф). ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ С 15.09.2022 Г. ПО 31.10.2022 Г. ПОДРОБНЕЕ – НА [HTTPS://ETALONGROUP.RU/SPB/](https://etalongroup.ru/spb/)



www.доли.рф
**ВЫКУП
ДОЛЕЙ
КВАРТИР
648-8888**

РЕКЛАМА

Как мусор меняет кинопостеры

Объяснили наглядно

Одна из компаний, производящих товары для дома, безвредные для окружающей среды, придумала, как привлечь внимание людей к проблеме загрязнения океанов. Для этого она добавила мусор на постеры культовых фильмов и мультфильмов: «Челюсти», «Аквамен», «В поисках Немо» и других. Что ж, и правда наглядно!



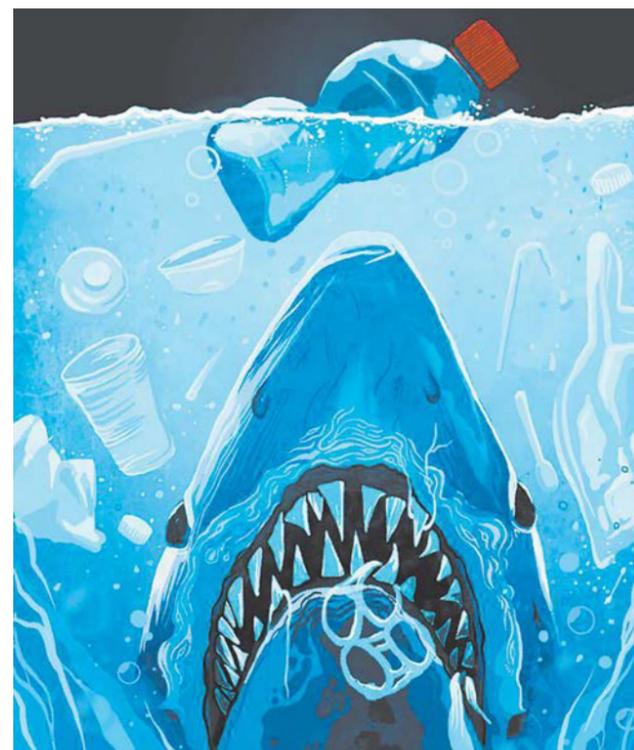
«Аквамен»



«В поисках Немо»



«Русалочка» | ВСЕ ФОТО: OCEANS PLASTIC FREE



«Челюсти»



«Изгой»



«Красота, величие и тайна океанов уже давно привлекают создателей кино».
Компания по производству предметов, безвредных для окружающей среды

ПОТОМСТВЕННАЯ ПРОВИДИЦА НИНА ФЕДОРОВНА *Победитель «Битвы сильнейших магов»*

- Предскажу судьбу по многим факторам
- Сниму порчу любой сложности
- Избавлю от одиночества
- Помогу решить семейные проблемы (любовные)
- Заговорю грыжу, испуг (и не только)

МОИМ ВОЗМОЖНОСТЯМ НЕТ ГРАНИЦ!
ЛИЧНЫЙ ПРИЕМ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

ПЕРВЫЙ ПРИЕМ БЕСПЛАТНЫЙ
Благодарность по результату

тел.: +7 921 553 33 25

ИСПРАВЛЮ
ОШИБКИ
ЛЖИ МАГОВ
И КОЛДУНОВ



Немного обо мне:

Все женщины моего древнего рода на протяжении двух столетий помогают людям выйти из сложнейших жизненных ситуаций. Этот дар унаследовала и я! Из 68 лет своей жизни всю осознанную жизнь я успешно помогаю людям! С помощью моего дара люди обрели счастье и далеко за пределами России.

НАРОДНЫЙ ФРОНТ

Всё для победы!

ROBEDA.ONF.RU

ПОДДЕРЖКИ БОЙЦОВ ЛДНР!

«Этот фильм изменил мою жизнь» Ана де Армас

Кубинская и испанская актриса побеседовала с Metro о психологическом, драматическом фильме «Блондинка» о легендарной кинодиве Мэрилин Монро, снятом Эндрю Домиником и спродюсированном Брэдом Питтом, и своей роли в нём

Ана де Армас сегодня переживает один из лучших периодов в своей карьере. И всё это благодаря «Блондинке» – фильму, где она сыграла легендарную Мэрилин Монро.

Какого персонажа вы играете в фильме в большей степени – Мэрилин или Норму Джин?

Думаю, по большей части в фильме присутствует Норма.

Досье

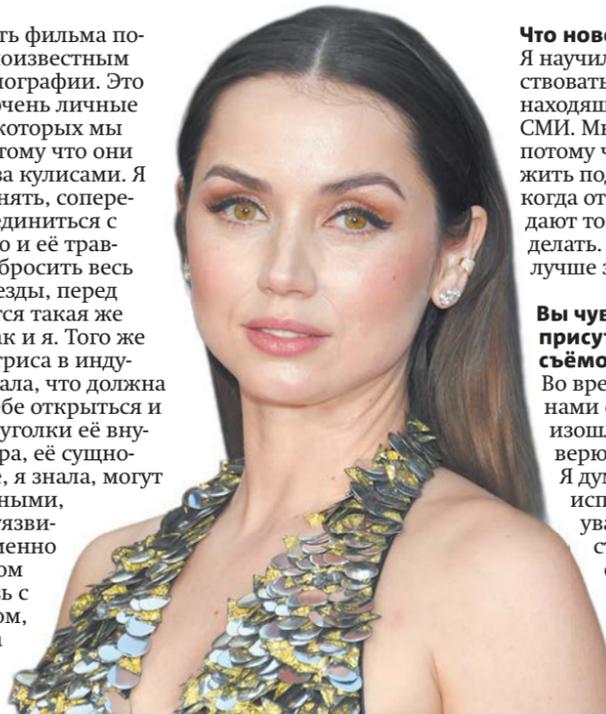
- Возраст: 34 года
- Родилась: Гавана, Куба
- Фильмография: «Достать ножи», «Бегущий по лезвию 2049», «Не время умирать», «Глубокие воды», «Ночной портье», «Афера в Майами», «Кто там», «Дочь Бога» и др.

Это история о ней – и только потом уже, конечно, на сцену выходит Мэрилин Монро. Баланс заключается в том, что они подпитывают друг друга, они нужны друг другу. И я на протяжении всего периода работы над картиной была эмоционально связана с ними обеими. Это всё происходило в процессе, и какого-то специального решения, когда и кого в персонаже будет больше – Мэрилин или Нормы Джин, не было. Всё происходило само собой.

Что вы знали об истории Мэрилин?

Это был очень долгий процесс подготовки. Я не была хорошо знакома с биографией Мэрилин. Начиная с прочтения книги, сценария и, конечно же, дальнейших месяцев работы с режиссёром, я узнавала что-то новое о ней, знакомилась с ней...

Большая часть фильма посвящена малоизвестным фактам её биографии. Это интимные, очень личные моменты, о которых мы не знаем, потому что они происходят за кулисами. Я пыталась понять, сопереживать и соединиться с ней, её болью и её травмой. Если отбросить весь лоск кинозвезды, перед нами окажется такая же женщина, как и я. Того же возраста, актриса в индустрии... Я знала, что должна позволить себе открыться и попасть в те уголки её внутреннего мира, её сущности, которые, я знала, могут быть неудобными, тёмными и уязвимыми. Но именно таким образом я нашла связь с тем человеком, которым она была на самом деле.



Что нового вам дала роль?

Я научилась больше сочувствовать и уважать актёров, находящихся под давлением СМИ. Мы этого не осознаём, потому что никто не готов жить под таким прессом – когда от нас постоянно ожидают того, что мы должны делать. Я также научилась лучше защищать себя.

Вы чувствовали её присутствие во время съёмки?

Во время съёмки со всеми нами столько всего произошло, что я искренне верю: она была с нами. Я думаю, что все мы испытывали огромное уважение к ней и чувствовали большую ответственность. И когда я говорю «мы», я имею в виду не только актёров и Эндрю, но и всю съёмочную группу. Мы делали что-то большее, чем сами могли сделать, и более особенное, чем просто фильм о ней. Она была всем, о чём я думала, она была всем, о чём я мечтала, она была всем, о чём я могла говорить, она была со мной, и это было прекрасно. Она была счастлива, но иногда со стен падали предметы, и в такие моменты мы понимали: ей явно что-то не нравится. Это было очень сильное ощущение. Но, мне кажется, в целом она одобряла то, что мы делали. Может быть, это звучит мистически, но это правда. Я не была в образе всё время, но, идя домой, я чувствовала её присутствие. Я жила с этим. Я чувствовала её вес на своих плечах, и я чувствовала её печаль, от которой трудно избавиться. Наверное, мне было важно испытать всё это.

МАРИЯ ЭСТЕВЕЗ

ВЕТРЕННЫЙ

ПО ВЫХОДНЫМ
19:00

ГЛАВНЫЙ
ЖЕНСКИЙ

ДОМАШНИЙ

**НОВЫЙ
 ТУРЕЦКИЙ
 СЕРИАЛ**

16+

СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ СМИ ЭЛ № ФС 77-71389 ОТ 01.11.2017 Г. РЕКЛАМА

VOICES

WWW.METRONEWS



НЕ ГРУСТИТЕ!

Друзья! Напишите нам, какие три вещи способны поднять ваше настроение хмурой осенью. Это может быть красивая чашка, любимый муж (мы знаем, что это не вещь, но всё же), новый шарф или букет цветов. Ждём ваши тексты (не более 70 знаков) и по возможности фото этих самых вещей на KONKURS@METRONEWS.RU с пометкой «Не грустите!»

«Очередная лягушечка в коллекции, любимый кот Кузя и его проделки, луч солнца, неожиданно выглянувший из-за серых туч».

Елена,
читательница Metro

НОВЫЙ КОНКУРС

ДРУЗЬЯ, недавно в соцсетях произвёл фурор снимок петербуржца, очень похожего на Александра Сергеевича Пушкина (а многие считают, что на французского актёра Пьера Ришара). Поэтому мы решили объявить конкурс! Если вы похожи на знаменитого человека и хотите принять участие, то:

- 1) Возьмите газету Metro.
- 2) Сфотографируйтесь с ней в руках.
- 3) Пришлите фото на адрес konkurs@metronews.ru с пометкой «Одно лицо». Лучшие мы обязательно опубликуем!

АННА
ФИНТИ

ЖУРНАЛИСТ

ВСТАНЬ И ИДИ

По данным социологов из ФОМ (Фонда общественного мнения), уровень тревожности россиян достиг 70%. 26% счастливых чувствуют себя спокойно (может быть, они новости не смотрят, не знаю), ещё 4% затруднились с ответом (наверное, бегали в это время по потолку и не смогли подойти к телефону). Ну что же, как сейчас принято писать в соцсетях, статистика только подтверждает очевидное: нам всем дурно. Психосоматику никто не отменял – ещё полгода такой жизни, и никакие психологи уже не помогут – дело дойдёт до реальных болезней, которые обострятся на фоне хронической тревоги. И где тогда брать деньги на врачей?

По сообщениям других официальных ведомств, нас ждут экономические трудности, так что на спа-санатории и курсы массажей я бы тоже не рассчитывала... Что же остаётся в скромном арсенале жителя мегаполиса? Я бы даже сказала – жительницы, потому что в основном это мы, женщины, тут сейчас сходим с ума в ожидании известий.

В общем, сёстры, я тут попробовала различные способы уменьшения тревоги и готова ими поделиться.

1. Выходите на улицу. Даже если сил никаких нет, скажите себе: «Надо». Вот увидите, как только вы окажетесь среди людей – в парке, на улице, в магазине, – немножко отпустит.

2. Искусство и его волшебную силу никто не отменял. Да, красота уже не спасёт мир, по крайней мере в обозримом будущем, но она точно отвлечёт, остановит поток мрачных мыслей. Идите в театр, на выставки, в музеи и в кино, выбирайте необязательно весёлое, главное – искреннее и талантливое. Из моих недавних открытий – спектакли молодых режиссёров во МТЮЗе и постановка «Р» в «Сатириконе».

3. Говорите с друзьями, приятелями и коллегами. Старайтесь понять и услышать даже тех, чья точка зрения не совпадает с вашей. Люди сейчас – это высшая ценность, учитесь договариваться.

4. Вспомните, что у вас есть тело. Делайте растяжку, зарядку, танцуйте, принимайте душ, дышите, ходите на маникюр и педикюр, используйте маски для лица – это работает, даже если кажется совершенно бессмысленным.

5. Готовьте еду – даже если вы остаетесь в одиночестве. Используйте Интернет для поиска рецептов вместо чтения новостей. Оттачивайте кулинарное мастерство, радуйте себя, друзей или коллег по работе. Если захотелось испечь яблочный пирог ночью – сделайте это. Потолстеть не так страшно, как впасть в депрессию.

6. Покупайте себе новые вещи – даже если это простые носки или нижнее бельё – всё это имеет мощное терапевтическое воздействие, ведь ты у себя одна, как бы эгоистично это ни звучало.

7. Перечитывайте классику. Нет сил или времени читать – слушайте. Мы с «Алисой» (это умная колонка «Яндекс-са») уже освоили «Мастера и Маргариту», «Окающие дни» Бунина и теперь замахнулись на «Войну и мир» Толстого. Прихожу с работы и, пока готовлю ужин, убеждаюсь, что раньше вообще не понимала, о чём там Лев Николаевич писал. Прекрасное средство от тревоги, скажу я вам. Пока переживаешь за князя Андрея, отвлекаешься от собственной «карусели» в голове. Закончу Толстого – возьмусь за «Двенадцать стульев» – ведь, как говорил Остап Бендер, «дело помощи утопающим – дело рук самих утопающих».

Мнение автора
может не совпадать
с мнением редакции.

КОНКУРС

ДРУЗЬЯ, мы продолжаем конкурс «Без задних лап». Присылайте фото своих спящих котиков и небольшой рассказ о них (не более 70 знаков) на адрес konkurs@metronews.ru с пометкой «Без задних лап» или выкладывайте с хештегом #gazetametro. Лучшие мы обязательно опубликуем.



«Его зовут Бергамот. Для своих – Вискас. Любит спать, как рысь, высоко». **ИРИНА**



«Наша красotka Буся». **НАТАЛЬЯ**



«Спим сидя, лёжа, спим везде, но лучшее место – тапки хозяина». **ОЛЬГА**



«Кот Ластик обожает спать на подушке, закутавшись в тёплое одеяло». **НИКА**

metro

16+

Газета Metro [Metro]
Санкт-Петербург
№76 (4595)
Генеральный директор
Наталья Брагинская

• Главный редактор
Сирота А. Л.
• Арт-директор
Георгий Макаров-Якубовский
• Руководитель отдела рекламы
Вера Гриднева
• Редактор номера
Святослав Тарасенко

Ежедневное рекламное издание. Регистрационное свидетельство ПИ №ФС2-7868 от 19 декабря 2005 г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-Западному федеральному округу.

Учредитель и издатель: АО «Издательский дом «Три короны».

Адрес учредителя, издателя и редакции: 198096, Санкт-Петербург, Автовская ул., д. 2.

Тел.: (812) 244-43-45, 244-43-43; факс: (812) 783-44-45. E-mail: gorod@metronews.ru; сайт: www.metronews.ru.

Размещение рекламы: (812) 244-4340, 244-4341, 244-4342, 244-4343; московское представительство: (495) 787-1211.

Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты и лицензии. Материалы с пометкой «специальный проект» являются коммерческими. Редакция не несёт ответственности за материалы информационных агентств, а также за содержание, стиль, точность и грамотность рекламных объявлений. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.

Газета отпечатана
ООО «Типографский комплекс «Девиз»
195027, Санкт-Петербург, Якорная ул., д. 10,
корпус 2, литер А, помещение 44.

Заказ № ДБ-5348

Время подписания в печать:
по графику – 10.10.2022, 20.00
фактическое – 10.10.2022, 20.00
Т. 150 000. Распространяется бесплатно

Лазер поможет успешно бороться с грибком ногтей

Грибок ногтей – это часто встречающееся заболевание, которое обычно начинается с появления небольшого пятна под кончиком ногтя



НИНА ПЕТРОВА
gorod@metronews.ru

Если его вовремя не заметить, грибковая инфекция начинает распространяться глубже. Со временем грибок может привести к обесцвечиванию, утолщению и крошению ногтевой пластины. Это может повлиять на несколько соседних ногтей, даже если изначально заражен был только один. Какой из методов борьбы с заболеванием выбрать – решайте сами.



10
минут длится процедура лазерного лечения грибка ногтей

Врачи не рекомендуют носить резиновые сапоги больше 3–4 часов без перерыва. В резиновой обуви кожа стоп потеет более интенсивно, чем в кожаной. А во влажной среде активно развиваются патогенные грибки и другая флора, что может приводить к дерматомикозам – грибковым заболеваниям кожи и ногтей | PИХАВАУ

Уничтожение грибка вместе с ногтем

По мнению врачей-микологов, этот метод довольно варварский и зачастую неэффективный. Во-первых, удаляя поражённую грибом ногтевую пластинку, мы никак не убираем сам грибок из-под неё, а ведь именно там находится мицелий. Во-вторых, при удалении ногтя велик риск повредить матрикс – часть ногтя, ответственную за рост новой ногтевой пластинки. Очень часто вместо красивого и здорового ногтя после процедуры удаления вырастает нечто кривое, некрасивое, слоющееся – и, к тому же, снова с грибком.

Таблетки и мази

Это тактика для терпеливых. Кто раньше ослабнет – организм от бесконечной интоксикации и самого за-

болевания, а также от лекарственных препаратов, либо сам грибок. Такая «осада» может длиться годами, не принося положительного результата. К тому же, онихомикоз (научное название грибка ногтей) быстро вырабатывает иммунитет к любым мазям и таблеткам.

Лазерная терапия

Лазерные технологии специалисты ценят за высокую точность и избирательность поражения. Лазерный луч обрабатывает поражённую часть ногтевой пластины и проникает глубоко под неё, чтобы уничтожить мицелий. При этом здоровые ткани остаются неизменными. Неодимовый лазер не обжигает ни кожу, ни ноготь, поэтому процедура комфортна и безболезненна.

ЭКСПЕРТ

ИЛЬЯ ОЛОВЯНИШНИКОВ
заведующий отделением дерматологии, дерматовенеролог

Чем опасен невылеченный онихомикоз

Помимо неприятных внешних проявлений этого заболевания, грибок является патогенным микробом, который приносит вред всему организму человека. Своевременно невылеченный грибок ногтей открывает ворота другим инфекциям.

Помимо этого, он способен выступать и как аллерген и в итоге спровоцировать гиперчувствительность к грибку ногтей как к аллергену.

Онихомикоз является инфекционным заболеванием, кото-

рым можно заразить близких. В особенно тяжёлых случаях, на фоне длительного течения болезни либо сниженного иммунитета, грибковая инфекция может стать причиной глубокого микоза – проникновение грибка к внутренним органам через кровь.

Доверить тактику лечения болезни лучше специалисту – дерматологу-микологу. Сегодня избавиться от грибка за короткий срок, не перегружая организм лекарственными препаратами, – вполне реально. Например, используя неодимовый лазер – он уже более 10 лет успешно используется для лечения грибковых заболеваний ногтя.

Названы причины дефицита железа в женском организме

В России у каждой десятой женщины независимо от возраста наблюдается дефицит железа, рассказала «Известиям» врач, кандидат медицинских наук Екатерина Кашух. Специалист отметила, что обычно такое состояние связано с кровопотерями во время обильных менструаций, а после наступления климакса – с кровотечениями в желудочно-кишечном тракте. Кроме того, нехватка железа может быть связана с нарушениями всасывания этого микроэлемента, например, при воспалительных заболе-

ваниях. Также потребность в железе резко возрастает во время беременности. И наконец, дефицит железа может быть банально обусловлен несбалансированной диетой, бедной источниками данного микроэлемента. Обеспечить нужный уровень железа в организме поможет включение в рацион мяса, печени, чечевицы, шпината, граната, яблок и кураги. Однако стоит помнить, что из общего количества железа, которое поступило в организм, всасывается только около 10%. METRO

metro 11

Газета Metro gazetametro

PLUS

WWW.METRONews.RU

Рафаэль Надаль стал папой

Испанский теннисист Рафаэль Надаль впервые стал отцом. Супруга спортсмена Мария Перелло родила сына. Мальчика назвали в честь отца Рафаэлем.

Рафаэль Надаль | GETTY

Med Club
группа клиник

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ
456-05-91

АКЦИЯ!



Комендантский пр., 12 ул. Мира, 10 (вход с Австрийской пл.)
www.medclub.spb.ru Ежедневно с 8:00 до 22:00

ЛЕЧЕНИЕ НОГТЕВОГО ГРИБКА НЕОДИМОВЫМ ЛАЗЕРОМ

Лазерное излучение воздействует на ногтевую пластину и на источник грибка (мицелий), который располагается под ногтевой пластиной. Лазер убивает грибок и помогает быстрее отрасти здоровому ногтю!**

- Без удаления ногтя**
- Комфортно и безболезненно**
- Без лекарств, таблеток и мазей**
- Подходит для пациентов любого возраста**

АКЦИЯ!
3 300 руб.*

Вызов врача-лазеротерапевта на дом!

МЕДИЦИНСКИЙ АППАРАТНЫЙ ПЕДИКЮР ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ ВРАЧА!

Лечение болезненных, глубоких трещин стопы, подошвенных бородавок, натоптышей, потливости ног, вросших ногтей, стержневых и подногтевых мозолей. Работают заботливые, душевные специалисты.

- Долгосрочный эффект**
- Безопасно и безболезненно**
- Подходит для пациентов любого возраста**
- Усиливает эффективность лазерного лечения**

АКЦИЯ!
2 500 руб.*

Вызов мастера медицинского педикюра на дом!

ОГРАНИЧЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДО 31.10

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

* Информацию об организаторе акции, правилах проведения и количестве подарков уточняйте у администраторов клиники. ** Подробности эффекта процедур уточняйте у лечащего врача.

Как остановить текучку кадров в офисе

30

В последнее время люди начали чаще увольняться с работы по разным причинам. По мнению карьерного консультанта Татьяны Минаевой, чаще всего причиной становится неудовлетворённость условиями: задачами, их объёмом, отношениями в коллективе, руководителем. Если начальник заметил, что сотрудники быстро начали сменять друг друга, эксперт советует для начала сравнить свой уровень текучки с другими похожими компаниями. И только после этого можно начать работать над его снижением.

– Очень важно проводить интервью при увольнении, – объясняет специалист. – Это нужно для того, чтобы вы могли обсудить с уже бывшим сотрудником, что ему нравилось и не нравилось, что повлияло на его решение уйти, правильно ли вы рассказали о вакансии и что бы он посоветовал изменить.

Вполне возможно, что вы задрали такую планку, которую просто не под силу взять персоналу. В таком случае эксперт советует остановиться и пересмотреть свои требования.

– Существует четыре наиболее важных направ-

минут в день эксперт советует тратить руководителям на разговоры с подчинёнными

ления, в которых стоит искать решения проблемы текучки кадров, – уточняет Татьяна. – Сотрудники, задачи, результаты работы и организация процесса деятельности.

В первом случае решение заложено в правильной работе рекрутера, набирающего персонал. То есть если на какую-то должность постоянно приходится искать нового сотрудника и каждый уходящий сообщает, что ему было тут скучно, – это говорит о неправильном подборе.

– Далее нужно обучать людей, учить руководителей быть руководителями, – поясняет специалист. – Так как часто они, наоборот, демотивируют подчинённых. Следующий важный момент – правильная организация труда. И в итоге нужно уметь показывать сотрудникам результат их работы.

ОЛЬГА ЯНКОВСКАЯ

Игра в классики и дёрганье за косички уже не в тренде

Как изменилось поведение школьников, Metro рассказали учителя, а также главные эксперты по школьной жизни – сами ученики

За косички дёргают?

Ещё с советских времён в школах было негласное правило: дёргаешь за косички – значит, девочка тебе нравится. И, между прочим, так сложилось немало любовных союзов.

– Да, действительно, никто не дёргает девочек за косички и не носит за ними портфель, – делится учитель средних классов по физике Татьяна Оксюкевич. – На мой взгляд, ребята вообще перестали проявлять чувства к противоположному полу, перенося это в соцсети или за пределы школьных стен.

По наблюдениям учителя русского языка Анатолий Синяева, дети стали более пассивны.

– Активных физических знаков внимания (к противоположному полу. – Прим. ред.) не проявляют, – рассказывает преподаватель. – В основном общаются в соцсетях.

Эксперт Ваня (3-й класс):

– Девочка, которой я нравлюсь, просто призналась мне в этом. Иногда она даёт мне свои личные вещи, например, блокнот, чтобы я прочитал историю, которую она написала.

А в угол ставят?

В некоторых школах раньше практиковалось ставить в угол. Это вызывало бурю эмоций! Напортачив, ты



Учителя и психологи отмечают, что современные дети значительно отличаются от советских | PИХАВАЯ

становился в угол по указу учителя, чтобы «подумать над своим поведением», и разглядывал каждый сантиметр стены с потрескавшейся краской. Но сейчас всё иначе.

– Мы не можем никого ставить в угол и даже ругать, – рассказывает Анатолий. – В каких-то критических ситуациях мы обращаемся к социальному педагогу, заместителю директора и решаем дисциплинарный вопрос.

Эксперт Саша (6-й класс):

– В угол нас не ставят. Некоторые учителя в наказание заставляют нас весь урок стоять около своей парты. Могут накричать. Если ученик серьёзно провинился, то ему могут дать отдельный тест.

В классики играют?

Игры тоже изменились. Раньше после школы дети

– Телефон бьёт все рекорды в рейтинге развлечений на переменах, ведь в него можно играть даже большой компанией друзей, – отмечает Татьяна. – К счастью, благодаря родителям многие дети посещают разнообразные кружки и секции после уроков, где могут пообщаться и поиграть со сверстниками по-настоящему.

– Кроме телефона, в младших классах, конечно, бегают ещё, – добавляет Анатолий. – А в старших – на переменах ходят играть в волейбол.

Эксперт Надя (8-й класс):

– На переменах мы общаемся компаниями, ходим в буфет, гуляем по школе.

Эксперт Саша (6-й класс):

– А мы играем в крестики-нолики, морской бой и другие игры. Иногда, когда рядом нет учителей, – в догонялки по этажам. Некоторые просто общаются или читают книжки.

А дерутся?

Драки за школой тоже больше не в тренде.

– Драка в школе – большая редкость, – уверяет Татьяна. – Сейчас ребята объединяются группами и начинают дружить против кого-то одного. Тут преобладает скрытый троллинг над одноклассником.

Эксперт Ваня (3-й класс):

– Я нечасто слышу, чтобы кто-то кого-то обзывал. Драки бывают чаще.

Эксперт Саша (6-й класс):

– Есть ребята, которые обзываются, обижают друг друга. Тот, кого обидели, может начать драку. Но это бывает нечасто.

ОЛЬГА ЯНКОВСКАЯ, АННА ГУТНИКОВА

«Если раньше они дёргали друг друга за косички, сейчас в качестве игр придумывают пранки, розыгрыши, копируют что-то из Сети».

Наталья Наумова,
психолог

бежали рисовать на асфальте классики и весело прыгать по ним на скорость. А сейчас появились гаджеты с виртуальными играми, и это для современной молодёжи гораздо интереснее.

Детский оздоровительный лагерь «Зарница»
(Ленинградская область, Всеволожский район, д. Анялово)
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

– **ГЛАВНОГО ИНЖЕНЕРА**
на осенний период (29.10.22-16.11.22) :
– **ЗВУКООПЕРАТОРА**
– **ВОСПИТАТЕЛЯ**
– **ВОЖАТОГО**
– **ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**
– **ПОДСОБНОГО РАБОЧЕГО**
– **СТАРШЕГО ВОСПИТАТЕЛЯ**
– **СЛЕСАРЯ-САНТЕХНИКА**
– **ДВОРНИКА**

244-18-41

Предоставляется: проживание, горячее 3-х разовое питание, льготная стоимость путевок для детей сотрудников.
Обязательные требования: все сотрудники должны пройти медицинский осмотр и предоставить справку об отсутствии судимости из ГУВД или МФЦ.

ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!
Подать своё объявление в газету вы можете по тел.: 244-43-41 доб. 272

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ:
• Ремонт кухни, коридора, комнаты 89119214377
• Маляр.С/у.Недор.931-61-10
• Ремонт квартир 8(921)8577288

РАБОТА:
ИЩУ НЕСКОЛЬКО ПОМОЩНИКОВ ДЛЯ ИНТЕРЕСНОЙ РАБОТЫ, ФУНКЦИЙ ПОМОЩНИКА РУКОВОДИТЕЛЯ, С ПЕРСПЕКТИВОЙ РОСТА И ДОХОДА +7 921 700 7777

• Работа 4ч/35т.р. 89956123396
• Офис 4-5ч.До48т.р 89617920104

• Кладовщик-ОТК на швейное пр-во ст.м. Пр.Большевикова, м. Ладоская. 5/2 09:00-18:00, з/п до 45000р. +79217745660

КУПЛЮ:
Книги, Б.вазы, знаки, мебель, фарфор, открытки, пианино, ст.фото, ёл.игрушки, янтарь, картины и пр. 8(921)978-1505

СКУПКА КНИГ
Выезд по СПб и пригородам от 100 экземпляров.
Оплата сразу.
934-00-62

КУПИМ ВАШИ КНИГИ
В хорошем состоянии. Выезд оценщика на дом
906-97-56

• Радиодетали.Выезд 984-20-55
• Книги.Зингер.Значки.953-3970

КАРТИНЫ, ФАРФОР, СТАТУЭТКИ, ВАЗЫ, МЕБЕЛЬ, ЧАСЫ, МОНЕТЫ, КНИГИ, ОТКРЫТКИ, ЕЛ.ИГРУШКИ, ЯНТАРЬ, ЗНАЧКИ.
ТЕЛ.: 948-23-83

НЕДВИЖИМОСТЬ. ПРОДАМ:
• Продам долю в квартире в СПб, оплата после прописки. Тел. +7(921)-941-09-61 Виталия

300:
• Щенки сиба, РКФ, 89990322069

РАЗМЕСТИТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ
ОБ УТЕРЕ ДИПЛОМА, АТТЕСТАТА, ПАСПОРТА
МОЖНО В ЭТОЙ РУБРИКЕ.
ТЕЛ.: (812) 244-43-41 доб. 272

АО «Адмиралтейские верфи» приглашает на работу квалифицированных рабочих по профессиям:

• Уборщик производственных и служебных помещений от 40 000 руб.
• Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования 5-6 разряд от 40 000 руб.
• Оператор сушильных установок 25 000 руб.
• Машинист крана (мостового) 4-5 разряд от 50 000 руб.
• Стропальщик 4-5 разряд от 60 000 руб.
• Токарь (16к20) 4-6 разряд от 55 000 руб.
• Фрезеровщик 4-6 разряд от 50 000 руб.
• Токарь-расточник 4-6 разряд от 50 000 руб.

и др.вакансии

Наб. реки Фонтанки, д. 203
E-mail: oup@ashipyards.com

Тел.: 8 (812) 313-81-83
www.admship.ru

ВОДИТЕЛЬ НА ЦЕМЕНТОВОЗ кат.СЕ
оплата сделанная в месяц от 120000 руб, по ТК РФ
на постоянную работу в г. Кировск Лен. обл.
тел. 8-964-371-51-37

КУРЬЕР - СБОРЩИК
на проект САМОКАТ, велокурьер 235 р.-255 р. в час,
сборщик 205 р. в час
8 916 325 28 66 Азиз

САНИТАРКА/УБОРЩИЦА
Гр. раб. сменный. ЗП 27 000 рублей + премия.
Место работы: Комендантский пр., дом 53
Тел. 8-(905)-210-00-89

ОХРАННИКИ
ЗП от 2 400 руб./смена. Помощь в лицензировании.
Гр. 1/2, 2/2 + возможность подработать, по ТК РФ
тел.: 8-981-857-71-72

МЫ ХОТИМ, ЧТОБЫ ГАЗЕТУ ЧИТАЛИ БОЛЬШЕ ЛЮДЕЙ, А БУМАГИ РАСХОДОВАЛОСЬ МЕНЬШЕ! ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ПРОЧИТАЛИ МЕТРО, ОСТАВЬТЕ ЕЕ НА ЛЮБОЙ СТОЙКЕ РАСПРОСТРАНЕНИЯ. СПАСИБО

Охранному предприятию Санкт-Петербурга
требуются **ОХРАННИКИ** в связи с открытием
новых объектов
СУТОЧНЫЙ ОХРАННИК от 3000 руб./сутки
ДНЕВНОЙ ОХРАННИК от 1900 руб./день
ВАХТА от 2500 руб./сутки
Тел. Отдела кадров **8-812-318-17-99;**
8-995-891-93-89

ООО «ВИРИАЛ»
(металлургия, металлообработка)
приглашает к сотрудничеству:

- ИНЖЕНЕРА-ТЕХНОЛОГА (мех.обработка);
- ИНЖЕНЕРА-МЕХАНИКА;
- ИНЖЕНЕРА ПО ПЛАНИРОВАНИЮ;
- МЕНЕДЖЕРА (коммерческий отдел);
- ШЛИФОВЩИКА;
- СЛЕСАРЯ-РЕМОНТНИКА;
- СЛЕСАРЯ-ИНСТРУМЕНТАЛЬЩИКА;
- КОНТРОЛЕРА ОТК;
- КЛАДОВЩИКА;
- СЛЕСАРЯ МСР/ОТК;
- ОПЕРАТОРА/НАЛАДЧИКА СТАНКОВ С ПУ;
- ТОКАРЯ;
- ЭЛЕКТРОМОНТЕРА;
- АППАРАТЧИКА;
- РАБОЧЕГО ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ ЗДАНИЙ;
- ПРЕССОВЩИКА.



+7 (981) 7245799
+7 (812) 7021495

Строительная фирма ПРИГЛАШАЕТ на работу
ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИКА
КОПРОВЩИКА
СТРОПАЛЬЩИКА
РАБОЧИХ желающих получить
специальность
Обучение за счет работодателя. На период обучения,
выплачивается ЗП.
Строительные объекты по Санкт-Петербургу, работа
постоянная, оформление в соответствии с ТК РФ, стабильная
достойная зарплата, стажировка, льготный стаж.
тел. +7 921 439 66 48, +7 921 908 77 51
(812) 222 32 42

Работа в Санкт-Петербурге
с бесплатным проживанием
и питанием

- Горничная
гр.р. 2/2 – 34000р
- Администратор-горничная
гр.р. 1/3 – 3100р
- Техник по обслуживанию
здания гр.р. 1/2 – 3400р
- Электрик гр.р. 5/2 – 40000р
- Официант гр.р. 2/2 – 34000р
- Повар шведского стола
гр.р. 2/2 – 44000р
- Пекарь гр.р. 2/2 – 45000р
- Плотник гр.р. 2/2 – 31000р
- Мойщица посуды
гр.р. 2/2 – 32000р

Возможна подработка с ежедневной оплатой
Тел. **8 969 738-31-00** ЗВОНИТЬ В РАБОЧИЕ ДНИ
Адрес: г. Зеленогорск, Приморское ш., д. 593

Приглашаются на работу
ОХРАННИКИ ВЕДОМСТВЕННОЙ ОХРАНЫ

Требования:
• Граждане РФ;
• Регистрация СПб или ЛО;
• Отсутствие судимости

Условия:
• Официальное трудоустройство;
• Лицензия не требуется;
• Мед. комиссия и форма за счет работодателя;
• График работы: 1/3 сутки через трое
• Зароботная плата: до 3200 руб./сутки

Телефоны: +7-911-010-83-25

ОРГАНИЗАЦИИ ООО «КОНСАЛ РЕКЛАМА»
ТРЕБУЮТСЯ:

1. Контролер КПП, сутки через двое
2. Повар в рабочую столовую, с 8.00 до 14.00, 3/3
3. Слесарь-ремонтник, 5/2
4. Электрогазосварщик, 2/2 по 12 часов

Адрес: ст.м. «Московские Ворота», Ул. Парковая, д. 4«В»
Т.303-90-68 д.225 - отдел кадров. звонить с 10.00 до 18.00
8-921-876-68-00

требуется
СКОРНЯК
з/п договорная
тел. +7-931-310-6701

В КРУПНУЮ СЕТЬ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ требуется:
МОЙЩИК(ЦА) ПОСУДЫ

ОФИЦИАЛЬНОЕ ТРУДОУСТРОЙСТВО
Гр/р: 2/2, 30/30 с 08:00-20:00, З/П от 24000 -50000 руб.
Наличие медицинской книжки обязательно
(даем направление)
Бесплатное 3-х разовое питание, спецодежда
Есть проживание при работе вахтовым методом

М. Горьковская, 8-911-262-44-65
М. Чернышевская, 8-921-094-58-69
М. Пл. Ленина, 8-921-186-51-64

КУРЬЕР ПЕШИЙ
от 30 000 р. + премии.
ВОДИТЕЛЬ-КУРЬЕР
от 45 000 р.
Компенсация:
ГСМ, сот. связи, проезд
График 5/2.
+7-921-577-60-07

Охранному предприятию "КАРДИНАЛ" требуются:
ОХРАННИКИ
з.п 2400 руб. за смену (на руки)
Наличие лицензии обязательно. Графики работы: 1/2. 2/2
Невский район.
Тел.: 8(812) 677-86-15, 8-999-528-16-89

ООО «Охранное предприятие «Лекург» приглашает
ЛИЦЕНЗИРОВАННЫХ ОХРАННИКОВ
на работу в дет.сады/ школы Приморского района СПб
График: сменный. З/п 1800 дн. смены
Устройство ТК/совместительство
8-921-557-63-00, 8-911-991-92-53

КТС
КУРЬЕРСКАЯ СЛУЖБА
В Курьерскую службу ООО «КТС»:
ВОДИТЕЛЬ-КУРЬЕР
от 45 000 р.
График 5/2.
Компенсация ГСМ,
сот. связи. Премия.
+7-921-577-60-07

Управляющая компания приглашает на работу:
ТЕХНИКОВ ремонтно - строительное направление
ЭЛЕКТРОМОНТЕРОВ тех. обслуживание эл. оборудования
САНТЕХНИКОВ тех. обслуживание, ремонт
График работы: 8-часовой рабочий день
Зар. плата: от 50 000 рублей (по итогам собеседования)
8-981-949-71-73, 8-911-963-35-89

Требуются
ОХРАННИКИ
4-6 разряда
Наличие лицензии охранника!
Графики: 1/2, 2/2, вахта з/п от 45 000 рублей
Объекты: Санкт-Петербург и Ленинградская область
Тел.: 8-981-733-00-31

Электрический транспорт
– ориентир надежного будущего!
ВЫБИРАЙ ПРОФЕССИЮ
ВОДИТЕЛЬ ТРОЛЛЕЙБУСА
– Обучайся за счет предприятия
– Трудоустраивайся
– Получай стабильную заработную плату
ЗВОНИТЕ: 244-18-41

ТРЕБУЮТСЯ
ОХРАННИКИ
ОФИС КПП – з/п 2300-3200 р./смена.
Гражданство РФ, без вредных привычек.
Гибкий график.
Оформление по ТК, соцпакет
Телефон: **8-931-206-19-75** с 10.00 до 18.00, пн-пт

ТИПОГРАФИЯ
Приглашает
на работу
КЛАДОВЩИКА
Разгрузочно-погрузочные
работы, права кат.В,
знание ПК, работа с ТМЦ
и документацией
График работы 5/2
з/п от 35 000 р.
м. Нарвская
(10 мин.пешком)
тел.: 8 (911) 178-50-75

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ЗАРАБОТОК
Для всех · Гражданство РФ
ОПЛАТА СРАЗУ **8-952-280-00-79**

СПб ГКУ «Организатор перевозок»
проводит набор
КОНТРОЛЕРОВ-РЕВИЗОРОВ
пассажира транспортного
• Официальное оформление.
• Скользящий график работы.
• Обучение за счет работодателя.
• Зароботная плата от 44 000 руб.
Обращаться по тел.:
8 (812) 576-57-55; 8-931-326-51-91

ПУБЛИКАЦИЯ ВАКАНСИЙ
в газете МЕТРО
Марина Спорникова
244-43-43 доб. 228
marina.spornikova@metronews.ru

от Хатуны Колбая,
владелицы Saperavi Cafe

1 Крем-суп из тыквы с бастурмой

Ингредиенты

- Мякоть тыквы – 1 кг
- Лук репчатый средний – 1 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Свежевыжатый апельсиновый сок – 60 мл
- Бастурма – 200 г
- Овощной бульон или вода – 1,5 л
- Сливочное масло – 50 г
- Сванская соль и молотый перец – по вкусу
- Сметана и тыквенные семечки для подачи

Приготовление

- Лук и чеснок порезать мелкими кубиками, тыкву – кубиками покрупнее.
- В кастрюле лук обжарить на сливочном масле до золотистого цвета.
- Добавить чеснок и тыкву, обжаривать 5 мин.
- Ввести бульон или воду. Довести до кипения, варить 15–20 мин., чтобы тыква стала мягкой.
- Добавить соль и перец. Затем пробить блендером.
- При подаче украсить тонко нарезанной бастурмой, сметаной и тыквенными семечками.

Тыква – настоящий символ осени. Так что готовить её сейчас – самое время. К тому же блюда из тыквы получаются яркими и красивыми, они станут украшением любого стола. А ещё овощ благодаря своему составу укрепляет сосуды и надёжно защищает от стрессов

ТЕКСТ: СВЕТЛАНА ПЕРЦОВА SVETLANA.PERTSOVA@GAZETAMETRO.RU



3 вкусных рецепта из ТЫКВЫ

от Ильи Карпаева, шеф-повара
ресторана Kislovsky Taste&Place

3 Тыквенный крем-суп с лавандой

Ингредиенты

- Тыква (мякоть) – 500 г
- Мёд – 300 г
- Лаванда (лепестки) – 5 г
- Овощной бульон – 1 л
- Тыквенное масло – 10 мл
- Тыквенные семечки – по желанию
- Соль – по вкусу

Приготовление

- Мякоть тыквы нарезать произвольно, переложить на противень, полить мёдом, запекать 30–40 мин. при температуре 180 градусов.
- Овощной бульон довести до кипения и добавить лепестки лаванды, убрать с огня, заваривать около 10 мин. Бульон процедить.
- Тыкву из духовки переложить в бульон. Варить 10 мин.
- Самый главный секрет тыквенного супа – чтобы он был довольно густым, для этого тыкву нужно достать шумовкой из бульона, пробить её блендером и постепенно подливать бульон.
- Если готовый суп не был сразу подан к столу и стоял в холодильнике ночь, на следующее утро его надо прокипятить!

от Джамиддина Муртузаева, владельца кафе «Мука» на «Eat Market Смоленка»

2 Афар с тыквой (на 10 порций)

Ингредиенты

- Тесто:**
- Мука – 1 кг
 - Вода – 600 мл
 - Соль – 10 г

Приготовление

- Просеять муку, добавить соль и воду и замесить тесто.
- Мякоть тыквы потереть на тёрке.

Начинка:

- Тыква – 500 г
- Лук репчатый – 70 г
- Топлёное масло – 50 мл

- Грецкий орех измельчить.
- Лук пассеровать на сливочном масле 10–15 минут.
- Смешать тыкву, лук, сахар, грецкий орех, зёрна граната.

- Сливочное масло – 50 г
- Грецкий орех – 25 г
- Гранат (зёрна) – 10 г
- Сахар – 10 г

- Разделить тесто на 10 шариков. Раскатать тонкий овальный пласт из каждой порции. Выложить начинку до середины пласта сверху и

- закрывать нижней половиной. Склеить лепёшку по краям и обрезать ровно колёсиком.
- Выложить афар на сковороду, обжарить на медленном огне.



Антре Студия
НАТЯЖНЫХ ПОТОЛКОВ
11 м² - 7150 руб.
15 м² - 9750 руб.
20 м² - 12900 руб.
2-й и 3-й потолок В ПОДАРОК
Информация об организаторе акции, правилах проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по т.
ФОТОПЕЧАТЬ тканевые потолки
337-16-88
www.potolki-antre.ru

• Выезд мастера на объект **БЕСПЛАТНО**
• **ПОМОЩЬ** в подготовке помещений и приобретения материалов
• Низкие цены - высокое качество. **ГАРАНТИЯ**
РЕМОНТ КВАРТИР 908-26-08
Все виды работ любой сложности: от **ЭКОНОМ**ного до **ЭЛИТ**ного.
Мелкий ремонт по дому. Комплексный ремонт «под ключ» и отдельно по помещениям:
КОМНАТА, ТУАЛЕТ, ВАННАЯ, КОРИДОР, КУХНЯ

ЦИКЛЕВКА ЛАК БЫСТРОСОХНУЩИЙ ЗА 1 ДЕНЬ
БЕЗ ВЫНОСА МЕБЕЛИ, ВЫХОДНЫХ, ПЫЛИ
POLKVARTIR.RU | **+7 981 147-57-17**

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ В ГАЗЕТЕ
Марина Панкратова
244-43-42 доб.272
marina.pankratova@metronews.ru

Дома и Бани из бруса
Строим из профилированного бруса
Дом «под усадку»:
6х6м = **558 000 р.**
8х8м = **978 000 р.**
Дом «с отделкой»:
6х6м = **1 089 000 р.**
Баня «с отделкой»:
4х4м = **495 000 р.**
Выезд специалиста БЕСПЛАТНО
РАБОТАЕМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ! Низкие цены! Гарантия!
СК «ВладимирСтрой», ст. м. «Озерки», пр. Луначарского, д. 21, к. 1
www.vladimir-stroy.ru
+7 (921) 994-53-49

САНАТОРИЙ Восток-6 70 км от Санкт-Петербурга на берегу Финского залива
ОСЕННЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ*
Путевка на оздоровительный отдых от 2550 рублей/день
Путевка с лечением от 2870 рублей/ день
Питание включено!
• более 10 медицинских программ,
• большая живописная территория,
• питание по системе "Шведский стол",
• два бассейна,
• анимация для взрослых и детей,
• детские игровые площадки,
• wi-fi и цифровое телевидение в номерах,
• прокат.
СПб, пос. Смолячково, Приморское шоссе, 704
www.vostok-6.ru 8 (812) 671-00-02
*Стоимость за 1 один день, на одного человека в двухместном номере, с учетом скидки 15%, в период с 01.10.2022 по 29.12.2022. ОГРН:1027812404398, 197729, СПб, п. Смолячково, Приморское шоссе, 704. ООО «Пансионат «Восток-6»
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

241-68-40 **8-800-77-57-993** **www.eclectica.ru**
ЭКЛЕКТИКА агентство путешествий
МЫ ПЕРЕЕХАЛИ!
Наш адрес:
2-я линия В.О. 37, офис 112
АВТОБУСНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ И ЛЕНОБЛАСТИ
15.10 ШИШКИНСКИЕ МЕСТА ЛУЖСКОГО УЕЗДА
15.10 НАПРАВЛЕНИЕ – КОЛУШИ! NEW!
16.10 БРЮЛЛОВЫ В ПАВЛОВСКЕ ХИТ!
16.10 УСКОЛЬЗАЮЩИЙ АПТЕКАРСКИЙ ОСТРОВ
22.10 АННА АХМАТОВА В ПЕТЕРБУРГЕ
23.10 АЗБУКА ПЕТЕРБУРГА (СЕМЕЙНАЯ)
23.10 СЕРЕБРЯНЫЙ ВЕК В ЦАРСКОМ СЕЛЕ
29.10 ПО АДРЕСАМ ГРАФОВ ЗУБОВЫХ
29.10 ВОЛХОВ. ГОРОД И РЕКА
29.10 НЕОБЫЧНЫЙ ОРАНИЕНБАУМ
НОВЫЕ ПЕШЕХОДНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ
15.10 ТАЙНЫ ПЕТРОГРАДСКОЙ СТОРОНЫ. ч.6
16.10 ЕЛИСЕЙСКИЕ ПОЛЯ ПЕТЕРБУРГА – Ч.1
18.10 29.10 СМОЛЬНЫЙ – СВИДЕТЕЛЬ ЭПОХ ХИТ!
20.10 АРХИТЕКТУРНОЕ БЮРО «СТУДИЯ 44»
21.10 ИНСТИТУТ ЭКСПЕРИМЕНТ. МЕДИЦИНЫ
23.10 ТАЙНЫ ПЕТРОГРАДСКОЙ СТОРОНЫ Ч.7
26.10 НОВО-МИХАЙЛОВСКИЙ ДВОРЕЦ
29.10 ЕЛИСЕЙСКИЕ ПОЛЯ ПЕТЕРБУРГА – Ч.2
ТУРЫ ПО РОССИИ
15-16.10 ПУШКИНСКИЕ ГОРЫ (с пчел.усадьбой)
22-23.10 НОВГОРОДСКИЙ ФАРФОРОВЫЙ ПЕРЕЗВОН
27-30.10 РУССКИЙ ПАРНАС NEW!
04-06.11 ТРИ ГОРОДА ВЕПСКОГО КРАЯ NEW!
04-06.11 ТОРЖОК-КОНАКОВО-ЖОСТОВО-ФЕДОСКИНО
11-13.11 ТУЛА И МЕЛИХОВО
09-11.12 ГЖЕЛЬ И ДРУГИЕ РАДОСТИ NEW!
02-05.01 НОВОГОДНЕЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В КАЛИНИГРАД
03-05.01 ЗИМНИЕ УЗОРЫ СЕЛИГЕРА ХИТ!
03-05.01 ЗВЕНИГОРОД-ИСТРА-ВОЛОКОЛАМСК
07-08.01 БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ ИНГРИИ ХИТ!
23-26.02 ЗИМНЯЯ СКАЗКА ЯРОСЛАВЛЯ
NEW - новый. ООО «АП «ЭКЛЕКТИКА». ОГРН 1127847341159 6+

ЧТО ПОСМОТРЕТЬ НА ДИВАНЕ

Каждую неделю мы рассказываем о самом интересном в мире ТВ



ПРЕМЬЕРА
СЕРИАЛА

«Клуб полуночников»
/ The Midnight Club

Члены «клуба» пугают друг друга страшилками до смерти, потому что им уже бояться нечего | КАДР ИЗ СЕРИАЛА (18+)

Режиссёры: Майк Флэнеган, Майкл Фимоньяри

Сценаристы: Майк Флэнеган, Леа Фонт

В ролях: Иман Бенсон, Саманта Слоян, Игби Ригни, Рут Коудд, Ая Фурукава, Аннара Симон, Уильям Крис Самптер и др.



Сюжет

Главная героиня Илонка (Иман Бенсон) успешно оканчивает школу и полна самых амбициозных планов продолжать учёбу и строить карьеру. Но внезапный страшный диагноз «рак щитовидной железы» вмиг рушит все её надежды. Однако сильная девушка не сдаётся. В Интернете она

находит хоспис для молодых людей с онкологией в терминальной стадии и убеждает своего приёмного отца, с которым осталась после смерти матери, что там ей будет лучше всего.

Место действительно оказывается интересным и необычным. Буквально с порога она попадает в гущу событий. Смешлённая Илонка

быстро выясняет, что по ночам здесь проходят тайные собрания так называемого клуба полуночников. Семеро неизлечимо больных ребят встречаются каждую ночь и рассказывают друг другу страшные истории. Всех их связывает договор, по которому тот, кто умрёт первым, будет поддерживать с ними связь из иного мира. Но призраки, как выясняется, хозяйничают здесь и без них, и, похоже, уже давно.

Впечатления

Не успев выйти на экраны, сериал уже попал в Книгу

рекордов Гиннеса за максимальное количество джампскейпов (громких выпрыгиваний и прочих резких моментов) в одном эпизоде. Entertainment Weekly посчитал, что их не менее 21 в премьерной серии. Однако главная прелесть сериала не в этом. Создателям проекта удалось грамотно смиксовать разные жанры: хоррор, детектив, мистический триллер и социальную драму, ненавязчиво затрагивающую серьёзные проблемы, существующие в обществе. Такие как, казалось бы, уже давно канувшие в Лету предрассудки, связанные с отношением к вич-инфицированным и большим СПИДом. А главное – к тем, чьи дни хоть и сочтены, но жизнь пока не закончена.

Сама политика заведения и терапия построены на убеждении, что здесь никто ни за что и ни с чем не должен бороться и сражаться.

«Все эти блестящие доспехи – не более чем метафора, – говорит директриса Илонке и её отчиму. – Мы даём себе разрешение покинуть поле боя, сосредоточиться на жизни вместо борьбы».

ОКСАНА ЧЕРТОВА

ГОРОСКОП

МИХАИЛ ЧИСТЯКОВ, АСТРОЛОГ
Центр прогнозирования и психологии «АСТРУС»

ОВЕН 21.03 – 20.04

В начале рабочей недели вас могут обрадовать заслуженным вознаграждением за труды.

ТЕЛЕЦ 21.04 – 21.05

У Тельцов все шансы выйти в лидеры и продемонстрировать свои лучшие личные качества.

БЛИЗНЕЦЫ 22.05 – 21.06

Сегодня стоит прислушаться к мнению коллег по работе и своим домочадцам.

РАК 22.06 – 22.07

Почувствуйте себя свободным от застывших догм и правил, откройтесь для нового.

ЛЕВ 23.07 – 22.08

Прекрасное время заявить о себе как о настоящем профессионале. Не ленитесь – сегодня вы сможете заткнуть за пояс всех.

ДЕВА 23.08 – 22.09

Вы сможете не только продемонстрировать свой недожженный интеллект, но и узнать что-то новое для себя.

ВЕСЫ 23.09 – 22.10

День сложится весьма удачно, если ваша деятельность связана с чужими деньгами.

СКОРПИОН 23.10 – 21.11

Во вторник вас не всё будет устраивать в действиях партнёров, но это не повод идти на конфликт.

СТРЕЛЕЦ 22.11 – 21.12

Всё внимание и время будет посвящены самой скучной и простой рутинной работе.

КОЗЕРОГ 22.12 – 20.01

Сегодняшний день может быть связан у вас с романтическими отношениями.

ВОДОЛЕЙ 21.01 – 18.02

Благоприятный период для любых дел, связанных с домом и с недвижимостью.

РЫБЫ 19.02 – 20.03

Не очень продуктивный день. Даже если вас переполняют идеи, вы рискуете всё время потратить на досужие разговоры и пересуды.

Центр Имплантации UniverStom

Уникальные Технологии установки имплантата без разрезов и боли¹

Имплантация зубов

«все-на-5»

за 89 000 руб.

«все-на-4»

за 79 000 руб.

20% скидка

на весь план лечения при единовременной оплате новым пациентам



г. Санкт-Петербург
- Проспект Римского-Корсакова, 65/11
- Улица Торжковская, д.2, к. 1

Семейная

скидка - 10%



ЗВОНИТЕ НАМ!

90-90-375

Сроки проведения акции с 01.09.2022 по 30.12.2022. Информация об организаторе акции, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения по т. (812) 90-90-375. 1. Подробности эффекта процедур уточните у лечащего врача. Универстом

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



Пятёрочка 11 – 17 октября



Фарш деревенский Ближние Горки, охлажденный, 400 г

99⁹⁰



Сосиски Баварушки, вареные, Стародворье, 420 г

119⁹⁰**



Колбаса Докторская Традиционная, вареная, Стародворье, 500 г

129⁹⁹



Яблоко сезонное, 1 кг

59⁹⁹



Печенье Юбилейное, традиционное, 268 г

64⁹⁰



Кукуруза сладкая; Горошек нежный, Bonduelle*, 340-400 г *Бондюэль

99⁹⁰

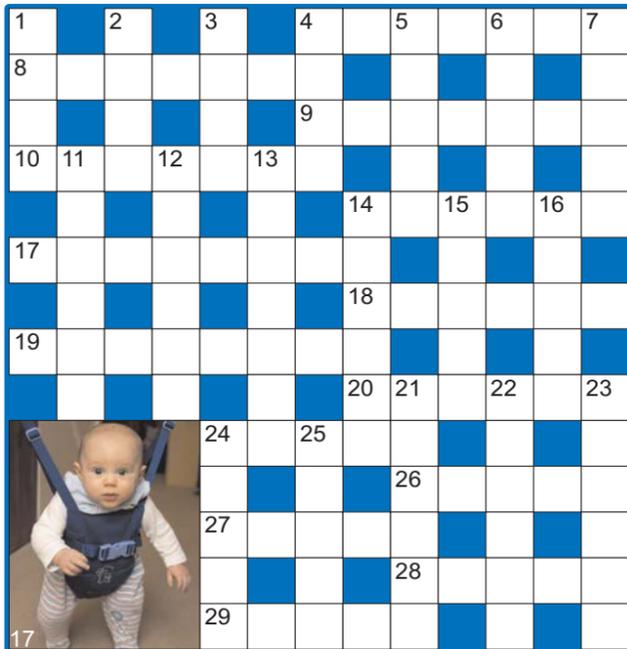
**Цена указана за 1 шт. при покупке 2 шт. одновременно.

Ждём в гости каждый день!

Организатор акции ООО «Агроторг», ОГРН 1027809237796, 191025, г. Санкт-Петербург, Невский пр., д.90/92. Срок проведения акции с 11 по 17 октября 2022 года. Количество товаров ограничено, не является публичной офертой. Акция проходит не во всех магазинах торговой сети. Товары, подлежащие обязательной сертификации или иному обязательному подтверждению соответствия требованиям технических регламентов, имеют необходимые подтверждающие документы. Изображение товаров может отличаться от представленных в магазинах «Пятёрочка». Информацию об ассортименте (разновидностях вкусов) товаров, участвующих в акции, уточняйте в магазине. Все цены указаны в рублях. В период проведения акции цена может быть дополнительно снижена относительно заявленной в рекламе. Предложение действительно для г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

По горизонтали:

4. Двухколёсное «транспортное» средство с рулём на пешей тяге.
8. Автор рассказов, которые нельзя читать без смеха.
9. Разящий кусок гранаты.
10. Человек, имеющий полное внешнее сходство с другим.
14. Постоялый двор на Украине.
17. Приспособление для развития «легкоатлетических» навыков малыша.
18. Утрата способности говорить.
19. Регулярная лечебно-профилактическая помощь на дому новорождённым.
20. Что является почти копией чего-либо?
24. Отходы льна для заделки щелей в деревянном доме.
26. Смесь помёта животных с соломой, употребляется как удобрение.
27. То, что должен держать сотовый телефон между двумя абонентами.
28. «Толстяк» из пеньки.
29. Вялотекущий штурм крепости.



По вертикали:

1. Южный ветер.
2. Игра, в которой на карту ставятся бочонки.
3. Мелодия страны, исполняемая в честь победителя на олимпиаде.
4. «Отходняк» от завода в реку.
5. Кофе из Йемена.
6. Бабушки пекут на Пасху, а внучки в песочнице.
7. Сюрприз с семечками для Золушки, прозевавшей двенадцать часов ночи.
11. Невежественный, жестокий человек.
12. Вкусное лакомство на кисло-молочной основе.
13. Часть своей рубашки, которая действительно ближе к телу.

14. Нож горца.
15. Низкий барьер вдоль авансены.
16. Электричка, ушедшая в подполье.
21. Одна из семи, у которых дитя без глаза.
22. Сходит с гор, но не возвращающийся альпинист.
23. За какую мелкую монету в Венеции в XVI веке можно было узнать последние городские новости?
24. Отсутствие точек на костяшке домино.
25. Физическая конституция донкихотовского Росинанта одним словом.

Ответы

1. Южный ветер.
2. Игра, в которой на карту ставятся бочонки.
3. Мелодия страны, исполняемая в честь победителя на олимпиаде.
4. «Отходняк» от завода в реку.
5. Кофе из Йемена.
6. Бабушки пекут на Пасху, а внучки в песочнице.
7. Сюрприз с семечками для Золушки, прозевавшей двенадцать часов ночи.
11. Невежественный, жестокий человек.
12. Вкусное лакомство на кисло-молочной основе.
13. Часть своей рубашки, которая действительно ближе к телу.
14. Нож горца.
15. Низкий барьер вдоль авансены.
16. Электричка, ушедшая в подполье.
21. Одна из семи, у которых дитя без глаза.
22. Сходит с гор, но не возвращающийся альпинист.
23. За какую мелкую монету в Венеции в XVI веке можно было узнать последние городские новости?
24. Отсутствие точек на костяшке домино.
25. Физическая конституция донкихотовского Росинанта одним словом.

7 СЕМИШАГОВ горячая линия: 648-5000
АКЦИЯ!
с 11.10.22 по 16.10.22

<p>169.99</p> <p>Голень цыплёнка охл. 1кг</p>	<p>199.99</p> <p>Свинина н/к охл. 1кг</p>	<p>249.99</p> <p>Свинина окорок б/к охл. 1кг</p>
<p>9.99</p> <p>Капуста белокочанная 1кг</p>	<p>49.99</p> <p>Томаты сливка 1кг</p>	<p>49.99</p> <p>Баклажаны/Кабачки 1кг</p>
<p>69.99</p> <p>Масло подсолнечное 0,8л</p>	<p>49.99</p> <p>Мука пшеничная в/с 2кг</p>	<p>59.99</p> <p>Яблоки сезонные 1кг</p>
<p>29.99</p> <p>Слойка "Штрудель" в асс. 100г, Аладушкин</p>	<p>29.99</p> <p>Оладушки в асс. 50г*2шт, Аладушкин</p>	<p>29.99</p> <p>Сочни в асс. 60г*2шт, Аладушкин</p>

Количество товара ограничено. Все товары имеют необходимые лицензии и сертификаты. Цены указаны в рублях. Внешний вид товара в магазине может отличаться от изображения, представленного в каталоге. Акция действует при условии наличия товара.
semishagoff.org 7shagoff

КАК ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ!

«УМНЫЙ ЛАЗЕР» – максимальное омоложение за одну процедуру!

Подтяжка лица без операции
Устранение брылей и носогубных складок
Устранение кисетных морщин
Устранение морщин вокруг глаз

Эффект омоложения сохраняется несколько лет!

лицо + веки 7 900 руб. вместо 24 000 руб.**
лицо + веки + шея 9 900 руб. вместо 32 000 руб.** **ХИТ!*****
лицо + веки + шея + декольте 12 900 руб. вместо 39 000 руб.**

ПОДАРОК - процедура плазмолифтинга.**

Звоните и записывайтесь по тел.: 318-53-53
«Умный лазер» - идеальное омоложение!

УЛЬТРАКЛИНИКА «Чкаловская», «Петроградская»,
Работаем с 2008 года, улица Пионерская, 16
С заботой о Вашей красоте и здоровье www.ultraclinica.ru

ОСТЕОХОНДРОЗ, МЕЖПОЗВОНКОВЫЕ ГРЫЖИ, РАДИКУЛИТ, АРТРОЗ, АРТРИТ
НАКОНЕЦ-ТО МОЖНО ЗАБЫТЬ О БОЛИ В ПОЗВОНОЧНИКЕ И СУСТАВАХ НА ГОДЫ!

Лечебный эффект без хирургии! ПРИЁМ+ДИАГНОСТИКА **БЕСПЛАТНО! 3500 руб.**

- снимает острую боль и защемление нервов
- восстанавливает функции ног и рук
- обеспечивает интенсивное питание, восстановление хрящей и других тканей
- останавливает разрушение позвонков
- лечит межпозвонковые грыжи

Прием ведет главный врач, невролог, вертеброневролог Петрова Э.В.

Скидки на лечение до 40%**
Точный диагноз – успешное лечение
Звоните! 318-53-53

СНЯТИЕ БОЛИ В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ*

Льготная программа «Здоровье Города»*

ЗВОНИТЕ: 456-04-00
Программа проходит до 31.10.2022г.

РАЗДУТЫЕ ВЕНЫ И «ЗВЕЗДОЧКИ» НА НОГАХ? ОТЕКИ И ТЯЖЕСТЬ? ПОЯВИЛИСЬ ПИГМЕНТАЦИЯ И ЯЗВЫ?
Диагностика венозной системы, выявление тромбоза и факторов риска варикозной болезни сразу на консультации за 950 рублей*

- Консультация флеболога, сосудистого хирурга
- Дуплексное сканирование глубоких и поверхностных вен нижних конечностей с точным определением диагноза

Показания: сахарный диабет, болезни сердца, варикозная болезнь, прием гормонов, химиотерапия, операции, избыточный вес, тяжесть и боль в ногах, возраст более 40 лет, венозный тромбоз в анамнезе, трофические язвы и др.

БЕСПОКОИТ БОЛЬ В СУСТАВАХ? ОТЕК В ОБЛАСТИ МЯГКИХ ТКАНЕЙ? СИЛЬНЫЕ БОЛИ В СПИНЕ, ПРОСТРЕЛЫ В ПОЯСНИЦЕ?
Выявление причины болевого синдрома и помощь в день обращения 990 рублей*

- Прием врача ортопеда-травматолога, хирурга
- Кинезиотейпирование

Показания: сильные боли в спине, прострелы в пояснице, болезненность в области суставов, хруст в суставах при движении. Наличие артрита и артроза, увеличение количества жидкости в полости сустава, наличие воспалительных или посттравматических изменений. Травмы и посттравматические осложнения.

СКАЧЕТ ДАВЛЕНИЕ? МУЧАЕТ МИГРЕНЬ? НАРУШЕНИЯ СНА, ДЕПРЕССИИ, ОСТЕОХОНДРОЗ ПОЗВОНОЧНИКА? ТРЕВОГА, ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ, ПОКАЛЫВАНИЕ КОНЕЧНОСТЕЙ?
Льготное обследование на наличие заболеваний нервной и сосудистой системы 950 рублей*

- Консультация врача-невролога
- Дуплексное сканирование магистральных сосудов шеи для выявления сужений сосудов - атеросклеротического поражения артерий
- Ультразвуковая диагностика щитовидной железы для выявления факторов риска эндокринной патологии

Показания: повышенное давление, хронические болевые синдромы, головные боли, боли в спине, конечностях, посттравматические боли и другие.

Выезд врача на дом в пределах города и Ленинградской области

* Проект клиники «ФЛЕБОЛАЙФ». Информация об организаторе акции, правилах проведения, условиях и стоимости конкретного предложения, сроках, месте и порядке их получения у консультанта клиники (при личном визите) или по телефону (812) 456-04-00. **Отдельное заключение УЗИ щитовидной железы, в рамках программы, пациенту на руки не выдается. Исследование носит скрининговый характер. Не является публичной офертой. 18+ РЕКЛАМА. ООО «ВЕНТЕР», ООО «ФЛЕБОЛАЙФ»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА