

metro® news.ru

16+

metronews.ru metro_online gazetametro_spb

Встать на коньки никогда не поздно

Сезон катания на коньках в Петербурге в самом разгаре. Несколько крупных площадок уже активно принимают горожан, другие откроются в ближайшее время. Metro собрало те из них, где инструкторы помогут начинающим встать на коньки. Варианты есть как для взрослых, так и для детей. с. 8



МАСКИ РОЖДАЮТСЯ ИЗ КУЧИ МУСОРА

В Петербурге открывается выставка «Собственное лицо». Автор работ, художница Калина, рассказала Metro о том, как вторсырьё превращается в образы. с. 2

АЛЁНА БОБРОВИЧ

ТЕЛЕКАНАЛ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГ» - ЖИЗНЬ ГОРОДА В ПРЯМОМ ЭФИРЕ

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ



СКИДКА до 40%

**ВЫЕЗД НА ДОМ - БЕСПЛАТНО!
НАСТРОЙКА, РЕМОНТ**

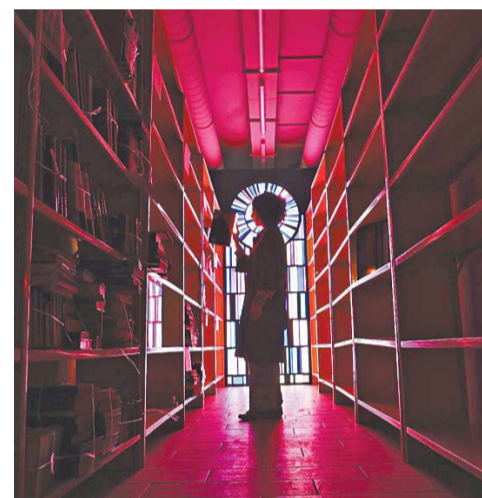
8 (812) 317-08-08

+7 929 155-55-10

Фурштатская ул., 48 / wunderphone.ru

Срок акции до 31.12.2023г. ООО «ОЛМИ.ТОП», ОГРН 1217800182775. Лицензия № Л041-01148-78/00633939

**О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ**



НЕЙРОСЕТИ, VR И КИНЕКТ: ТАКОЙ БИБЛИОТЕКИ ВЫ ЕЩЁ НЕ ВИДЕЛИ с. 6

«БОЯРЫНЯ МОРОЗОВА» ЕДЕТ В ПЕТЕРБУРГ

с. 4-5



ЧИТАТЕЛИ РИСУЮТ НОВОГОДНИЕ ОТКРЫТКИ с. 7

**МУКА
«ПРЕДПОРТОВАЯ»**
ТЕПЛО КУЛИНАРНЫХ ТРАДИЦИЙ!

ПЕЧЁМСЯ ОБ УЮТЕ

ПОКА ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ ПРИЗЫ ОТ REDMOND

ЕЖЕНЕДЕЛЬНО
МУЛЬТИПЕКАРЬ
REDMOND

REDMOND
ПЛАНЕТАРНЫЙ
МИКСЕР
ГЛАВНЫЙ
ПРИЗ

- 1 ПОКУПАЙТЕ муку Предпортовая
- 2 РЕГИСТРИРУЙТЕ чеки на сайте акции предпортоваядарит.рф
- 3 ПОЛУЧИТЕ гарантированно – промокод на ваше вдохновение
- 4 УЧАСТВУЙТЕ в розыгрыше призов!

Сроки проведения Акции с 01.11.2023 по 31.01.2024г. включительно, включая период выдачи призов победителям. Сроки совершения покупок и регистрации чеков с 01.11.2023г. по 31.12.2023г. Подробную информацию об Организаторе Акции, о правилах ее проведения, об условиях участия (месте, сроке), о количестве, месте, порядке и сроках получения призов вы можете узнать в полных правилах акции, которые находятся на странице по адресу: предпортоваядарит.рф. Реклама 16+



Петербургская ёлка на ВДНХ | АЛЕКСАНДР КУРКОВСКИЙ

Петербург удивляет ВДНХ

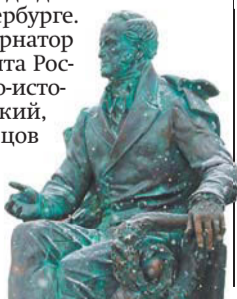
На главной аллее ВДНХ стали появляться праздничные ёлки. Каждая украшена в индивидуальном стиле разных регионов России и представляет их достижения, народные промыслы и традиции. Ёлка из Петербурга – императорско-царская. Деревья появились на ВДНХ в честь проходящей выставки-форума «Россия», а после её завершения ели высадят на территории выставки. Сегодня на стенде Петербурга началась спортивная неделя. «Расскажем об истории спортивной столицы, главных достижениях последних лет и познакомим с легендарными спортсменами», – сообщает в своём телеграм-канале вице-губернатор Северной столицы Борис Пиотровский.

«Довлатов» присоединился к «Достоевскому»

В Петербург прибыл второй трамвай, созданный в ретро-стиле, разработку которого заказывали специально для города. Это двухсекционный вагон «Довлатов». «Как и трамвай «Достоевский», который вышел на линии больше месяца назад, вагон изготовили на заводе «Уралтрансмаш», – отметил губернатор Петербурга Александр Беглов. – Главная особенность – удобный для пассажиров низкий уровень пола и способность маневрировать по криволинейным участкам пути в исторических районах Петербурга. В салоне разместили интерактивное окно-экран с навигационной и туристической информацией. Пассажиры смогут не только наблюдать пейзаж за окном, но и знакомиться с информацией о культурных объектах по ходу следования».

Памятник Уварову открыли в Северной столице

Памятник президенту Императорской Академии наук и министру народного просвещения Российской империи Сергею Уварову открыли перед зданием Двенадцати коллегий в Санкт-Петербурге. В церемонии приняли участие губернатор Александр Беглов, помощник Президента России, председатель Российского военно-исторического общества Владимир Мединский, министр просвещения РФ Сергей Кравцов и ректор СПбГУ Николай Кропачев. Скульптор Салават Щербаков изобразил Уварова сидящим в кресле и опирающимся на этажерку с книгами. Высота памятника – 5,5 м.



| GOV.SPB.RU



Косичка у девочки-динозавра сделана из шланга от старого противогоза, а уши – из зонта



Маска «Так вот какой ты, северный олень!»

Кто ты: Наполеон, дракон или сова

В начале декабря в музее «Русский Левша» открывается выставка масок «Собственное лицо» (0+). Петербургская художница Калина представит несколько десятков своих работ. Metro побывало в гостях у автора

ТЕКСТ И ФОТО: АЛЁНА БОБРОВИЧ

АЛЁНА БОБРОВИЧ
alena.bobrovich@metronews.ru

Небольшая квартира художницы вся заставлена масками. Из одного угла за тобой наблюдает весёлый паук, из другого – старец, слушающий пение птиц, сверху притаились сова, лиса, грустный ёж и дракон.

– Мы часто замечаем за собой, что с каждым человеком ведём себя по-разному, – рассуждает Калина. – Кого-то мы опасаемся, кому-то хотим понравиться. Ситуации бывают какие угодно. И каждый раз думаешь: а это я или не я? Я примеряю на себя новый образ или это что-то изнутри выходит? Мне стало интересно с этим поработать.

К маске прилагаются платье и сумочка

Так на свет стали появляться причудливые маски.

– Я не могу придумать что-

то и искать под это материал и базу, – продолжает художница. – Меня всегда работа ведёт, я – только чей-то любимый инструмент, карандаш. Просто жду, что же будет на выходе.

Под некоторыми работами Калины можно скрыть не только лицо. Старый морской волк сделан вместе с плечами в тельняшке. На выставке эта маска будет представлена вместе с мячом. У «Цапи» отверстия для глаз находятся на блузке в районе груди: любой, кто примерит этот образ, почувствует, как стал на голову выше.

– На выставке появятся не только маски, – говорит Калина. – Ещё будут головные уборы, одежда, украшения, сумки. Некоторые экспонаты можно примерить и сфотографироваться в них.

Старый противогоз, ореховая скорлупа и втулки Все работы сделаны из папье-маше с добавлением природных материалов.

– Дайте мне кучу мусора, я её всю разберу и найду много нужного, – говорит Калина. – В работу шло всё: изогнутые ветки, обрезки ткани, ореховая скорлупа.

Так у маски динозавра получилась косичка из шланга от старого противогоза, а яркие уши автор сделала из сломанного зонта. Втулки от скотча превратились в отверстия для глаз у совы. Из старой проволоки получилась модная оправка для очков маски «Отличник Дёма».



Художница Калина в шляпе-обереге



«Наполеон»



«Хранитель маяка»



Маска «Берегите ежей»

Праправнучка Островского не хотела сниматься в «Снегурочке»

Гостями III Всероссийского театрального фестиваля «Вперёд к Островскому!» стали потомки великого драматурга. Metro пообщалось с праправнучкой писателя Ольгой Черниковой



АЛЁНА БОБРОВИЧ
alena.bobrovich@metronews.ru

Потомки Александра Островского живут в Петербурге с начала XX века. Старшая дочь автора «Грозы» и «Бесприданницы» Мария вышла замуж за учёного-электротехника Михаила Шателена. Михаил Андреевич преподавал в Горном институте, стоял у истоков Политехнического института, в котором создал ряд лабораторий.

Его дочь Мария Михайловна передала в Музей-заповед-



1968 год. На съёмках фильма «Снегурочка». Ольга Черникова – в центре | ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ОЛЬГЕЙ ЧЕРНИКОВОЙ

ник А.Н. Островского «Щельково» в Костромской области семейные документы и личные вещи своего знаменитого деда.

– Обстановка мемориального дома в усадьбе во многом была воссоздана стараниями бабушки, – говорит Ольга Черникова. – В детстве я вместе с ней часто бывала

в заповеднике, даже экскурсии проводила по усадьбе.

Третий день съёмки проспала

По словам праправнучки писателя, произведения знаменитого предка в семье знают, театр любят, но сами к актёрской профессии отношения не имеют.



Кадр из фильма, в роли Снегурочки – Евгения Филонова | KINOPOLSK.RU

– Мои ближайшие родственники играли только в народных театрах, – говорит Ольга Черникова. – Я в детстве занималась в хореографическом кружке. По профессии у нас почти все технари.

Тем не менее праправнучка драматурга однажды снялась в кино. 55 лет назад рядом с музеем-заповедником в

Костромской области актёр и режиссёр Павел Кадочников снимал фильм «Снегурочка».

– В Щельково отдыхала моя бабушка Мария Михайловна, – вспоминает Ольга Владимировна. – Я как раз закончила второй курс Политеха, сдала сессию, приехала на каникулы. Бабушка мне и предложила поучаствовать в массовке. Я сначала отказалась. Но потом Павел Петрович Кадочников, который был знаком с Марией Михайловной, уговорил. Так мы с подружками оказались на съёмочной площадке. Мы с другими девушками водили хоровод. Естественно, все должны были быть с длинными косами и в сарафанах. А я носила короткую стрижку, косу никак не вплести. Поэтому сначала мне наклеили парик, а затем в него вплели косу. И вот в этом парике и шерстяном сарафане я и снималась на жару два дня. Третий день съёмки я проспала: бабушка уехала, и меня некому было разбудить. Но гонорар я получила и на экране потом себя увидела.

«Когда я училась в школе, никто из одноклассников не знал, что я праправнучка Островского».

Ольга Черникова



Единая карта петербуржца

Весь город в одной карте

- Скидка до **25₽** на проезд
- **2%** кешбэк в популярных категориях

1000 VTB.RU

СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ «ОПЛАТА Поездки с выгодой в Санкт-Петербурге» от АО «НСПК»: с 01.01.2023 по 31.12.2023. ПРАВИЛА АКЦИИ НА PRIVETMIR.RU. КЕШБЭК – ВОЗВРАТ ЧАСТИ СТОИМОСТИ ПОКУПКИ В ВИДЕ МУЛЬТИБОНУСОВ НА БОНУСНЫЙ СЧЕТ УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ ЛОЯЛЬНОСТИ «МУЛЬТИБОНУС». 2% КЕШБЭКА НАЧИСЛЯЕТСЯ ЗА ПОКУПКИ ПО КАРТЕ В КАТЕГОРИЯХ «РЕСТОРАНЫ», «ТРАНСПОРТ», «СУПЕРМАРКЕТЫ». ПОДРОБНЕЕ НА VTB.RU. **БАНК ВТБ (ПАО)**. ГЕН. ЛИЦ. ЦБ РФ №1000. РЕКЛАМА 0+

«Боярыня Морозова» приезжает в Са

1 декабря в Русском музее в корпусе Бенуа откроется юбилейная выставка «Василий Суриков. К 175-летию со дня рождения»



ЗИНАИДА БЕЛОВА
zinaida.belova@metronews.ru

Здесь можно будет увидеть более 120 произведений живописи и графики из собраний Русского музея, Третьяковской галереи, Красноярского художественного музея, Музея-усадьбы В.И. Сурикова, Московской духовной академии и Московской картинной галереи Ильи Глазунова.

Последняя монографическая экспозиция Сурикова, сравнимая по объёму с нынешней, состоялась почти девяносто лет назад, в 1937 году.

Пошли иным путём

Выставка для Русского музея достаточно революционная, впервые в организации выставочного пространства, кроме концептуального, присутствует и дизайнерское решение.



Сотрудники музея готовят раму для картины «Степан Разин» | **ВСЕ ФОТО: ИГОРЬ АКИМОВ**

— Обычно персональные монографические выставки выстраиваются по ретроспективной модели, то есть по хронологии написания работ, — рассказал Metro заведующий отделом живописи второй половины XIX–XXI веков Павел Климов. — Но мы в данном случае отказались от этого и делаем выставку

по тематическому принципу, который поможет оценить разные аспекты творчества художника. Очень большое значение мы уделяем раскрытию личности самого Сурикова, влиянию его биографии на его творческий выбор. Он был истинным живописцем, и нам хотелось показать, что Василий Ива-

нович являлся поборником красоты в искусстве.

В каждом зале своя история

— Первый зал начинается с того, что мы широко подаём личность Сурикова, — продолжает Павел Климов. — Сам он был казак, и в его творчестве нет абстрактных идей, здесь настоящие мужчины, настоя-

Что мы знаем о художнике

Суриков Василий Иванович (1848–1916) — русский живописец, мастер масштабных исторических полотен, академик и действительный член Императорской Академии художеств. Родился в Красноярске в семье казачьего офицера. Окончил петербургскую Академию художеств у П.П. Чистякова. Первое значительное произведение — «Утро стрелецкой казни» (1881 г.) — сразу принесло автору известность. Наиболее важными полотнами Сурикова также являются «Боярыня Морозова», «Взятие снежного городка», «Переход Суворова через Альпы» и «Степан Разин».

ведённой специалистами Русского музея. Как рассказали в музее, при снятии картины с подрамника специалисты обнаружили надпись «Реставрировалась в июле 1962 года». И теперь первая за 60 лет крупная научная реставрация представит картину такой, какой её видел сам художник и его современники.

Потом следует зал с религиозными произведениями Сурикова, созданными им в разные периоды творчества. Как отметили в Русском музее, такой раздел будет представлен впервые; в 1937 году по понятным причинам на выставке его не было. Две картины в Петербурге ранее вообще не выставлялись: это «Исцеление слепорождённого» из Московской духовной академии, написанное художником после трагического события (смерти жены), и последняя его большая вещь — «Благовещение» 1914 года. До 1980-х годов картина хранилась в семье потомков художника, а после в Красноярском музее.

Далее экспозиция разворачивается по тематическому принципу — здесь посетители увидят знаменитую «Боярыню Морозову», которая, кстати, уже 40 лет не поки-

дце женщины. Мы начинаем с его поздних работ: в центре зала достаточно автопортретная вещь, «Степан Разин», и его последняя крупная историческая работа — «Посещение царевны женского монастыря».

Кстати, «Степан Разин» будет экспонироваться после сложной реставрации, произ-

СБЕР БАНК

Оплатите ЖКХ,
не выходя из дома!

В СберБанк Онлайн
комиссия ниже,
чем в офисах банка



Услуга доступна в Мобильном приложении «СберБанк Онлайн» для физических лиц — держателей международных банковских карт Сбербанка (за исключением корпоративных карт), подключенных к СМС-сервису «Мобильный банк». Для использования мобильного приложения «СберБанк Онлайн» необходим доступ в сеть Интернет. В отношении информационной продукции без ограничения по возрасту. Сканирование штрихкода доступно не для всех типов счетов и зависит от технических возможностей поставщика услуг. QR код «от англ. Quick Response Code — код быстрого реагирования» — это двухмерный штрихкод (бар-код), предоставляющий информацию для быстрого ее распознавания с помощью камеры на мобильном телефоне. Размер комиссий, имеющиеся ограничения и иную информацию об оплате через мобильное приложение «СберБанк Онлайн» уточняйте на www.sberbank.ru. ПАО Сбербанк. Генеральная лицензия Банка России на осуществление банковских операций № 1481 от 11.08.2015. Реклама

Музей-Питербург



Картину «Переход Суворова через Альпы» доставили в корпус Бенуа из Михайловского дворца на специальном валу



Всего на выставке петербуржцы увидят более 120 работ мастера

дала стены Третьяковской галереи. Монументальное полотно приедет в Петербург в ближайшие дни.

В следующем зале будет развёрнута тема Сибири как края героев, там можно будет увидеть картины «По-

корение Сибири Ермаком» и «Меншиков в Берёзове».

Завершится экспозиция картинами Сурикова, которые написаны в позитивном ключе: это «Переход Суворова через Альпы» и «Взятие снежного городка».

Погрузиться в творчество

Ещё одной особенностью выставки стало то, что произведения разместятся таким образом, чтобы их можно было подолгу рассматривать, словно погружаясь в них.

— С Суриковым это особенно важно, — отметил и.о. заместителя генерального директора по научной работе Григорий Голдовский. — Знаете, был в советское время замечательный

специалист, исследователь Сурикова Владимир Кеманов. Как-то я проходил по залу и увидел его сидящим напротив картины «Переход Суворова через Альпы». Где-то через полтора часа я прошёл там снова — он оставался на том же месте и так же внимательно рассматривал детали. И если мы присмотримся к произведениям Василия Сурикова, то увидим, что детализация — это то, что особенно важно для этого мастера. Здесь нет манифестов, броских решений — только внутреннее осознание и понимание сюжета.

1

декабря откроется выставка «Василий Суриков. К 175-летию со дня рождения»



Эскиз «Боярыня Морозова в санях» уже занял своё место в экспозиции

SOKOLOV

ПОЛУЧИТЕ
СЕРЕБРЯНУЮ ПОДВЕСКУ
БЕСПЛАТНО

в магазине
SOKOLOV

Сроки проведения акции: с 21.11.2023 по 31.01.2024. Подарок выдаётся в период с 21.11.2023 по 31.01.2024 в магазине SOKOLOV при предъявлении настоящего сертификата. Выдача денежных средств по данному сертификату не производится. Организатор акции: ООО «СВ Ритейл», ОГРН 1187746709677 от 27.07.2018, ИНН/КПП 7716918034/771601001. Юридический адрес: 129343, г. Москва, проезд Серебрякова, д. 4, стр. 1, офис 31А. Один человек может получить только один подарок по данной акции и не более одного подарка в день в случае одновременного участия в других акциях, проводимых организатором. Информацию об организаторе акции, правилах её проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно получить на сайте https://sokolov.ru/retail/gazeta_spb/ и по телефону 8 800 1000 750.

Найти ближайший магазин sokolov.ru

Горожане оплачивают услуги ЖКХ онлайн

Доля жилищно-коммунальных услуг в потребительских расходах петербуржцев сравнительно невелика. Согласно рейтингу РИА «Новости», она составляет 8,5% (в среднем это 6165 рублей каждый месяц) — 2-е место среди всех регионов страны.

При этом быстро растёт популярность безналичных форм оплаты. В частности, по этому показателю Северная столица является лидером на Северо-Западе, свидетельствуют данные исследования Сбера. С начала года 92% всех платежей за услуги ЖКХ (в общей сложности 74 млрд рублей) происходят онлайн, включая приложение. Это высокий показатель: в Москве он составляет 80%.

Для оплаты услуг большинства поставщиков онлайн сегодня достаточно ввести ИНН организации, все остальные реквизиты и сумма для оплаты «подтянутся» автоматически. Это позволяет сократить время и исключить ошибки, вероятные при ручном вводе. При этом комиссия по платежам ЖКХ через удалённые каналы существенно ниже.

Для «забывчивых» есть специальная услуга — «Автоплатёж». С начала 2023 года,

согласно данным исследования, петербуржцы оплатили таким образом коммуналку более чем на 7 млрд рублей.

Сервисы работают следующим образом: ежемесячно банк при получении счёта от управляющей компании направляет пользователю СМС или пуш-уведомление с суммой платежа, а пользователь в любое время может отменить платёж — достаточно отправить код отмены в ответ на полученное сообщение. Если же клиент согласен, списание происходит на следующий день.

Эксперты прогнозируют рост популярности оплаты ЖКХ через приложение своего банка. Данные Национального агентства финансовых исследований показывают, что доля пользователей мобильного банка в России увеличилась за 5 лет в 2 раза: с 34% в 2018 году до 70% в 2023 году. METRO

9

из 10 петербуржцев предпочитают оплачивать жилищно-коммунальные услуги в электронном виде



Максидом

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ



Стабильная
зарплатная
плата



Повышение
квалификации



Социальный
пакет, ДМС



Бесплатное
обучение

ВАКАНСИИ:

Заполните
анкету
онлайн



- Продавец
- Водитель погрузочной техники
- Кладовщик
- Кассир
- Инженер по эксплуатации зданий и сооружений



+7 (812) 324-55-56



pers@maxidom.ru

Нейросети, кинект, VR: в городе появилась библиотека будущего

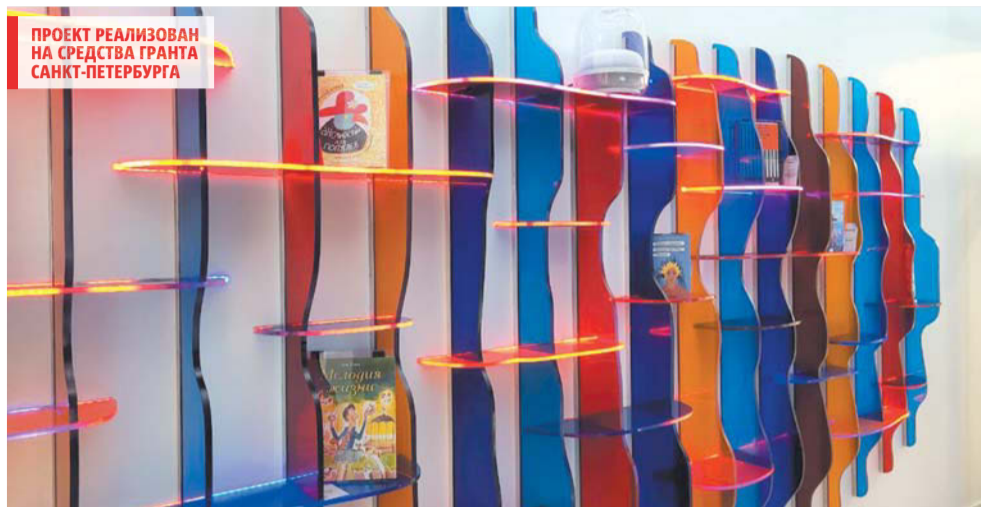
В Петербурге открылся библиотечно-культурный центр «Нота». Возможности этой площадки оценят не только книголюбцы, но и фанаты цифровых технологий



ЮЛИЯ ЖУРАВЛЁВА
yuliya.zhuravleva@metronews.ru

В библиотеке «Нота» найти и почитать книгу петербуржцы смогут без помощи других людей.

– Мы автоматизировали процесс поиска. Человек вводит название книги или автора на сенсорном экране – и ему показывается путь до полки. Маршрут он может распечатать либо посмотреть в дополненной реальности с помощью смартфона, – рассказывает журналисту Metro руководитель нового библиотечно-культурного центра Виктория Курачева.



Музыкальная инсталляция с новинками | ВСЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ БИБЛИОТЕКОЙ

Бирюзовый Пушкин
Цифровизация поиска – лишь вершина огромного мультимедийного айсберга, скрытого в новой петербургской библиотеке. «Нота» – это пространство, где книги идут рука об руку с технологиями. Территория площадки 1200 кв. м. Повсюду здесь можно найти оригинальные инсталляции. Любителей поэзии

ждут в локации «Сад». – Читатели выбирают на экране категорию (к примеру, «Дети пишут», «Андеграунд» или «Современная поэзия»), затем автора, стихотворение – и нейросеть заливает зал цветом, который соответствует настроению данного произведения. Пушкин всегда какого-то бирюзового-голубого радостного цвета,

Пастернак – тяжёлый, с красными вкраплениями, – говорит Виктория Курачева.

Живые стены

Под крышей библиотеки создано 8 локаций и 17 инсталляций. В большом зале применили интерактивную технологию кинект. С появлением посетителя стены в буквальном смысле оживают. – Там три панорамные стены. Когда читатель заходит, на них появляются ли-

тературные цитаты из книг Пушкина, Гоголя, Довлатова. Помимо этого загружаемый контент включает коллажи, связанные с Красногвардейским районом, – в этом году мы отмечаем его 50-летие, – продолжает собеседница Metro.

Высокие технологии помогут читателям изучать иностранные языки в лингафонном кабинете. Кроме того, здесь будет звукозаписывающая студия. Читатели станут свидетелями создания аудиокниг и не только.

– Будем работать с музыкой, мы же «Нота», – делится руководитель культурно-библиотечного пространства.

Музыка советского модернизма

В новом общественном пространстве читатели также смогут познакомиться с литературными новинками. Подача книг сделана в цифровом ключе.

– Наша титульная инсталляция «Настроение ноты» – когда человек подходит к полке, берёт книгу и в холле звучит музыка. Новинки отбирали совместно с издательствами Петербурга. Потом композитор Олег Гудачёв пи-

«Будем работать с музыкой, мы же «Нота».

Виктория Курачева,
руководитель
культурно-библиотечного
пространства

сал для них звук, – рассказывает Виктория Курачева.

Пока на полке 30 новинок, в будущем ассортимент расширится.

– Беру книгу «Ленинград: архитектура советского модернизма, 1955–1991 годы» – звучат произведения, характерные для того времени, – говорит эксперт.

– Насыщенность библиотеки цифровыми технологиями позволит привлечь внимание современников к чтению, – говорит Виктория Курачева. – Та же поэзия – сейчас сложное направление в литературе. Диалогом с нейросетью мы привлекаем внимание к этому направлению молодежи.

БИЛЕТЫ: ALLOSHOW.RU

БИЛЕТЫ на Яндекс Афише

3 ДЕКАБРЯ
ЛЕДОВЫЙ ДВОРЕЦ • 18:00

САКТ-ПЕТЕРБУРГ
ДОРОЖНОЕ
87.5
РАДИО

ЗВЕЗДЫ ДОРОЖНОГО РАДИО

XI НАРОДНАЯ ПРЕМИЯ

ШНАМАН ★ Ф. КИРКОВ ★ Н. БАСКОВ ★ А. ИВАНОВ («РОНДО»)
ЖАСМИН ★ А. МАЛИНИН ★ СЛАВА ★ ДАВРО ★ Ю. САВИЧЕВА
Д. МАЙДАНОВ ★ Ю. ПРОСКУРЯКОВА ★ ЗАРА ★ В. ДОРИН
ЮТА ★ ЧАЙ ВДВОЁМ ★ Т. БУЛАНОВА ★ С. КУРЕНКОВ ★ А. ЦОЙ
и многие другие

ВЕДУЩИЕ – ИЛЛЮЗИОНИСТЫ БРАТЯ САФРОНОВЫ

WWW.DOROGNOE.RU

СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ СМИ № ФС77-61841 ОТ 18.05.2015 Г.
ЛИЦЕНЗИЯ НА ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ РАДИОВЕЩАНИЯ № ЛО33-00114-77/000626420 ОТ 22.11.2022 Г.

РЕКЛАМА



В Петербурге 25 ноября открыли библиотеку будущего



В библиотечно-культурном центре «Нота» книги и технологии идут рука об руку

ГЖА
Городское
Жилищное
Агентство

ПОКУПКА, ПРОДАЖА,
ОБМЕН ЖИЛЬЯ

380-14-80

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
НА НАШИ КАНАЛЫ

gazetametro_spb
metro_online

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД НА ДОМ

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
ТопФон
www.topfone.ru

М Адмиралтейская
Малая Морская, 19

АКЦИЯ!
ШВЕЙЦАРСКИЕ
АППАРАТЫ
15 тыс. руб.

- Восстановим потерю слуха!*
- Избавим от шума в ушах!*
- Вернём разборчивость речи!*
- Батарейки бесплатно!

317-03-03, +7 911-119-02-00 Без выходных с 10 до 20 часов

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

*При соблюдении рекомендаций врача. ООО «Юлиця», 190000, г. Санкт-Петербург, Малая Морская ул. 19, офис 73; ОГРН 1147847180777
Срок акции — до 15.12.23 г. Подробности акции по телефонам.

Петербуржцы рисуют свою мечту на новогодних открытках Metro

Газета Metro объявляет
новый конкурс
«Пусть сбываются мечты!»

Новый год для каждого из нас – это всегда надежда на что-то хорошее и светлое. Это мечты о счастье и ожидание, что наступающий год обязательно будет лучше предыдущего, а все беды и разочарования останутся в прошлом. Именно в канун этого праздника хочется верить, что все наши сокровенные желания обязательно сбудутся. Давайте попробуем помечтать вместе. Примите участие в новогоднем конкурсе от газеты Metro «Пусть сбываются мечты!».

Для этого:

1. Нарисуйте эскиз своей будущей открытки в прикрепленном шаблоне.
2. Сфотографируйте и пришлите на адрес konkurs@metronews.ru с пометкой «Новый год».
3. 18 декабря мы подведем итоги и выберем троих победителей, чьи эскизы станут настоящими новогодними открытками.
4. Дайте волю своей фантазии и нарисуйте мечты, которые обязательно сбудутся в новом году, ведь это праздник волшебства и доброты!

Ближе к Новому году в «Севкабель Порту» откроется «Зимняя почта» – альтернатива скучным синим ящикам. Именно здесь можно будет взять бесплатно одну из наших открыток-победительниц, купить марку и отправить подарочную открытку старому другу или новому знакомому.

Место для творчества →

СБЫВАЙСЯ, МЕЧТА, БОЛЬШАЯ И МАЛЕНЬКАЯ!



Вот такую милую открытку нарисовала наша читательница. Попробуйте и вы свои силы! | ГАЛИНА БОРЗОВА

ДЕМИДОВА НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ РОССИЯ

ПО РЕШЕНИЮ ПРЕЗИДЕНТА

НА ФОТО СЕМЬЯ АВТОЛЮБЫ Г. МОСКВА

БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ КАК БОЛЬШАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

Для развития нужна поддержка

0+

БЕСПЛАТНОЕ

ОБСЛЕДОВАНИЕ!!!

ДЛЯ ГРАЖДАН РФ

МС-Клиника, ЛО-78-01-010808

⊕ **УЗИ сосудов шеи**

⊕ **УЗИ вен нижних конечностей**

Для записи позвоните по телефону: **8(963)343-64-11**

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

***БЕСПЛАТНО ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ КУПОНА**

ОДНА ИЗ СИЛЬНЕЙШИХ ЯСНОВИДЯЩИХ

ПЕТЕРБУРГСКАЯ ДАРЬЯ

- Снятие сглаза, порчи, родовых проклятий, наговоров
- Мощественная коррекция ауры, очищение кармы
- Защита от завистников и недоброжелателей
- Защита детей от влияния улицы, плохих компаний и вредных привычек
- Спасение семьи от развода
- Семейная привязка
- Обряды на скорый брак, избавление от одиночества
- Около 300 обрядов только для мужчин
- Устранение вредных привычек
- Денежные обряды и ритуалы
- Помощь в решении сложных вопросов
- Помощь в восстановлении и увеличении жизненной энергии
- Отворот соперников/соперниц
- Возврат любимого/любимой

БОЛЕЕ 700 ОБРЯДОВ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ЛЮБЫХ ПРОБЛЕМ

ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

+7-964-342-74-84 679-74-84

ПАНСИОНАТ ВОСТОК

70 км от Санкт-Петербурга на берегу Финского залива

СКИДКА до 30%*

НА ПУТЕВКИ С ЛЕЧЕНИЕМ И НА ОТДЫХ

с 15 сентября по 27 декабря 2023 года

ОТКРЫТО БРОНИРОВАНИЕ НА НОВЫЙ ГОД И ЗИМНИЕ КАНИКУЛЫ

- более 10 медицинских программ,
- большая живописная территория,
- трехразовое питание,
- бассейн,
- 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) 704-86-54

*Скидка 30% предоставляется при оплате путевки продолжительностью от 7 дней за 60 дней и более
*Скидка 25% предоставляется при оплате путевки продолжительностью от 7 дней за 45 дней и более
*Скидка 20% предоставляется при оплате путевки продолжительностью от 7 дней за 30 дней и более
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

Наш адрес:
2-я линия В.О., 37,
офис 112

АВТОБУСНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ И ЛЕНОБЛАСТИ

02.12 НЕИЗВЕСТНАЯ СТРЕЛЬНА NEW!	10.12 ДЕРЕВЯННАЯ АРХИТЕКТУРА СПБ (ч.1)
18-24.12 АДЫГЕЯ. ЗИМА НЕ ЗА ГОРАМИ	16.12 ОТ СМОЛЬНОГО ДО БОГОСЛОВКИ ХИТ!
03.12 БРЮЛЛОВЫ В ПАВЛОВСКЕ ХИТ!	17.12 ЗИМНИЙ СЕЗОН В СИВЕРСКОЙ ХИТ!
09.12 ЧУДОВО: В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО ХИТ!	17.12 НОВОГОДНИЙ РЕТРО-ТРАМВАЙ
09.12 «ТО, ЧТО ДОКТОР ПРОПИСАЛ» NEW!	23.12 ЗИМНЯЯ ВЫРИЦА: ГОРОД-САД ХИТ!
10.12 ЗОЛОТАЯ РИЗА ПЕТЕРБУРГА (ч.8)	24.12 ВДОЛЬ ИЖОРЫ НА РЫБНУЮ ФЕРМУ ХИТ!

НОВЫЕ ПЕШЕХОДНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ

30.11 ВСЕЛЕННАЯ ТИШИНЫ NEW!	16.12 ОТЕЛЬ «СОНИЯ» И ОКРЕСТНОСТИ NEW!
06.12 «МОРЕ ЧАЯ» И ДЕГУСТАЦИЯ ХИТ!	16.12 ЕКАТЕРИНСКОЕ СОБРАНИЕ
12.12 ИМЯ ПУШКИНСКОГО ДОМА...	17.12 КУШАТЬ ПОДАНО! (Метрополь)

ТУРЫ ПО РОССИИ

15-17.12 ГЖЕЛЬ И ДРУГИЕ РАДОСТИ ХИТ!	03-05.01 ЗВЕНИГОРОД-ИСТРА-ВОЛОКОЛАМСК
18-24.12 АДЫГЕЯ. ЗИМА НЕ ЗА ГОРАМИ	04-07.01 ЗИМНЕЕ СИЯНИЕ СЕВЕРА (Мурманск) →
с 30.12 НОВОГОДНИЕ ЧУДЕСА КАВКАЗА →	06-07.01 НОВОГОРОДСКОЕ РОЖДЕСТВО ХИТ!
02-07.01 РОЖДЕСТВО В КАЛИНИНГРАДЕ →	06-07.01 РОЖДЕСТВО В ПУШКИНСКИХ ГОРАХ ХИТ!
03-06.01 ЗИМНЯЯ КРАСАВИЦА КОМИ NEW! →	с 26.01 ЛЕДЯНОЙ МИР НА ОЗЕРЕ БАЙКАЛ →
03-04.01 ЗИМНИЕ УЗОРЫ ВАЛДАЙСКОГО КРАЯ	04-11.03 СНЕЖНАЯ КАМЧАТКА →

NEW - новый. ООО «АП «ЭКЛЕКТИКА», ОГРН 1127847341159

6+

Где и за сколько можно научиться кататься на коньках в Петербурге

Если вы или ваш ребёнок только-только начинаете вставать на коньки, вот список катков, где проводят уроки для начинающих. И где, что немаловажно, всегда в наличии «помощники фигуриста»



ЕВГЕНИЯ ЕЛИСЕЕВА
evgeniya.eliseeva@metronews.ru

Каток у Флагштока

Самый большой каток в Санкт-Петербурге – на берегу Финского залива у метро «Зенит». Обязательное условие – наличие шлема у детей до 14 лет. В определённые часы, как правило, утром, можно попасть на бесплатные мастер-классы от тренеров для новичков. Они покажут базовые элементы фигурного катания, объяснят технику. Можно заказать и персональное занятие с инструктором. Предварительное бронирование не требуется.

Стоимость персонального занятия: 1500 руб. в час.
Где: Южная дорога, 28

«Каток у моря»

в «Севкабель Порту»

Ещё один каток с видом на Финский залив, но уже на Васильевском острове. Мастер-классы бесплатные, регистрация не нужна – требуется только входной билет. Индивидуальных занятий с тренером не предусмотрено, но с понедельника по пятницу в 11 утра проводятся утренние мастер-классы для фигуристов-новичков всех



Центральный каток в «Гостином Дворе» откроется 1 декабря | ФОТО АВТОРА



На катке в «Севкабеле» проводят мастер-классы для новичков | ФОТО: «СЕВКАБЕЛЬ ПОРТ»



Большой каток на Елагином откроется в первый день зимы | ФОТО АВТОРА

возрастов.

Где: «Севкабель Порт», Кожевенная линия, 40

Каток в Новой Голландии

Красивейший каток в центре города, вокруг ледового поля оборудована зона отдыха с уличными обогревателями, есть скамейки для переобу-

вания и камера хранения.

Индивидуальных занятий с тренером нет, но на катке работают аниматоры – и в незагруженные часы они могут показать несколько элементов. Но, конечно, это не будет полноценной тренировки.

Где: остров Новая Голландия

Центральный каток «Двор Гостинки»

Небольшой, но уютный каток во внутреннем дворе «Гостиного Двора» (откроется 1 декабря). Рядом множество фуд-траков с едой, зоны отдыха и фотозоны, часто ор-

ганизовывают развлечения и мероприятия. На самом катке есть тёплая раздевалка с камерами хранения и, конечно, «помощники фигуриста» (ворота).

Весь сезон на катке будут проходить бесплатные мастер-классы с профессиональными инструкторами, анонсы. О персональном занятии можно договориться с инструктором на месте.

Где: Невский пр., 35 / Садовая ул., 17

Лесной каток в «Охта Парке»

Просторный открытый каток в сосновом лесу с извилистыми ледовыми дорожками, удобная зона отдыха, множество уличных кафе и фотозон. Для тех, кто неуверенно стоит на коньках, есть «помощники фигуриста» и большая учебная зона с бортиками для начинающих.

Есть уроки и мастер-классы по фигурному катанию для детей и взрослых любителей (как групповые, так и индивидуальные), площадка для проведения бесплатных обучающих мастер-классов.

Стоимость урока с тренером: от 2500 руб. в час.

Где: Всеволожский р-н, дер. Мистолово, ул. Людмилы Кедровой

Большой каток на Елагином острове

1 декабря на Елагином острове откроется Большой каток. Площадь ледового поля 4 тыс. «квадратов» – дополнительный плюс для новичка. В наличии тренажёры для катания и защитные комплекты для начинающих фигуристов. А после катания обязательно вознаградите себя ароматными пышками и чаем.

Где: ЦПКиО им. Кирова

ЕЩЁ ВАРИАНТЫ

В Петербурге множество частных секций и школ фигурного катания в разных районах города. Первое занятие, как правило, везде бесплатное и ни к чему не обязывает. Затем можно купить абонемент на любое количество тренировок.

Также на сервисах вроде «Авито» и YouDo много инструкторов предлагают услуги по обучению азам фигурного катания с нуля. Цены за индивидуальное занятие начинаются от 700 руб. Наняв тренера, можно пойти на удобный для вас каток.

Районные катки:

- Конькобежный стадион им. Шилкова (ул. Демьяна Бедного, 19). По будням, выходным и праздничным дням проходят массовые катания на коньках, проводятся индивидуальные и групповые занятия для детей и взрослых. Стоимость занятия с тренером: 1500 руб.
- Ice Park в ТРК «Балкания Nova» (Балканская пл., 5). Неопытным конькобежцам выдают «помощника фигуриста», об этом нужно предупредить на кассе. Можно воспользоваться услугами тренера по обучению фигурному катанию. Предлагаются занятия как в группе, так и индивидуальные. Стоимость занятия с тренером: 1500 руб. в час.
- Стадион «Шанс Арена» (ул. Грибалёвой, 9). В наличии – бесплатный ассистент фигуриста для взрослых и детей, музыкальное сопровождение, прокат коньков и защитной экипировки. Новичкам тренеры помогут встать на коньки, расскажут и покажут принципы скольжения по льду. Стоимость урока с тренером: 2500 руб. в час.



| ФОТО АВТОРА

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 **ЭКОНОМНОГО** до **ЭЛИТНОГО**.
 Мелкий ремонт по дому. Комплексный ремонт «под ключ» и отдельно по помещениям:
КОМНАТА, ТУАЛЕТ, ВАННАЯ, КОРИДОР, КУХНЯ

БЕСПЛАТНО
БИЛЕТ НА КОНЦЕРТ
Т. Булановой, И. Корнелюка и С. Рогожина 17.12.23

Успейте заказать любой ремонт до 17.12.23 и получите билет в подарок.

- ★ Ремонт на дому – Холодильников, Стиральных машин, ТВ, ремонт и реставрация пластиковых окон; электрики и сантехники; реставрация ванн, мастер на час, перетяжка мягкой мебели, отделочные работы и ремонт квартир.
- ★ Ремонт в мастерских – мелкой бытовой техники, бензо- и электроинструмента.

Если Вы уже клиент Ленремонта – звоните 344-44-44 и получите Ваш бесплатный билет.

ЛЕНРЕМОНТ КРУГЛОСУТОЧНО, БЕЗ ВЫХОДНЫХ **344-44-44**

Информация об организаторе акции, правилах её проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по телефону 344-44-44.

Антра 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

ПОТОМСТВЕННАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ, ЭКСТРАСЕНС
 Надежда владеет секретами белой магии, помогает народными средствами, молитвами. Ведёт приём более 30 лет.

Она с детства знала молитвы, жила с бабушкой, которая помогала людям. Её двери всегда открыты для людей. Доброе лицо, таинственный взгляд... Вас встретят, помогут, посоветуют, установят защиту. В Надежде кроется великая тайна, поразительный магнетический дар с удивительной мощной энергетикой, которая чувствуется на расстоянии. Меняет судьбы и жизни людей. Надежда проводит сеансы улучшения и сохранения состояния. Мощное биополе Надежды поможет восстановить ваши силы. Дает советы при разных недугах и зависимостях.

Надежда – участник международных конгрессов и форумов. Она удостоена высшей награды «Звезда Магистра». Ей присуждён Золотой Знак Элиты.

БОЖИЙ ДАР. ЗНАЕТ. УМЕЕТ. ПОМОЖЕТ.
 Убирает самые опасные порчи, сглаз, необъяснимый страх, душевные травмы (смертные, родовые проклятия – отливание воском, обкалывание), убирает венец безбрачия, одиночество, семейные проблемы, вносит стабильность в семью. Устанавливает обряд на богатство, карьеру, работу, открытие денежного канала.
 Гадает на картах, работает с фотографией. Вы откроете окно, о котором мечтаете. Использует старинную магию от неполадок со здоровьем, стресса (страхов), плохого сна.

Если у вас тревоги и невзгоды, вам помогут в «Центре Надежды». Расстояние для энергии не существует! Любой человек имеет право быть счастливым! Работает лично и дистанционно.

Телефоны Надежды:
 8-920-632-00-60,
 8-910-633-14-04
 Приём по записи, звонить с 8.00 до 20.00

1. В каком месте родился Наполеон?

- a) Аяччо
- b) Париж
- c) Прованс

2. Каким было его полное имя?

- a) Наполеон Бонапарт
- b) Наполеон де Буанопарт
- c) Наполеон Карло Бонапарт

3. Какого происхождения была его семья?

- a) Итальянцы
- b) Испанцы
- c) Португальцы

4. В каком событии он впервые проявил себя как военачальник?

- a) Столетняя война
- b) Французская революция
- c) Первая мировая война

5. Как он впервые пришёл к власти?

- a) В результате госпереворота
- b) В результате выборов
- c) По наследству

6. Кто провозгласил его императором Франции?

- a) Парламент
- b) Он сам
- c) Народ Франции

7. В какую африканскую страну он совершил поход?

- a) Марокко
- b) Египет
- c) Кения



8. Какой фобией он страдал?

- a) Боязнь крови
- b) Боязнь высоты
- c) Боязнь кошек

9. Какой головной убор прославил Наполеона?

- a) Пилеолус
- b) Двурогая шляпа
- c) Пикельхельм

10. Где умер Наполеон?

- a) Остров Св. Елены
- b) Париж
- c) Рим



Как хорошо вы знаете Наполеона?

В мировой прокат вышел фильм культового режиссёра Ридли Скотта «Наполеон». Роль французского императора исполнил Хоакин Феникс. В честь премьеры мы решили проверить ваши знания об этом историческом персонаже

METRO

Результаты

0–5 правильных ответов

Похоже, что вы почти ничего не знаете о Наполеоне.

6–8 правильных ответов

Хорошие знания! Вы неплохой знаток жизни французского императора.

9–10 правильных ответов

Блестяще! Вы настоящий ценитель Наполеона. Это не вы купили его шляпу?

VOICES

WWW.METRO

Напишите нам, за что вы любите город на Неве. Ждём ваши тексты (не более 70 знаков) и фото в хорошем качестве на адрес: KONKURS@METRONEWS.RU с пометкой «Любимый город».

«Люблю Петербург за вдохновение: здесь в центре каждый дом с историей, каждая улица пережила невообразимые события. А ещё за меланхолические реки и каналы, которым, кажется, нет конца и края».

Ирина, журналист Metro



В «Академии талантов» пройдет награждение победителей Национального чемпионата «Абилимпикс»-2023 из Санкт-Петербурга.

1 декабря, накануне Международного дня инвалидов, в Санкт-Петербурге состоится церемония награждения победителей Национального чемпионата 2023 года по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» президентской платформы «Россия – страна возможностей», реализуемого в рамках национального проекта «Образование».

Мероприятие состоится в ГБОУ «Академия талантов» с участием почетных гостей.

В день награждения участникам и их наставникам будут вручены сертификаты на денежные премии, утвержденные постановлением Правительства Санкт-Петербурга, как победителям и призерам национальных и международных чемпионатов «Абилимпикс», а также памятные подарки. Поми-

мо этого, некоторые члены команды Санкт-Петербурга будут отмечены благодарностями за их вклад в развитие движения «Абилимпикс» в регионе.

Национальный чемпионат «Абилимпикс»-2023 проходил с 20 по 23 октября в Москве в выставочном центре «Гостинный Двор» и на 6 дополнительных площадках в колледжах столицы. В мероприятии принимали участие более 750 конкурсантов из 77 субъектов Российской Федерации, соревнования проводились по 49 компетенциям. Из Санкт-Петербурга в числе победителей Национального чемпионата по основным компетенциям – 18 человек, которые получили 4 золотых, 8 серебряных и 6 бронзовых медалей, а также 3 конкурсанта в презентационных компетенциях, завоевавшие 2 серебряных и 1 бронзовую медаль.

КОНКУРС

ИЩЕМ ЛУЧШИЙ ПАНК-ЛУК

ДРУЗЬЯ, в Петербурге открылась выставка «Панк-культура. Король и Шут», и Metro продолжает конкурс «панк-лук». Найдите свои архивные фотографии в панковском прикиде или экспериментируйте прямо сейчас: составьте свежий бунтарский образ, подпишите строчкой из любимой песни и пришлите нам на адрес konkurs@metronews.ru. Лучшие снимки будут размещены на доске объявлений при входе на экспозицию в «Севкабель Порту». А трое самых экстравагантных получат по два билета в подарок. Всем удачи, панкам – хой!



«Чрез тёмные тоннели душу мою мчат. Истерзанные болью, грешники кричат. По адскому чистилищу лететь мне далеко... На чёртову работу я ехал на метро!» («Гвоздождь», песня «Метро»). Роман, читатель Metro

ХОРОШИЕ НОВОСТИ



Metro запускает проект «Хорошими новостями надо делиться». Если вы стали свидетелем какого-то позитивного изменения в городе, то обязательно сообщайте нам! Это может быть новая клумба под окнами вашего дома, установка каруселей во дворе, открытие школы или дорожка, которую, наконец, отремонтировали. Можно и нужно рассказывать о новых культурных событиях в Петербурге, необычных общественных пространствах, уютных местах.

Чтобы стать участником проекта, нужно:

Шаг 1. Сфотографировать объект.

Шаг 2. Передать фото и описание нам в редакцию через сайт (можно перейти по QR-коду).

Самые интересные новости мы обязательно опубликуем. Заявки принимаются до конца декабря 2023 года.

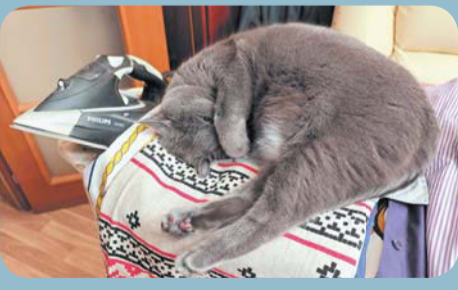


КОНКУРС

«БЕЗ ЗАДНИХ ЛАП»



ДРУЗЬЯ, конкурс «Без задних лап» продолжается! Пришлите фото ваших спящих питомцев на почту konkurs@metronews.ru и следите за ними в нашем телеграм-канале! Каждый день мы выкладываем фото самого милого спящего усатого-полосатого! Переходите по ссылке и смотрите, вдруг ваш питомец уже стал котиком дня!



«Кто сказал, что гладильная доска – только для футболок, рубашек и брюк? Для Жушки это идеальное спальное место. Зимой тёплый уют – вместо печки. Не беспокойте меня!» – хозяйин Александр.



ЕЛЕНА КОЛЯДИНА

ЖУРНАЛИСТ, ПИСАТЕЛЬ,
ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР

СТАРИК И ЗУБЫ

Многие СМИ перепостили заметку под названием «Социальный фонд России не смог найти фотографии счастливых российских пенсионеров для своего сайта». Суть статьи: на фото на сайте СФР на самом деле не российские пожилые люди, а граждане других государств.

Факт подан как курьёзный, но с оттенком «то ли плакать, то ли смеяться».

«Пенсионный фонд России давно использует изображения пенсионеров, взятые из западных баз тематических постановочных фотографий – фотостоков, таких как Shutterstock, Depositphotos и другие. Теперь аналогичным образом поступает СФР».

Источник фотопортретов как бы «российских пенсионеров» – это специализированные телеграм-боты, которые через поиск по лицам выдают ссылки на профили соцсетей, откуда взяты иллюстрации, или на биржи бесплатных фотографий.

Действительно, для оформления сайтов, связанных с предоставлением услуг пожилым людям, дизайнеры очень часто используют фотографии улыбающихся пенсионеров из «недружественных стран». А что вы предлагаете? Какие есть идеи?

Итак, вы дизайнер. Наберите в поисковике «российские пенсионеры фото» и полюбуйтесь на открывшиеся картинки – эти люди могут встречать посетителей сайта СФР? Почему они все считают копейки, толпятся в поликлиниках, копают картошку?

Хорошо, дизайнер идёт другим путём и ищет фото состоятельных пенсионеров России. А теперь представьте удивление посетителей сайта СФР, которых встретят фото Аллы Борисовны или Леонида Аркадьевича. Ну, блин, скажут российские пенсионеры, нашли кого размещать!

Дизайнер тоже понимает, что это не вариант, и пытается срочно организовать фотосъёмку обычных российских пенсионеров – ведь многие из нас (а я пенсионерка) ведут активный образ жизни, ездят в путешествия выходного дня и чешут с палками по паркам. И тут фотографа ждёт облом – у всех наших пенсионеров проблемы с зубами!

– Улыбочку! – командует мне фотограф, а у меня сверху слева «шестёрки» нет. Украшу я сайт СФР? То-то и оно...

Обратите внимание на разные ток-шоу по телевизору – какие ужасные зубы, если они вообще есть, у наших людей старшего возраста! Что ж вы зубами не занимаетесь, скажете вы. Почему, я занимаюсь! Я год ставила два импланта – отдала 200 тысяч рублей! Муж за четыре «новых» зуба отдал почти 600 тысяч! Так сказать, всё, что нажито. Нет, можно, конечно, с вечера занять очередь в череповецкую муниципальную стоматологическую поликлинику – но там в регистратуре периодически случаются потасовки, причём такие, что вызывают полицию. Я, извините, не хочу последних зубов лишиться в драке с более крепкими пенсионерами. Так что не нужно стрелять в дизайнера сайта СФР – он ставит фото как умеет и из того, что есть в наличии.

Мнение автора может не совпадать с мнением редакции.

metro

16+

Газета Metro [Metro]
Санкт-Петербург
№91 (4708)
Генеральный директор
Наталья Брагинская

• Главный редактор
Сирота А. Л.
• Арт-директор
Константин Лебедин
• Руководитель отдела рекламы
Вера Гриднева
• Редактор номера
Евгения Елисева

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.

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 «Типография КомПресс-Москва»
141407, МО, г. Химки, Нагорное ш., д. 2,
корп. 9, пом. А.
Заказ № 6726

Время подписания в печать:
по графику – 24.11.2023, 20.00
фактическое – 24.11.2023, 20.00
Т. 150 000. Распространяется бесплатно

Отделка победила: ремонт уже не в фаворе

В Петербурге с каждым годом всё большая доля квартир в новостройках сдаётся с отделкой.

Причина здесь, как отмечают эксперты, достаточно банальная – рост цен на жильё



НИНА ПЕТРОВА
gorod@metronews.ru

Какая может быть связь между предпочтением отделки при покупке нового жилья и стремительным подорожанием квадратного метра в последние годы? Как оказалось, прямая. По словам Евгения Ортина, маркетолога-аналитика СРО А «Объединение строителей СПб», отделку попросту закрывают за счёт ипотеки, чтобы не брать более дорогие потребительские кредиты на ремонт.

– Более 80% сделок проходит с привлечением заёмных средств. То есть даже для чувствительных к цене покупателей сегмента масс-маркет приобретение полностью готовой квартиры с возможностью её оплаты долями видится более целесообразным, а порой и безальтернативным вариантом, чем покупка жилья без отделки, – рассказывает эксперт.

В итоге сегодня примерно три четверти предложений на рынке новостроек Санкт-

Петербурга составляют квартиры с отделкой, приводит статистику Евгений Ортин. Ещё пять лет назад показатель не превышал половину.

Отделку – в массы!

Как отмечает Ян Фельдман, директор по маркетингу ГК «Ленстройтрест», полная отделка – это характеристика масс-маркета.

– В более дорогих категориях недвижимости покупатели отдают предпочтение предчистовой отделке или покупке квартиры без неё. Хотя в последние несколько лет интерес к жилью с готовым ремонтом вырос и в сегменте бизнес-класса, и в элитке, – говорит Ян Фельдман.

Помимо включения стоимости отделки в ипотеку у такого варианта есть очевидные преимущества. В частности, возможность сразу въехать в новую квартиру и не ждать проведения полноценного ремонта.

Кроме того, со временем и качество отделки растёт, девелоперы реагируют на запросы покупателей, говорит

Анжелика Альшаева, генеральный директор Агентства недвижимости «КВС»:

– В частности, межкомнатные двери становятся качественнее и дороже, плитка и ламинат – более износостойкими. Также мы постоянно улучшаем отделку холлов и лифтов. Так, в местах общего пользования мы монтируем стильные реечные потолки, а стены украшаем декоративными панно из оргстекла.

За отделкой – мебель!

Эксперты прогнозируют в дальнейшем рост спроса на опцию «квартира + отделка + меблировка». Пока, по словам Яна Фельдмана, доля такого жилья невелика – 5–7%, но в последние несколько лет девелоперы активно развивают сотрудничество с российскими мебельщиками и запускают свои сервисы по меблировке квартир.

– Стоимость готовых решений по меблировке по желанию клиента также может быть включена в ипотеку и предусмотрен вариант оформления опции в расрочку, – объясняет эксперт.

Наиболее востребована у клиентов частичная меблировка – обустройство кухни с установкой бытовой техники. На второй позиции опция по оснащению квартиры основным комплектом мебели для спальни. Ком-



Жильё с ремонтом – это стиль и возможность въехать сразу | **ВСЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ГК «ЛЕНСТРОЙТРЕСТ»**

плект полной меблировки, нередко включая посуду и текстиль, обычно интересен покупателям, которые планируют сдавать жильё в аренду.

Чаще всего меблировку приобретают для однокомнатных квартир, продолжает тему Анжелика Альшаева:

– Также данной опцией активно пользуются покупатели из регионов. Типичный портрет клиента – иногородняя семейная пара, которая приобрела жильё в Петербурге для ребёнка-студента.



На месте «Ленэкспо» построят жильё и храм

Согласно проекту, который на днях обсуждали на Градсовете, на территории бывшего «Ленэкспо» построят жильё, обустроят общедоступные набережную и бульвар. А также воссоздадут некоторые исторические объекты



ЕВГЕНИЯ ЕЛИСЕЕВА
evgeniya.eliseeva@metronews.ru

Обсуждение застройки бывшей территории «Ленэкспо» идёт уже не первый год – с тех самых пор, как его функции взял на себя выставочный комплекс «Экспофорум». Это уже третья концепция проекта, её разработала архитектурная компания «Евгений Герасимов и партнёры».

Проект предполагает появление тут многофункционального жилого комплек-



Проектом предусмотрено благоустройство общественного пространства у воды | **ВСЕ ФОТО: АВТОРЫ ПРОЕКТА**

са, его основные объекты – несколько жилых домов, апарт-отель, начальная школа на 210 учащихся, детский сад и церковь.

– В этом месте Васильевского острова застройка очень неоднородная. И мы предложили сделать проект разным по архитектуре. Он малоэтажный – вдоль Наличной улицы предполагается застройка в 6–7 этажей, – рассказал Metro Евгений Герасимов, архитектор, глава компании – автора проекта.

Согласно проекту, Средний проспект получит своё продолжение, пересечёт Наличную и выйдет к воде. Получится пешеходный бульвар, он будет доступен всем жителям острова, как и набережная, подчёркивают авторы проекта. Там планируются лодочная станция, детская площадка, площадка для выгула собак. Будут высажены высокоствольные деревья и кустарники, появятся лавочки с видом на воду, прокат спортивного инвентаря.



Башня со шпилем была символом «Ленэкспо», её воссоздадут

Исторические объекты воссоздадут

Обещают воссоздать утраченные исторические объекты. Во-первых, это визитная карточка «Ленэкспо» – жёлто-белый дом с башенкой и шпилем работы Давида Бурыйкина, снесённый в прошлом году.

– Он стоял под случайным углом, и сейчас уже нужно его построить не абы как, а по-петербургски – параллельно Наличной. Башня будет замыкать собой перспективу

Среднегаванского проспекта. Я считаю, это будет удачное решение, – говорит Герасимов.

Воссоздадут и церковь Святой Троицы, её снесли ещё в конце 20-х годов прошлого века. Изначально она стояла там, где сейчас проходит Наличная улица, поэтому построена церковь будет чуть западнее.

Очень тревожила всех василеостровцев судьба памятника «Торпедный катер «Комсомолец» (ТК-23)», расположенного в «Ленэкспо» у самой воды. Авторы проекта обещают оставить его на прежнем месте и обустроить территорию вокруг него. Там поставят лавочки и создадут пространство для проведения патриотических мероприятий.

Члены Градостроительного совета в целом положительно оценили концепцию, но звучали и сомнения: например, не появятся ли на этой территории заборы и будут ли общедоступные бульвары и зоны отдыха такими уж доступными для нерезидентов новостроек, так как

«Воссоздание исторических объектов – спорная практика. Но, конечно, решение в таких сложных вопросах всегда за профильными городскими властями».

Александр Стругач, архитектор, консультант по инфраструктурным проектам

прогулочная зона недостаточно чётко отделена от жилых домов.

Градсовет проголосует: поддержать проект, отклонить или отправить на доработку. Результаты голосования станут известны позднее.

МЯСОПЕРЕРАБАТЫВАЮЩЕЕ ПРЕДПРИЯТИЕ «АНКОМ» ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

КОМПЛЕКТОВЩИКОВ · УПАКОВЩИКОВ
ФОРМОВЩИКОВ КОЛБАСНЫХ ИЗДЕЛИЙ
УБОРЩИКОВ · ТРАНСПОРТИРОВЩИКОВ
РАБОЧИЕ СТРОИТЕЛЬНЫХ ПРОФЕССИЙ

РАССМОТРИМ ГРАЖДАН РФ И СНГ, В ТОМ ЧИСЛЕ С ОПЫТОМ И БЕЗ ОПЫТА!
НАШИ ПРЕИМУЩЕСТВА:

- ОФИЦИАЛЬНОЕ ОФОРМЛЕНИЕ • ДОСТОЙНЫЙ ЗАРАБОТОК
- ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ

ПОДБОР ПЕРСОНАЛА: ПН-ПТ, С 10:00 ДО 17:00
ТЕЛ. 677-45-88 ДОБ.191; WhatsApp: +7-931-333-31-43
СТ. М. «ЕЛИЗАРОВСКАЯ», ПР. ОБУХОВСКОЙ ОБОРОНЫ, 119Б

ТРЕБУЮТСЯ

СОТРУДНИЦЫ(КИ)
Для уборки служебных помещений театра.

График сменный:
с 7:00 до 13:00, с 13:00 до 21:00.
Шесть дней в неделю,
выходной «плавающий».
Оформление по ТК.
З/п 25 000-55 000 рублей.
Работа в центре города.

Запись на собеседование
с 9:00 до 17:00
Тел. раб. 8(911)-902-01-40,
8(911)-273-21-55

На теплый склад требуются

КОМПЛЕКТОВЩИК
УПАКОВЩИК
ГРУЗЧИК

Без опыта работы
Зарплата
от 60 000 руб/мес.
График: 7/0, 6/1, 5/2
с 8:00 до 20:00
день/ночь

м. ПАРНАС
8 800 201-58-57

Работа в вашем районе

Картонажное производство

НАБИРАЕТ РАБОЧИХ

- обучение
- оплата еженедельно
- возможно оформление по трудовой или договору
- возможно предоставление общежития бесплатно
- гибкий график - как вам удобно
- работа в теплых и светлых цехах
- работа с клеєм и бумагой
- бесплатный автобус до метро

МУЖЧИНЫ, ЖЕНЩИНЫ И ПОДРОСТКИ
- ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

ОФОРМЛЕНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ С РЕГИСТРАЦИЕЙ ДЛЯ МИГРАНТОВ - БЕСПЛАТНО!

Адрес: ул. Химиков, д. 28
Городской: 981-85-85
Мобильный: 8-904-631-85-85

Группа компаний «Ветераны спецслужб»

НАБИРАЕТ

ОХРАННИКОВ

4-6 разряда

ЗП от 2400 до 3200 рублей /смена

+7 900 650 02 02

ДЛЯ УБОРКИ ПОМЕЩЕНИЙ, ТЕРРИТОРИИ МФК «ЛАХТА ЦЕНТР» ТРЕБУЮТСЯ

Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 3 ч., 07.00 -10.00	Оклад 27300 - 30300 руб.
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 4 ч., 18.00 -22.00	Оклад 27300 - 30300 руб.
Уборщик(-ца) помещений График: 2/2, по 12 ч., 07.00 -19.00	Оклад 43400 - 46400 руб.
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 07.00 -16.00 или 09.00 -18.00	Оклад 43400 - 46400 руб.
Уборщик(-ца) кофемумов График: 5/2, по 12 ч., 07.00 -19.00	Оклад 62000 - 65000 руб.
Уборщик(-ца) помещений вых. дня График: 2/5, по 8 ч., 09.00 -18.00	Оклад 27300 - 30300 руб.
Техник-уборщик График: 5/2, по 8 ч., 07.00 -16.00 или 09.00 - 18.00	Оклад 59500 - 62500 руб.
Оператор поломочной машины График: 2/2, по 12 ч., 07.00 -19.00	Оклад 59500 - 62500 руб.
Оператор поломочной машины (уборка в ночное время) График: 2/2, по 12 ч., 20.00 -08.00	Оклад 67000 - 70000 руб.
Тракторист График: 5/2, по 8 ч., 07.00 -16.00	Оклад от 79750 руб.
Уборщик территории График: 5/2, по 8 ч., 09.00 -18.00 (возможен гибкий график)	Оклад от 62500 руб.
Менеджер по клинингу График: 5/2, по 8 ч., 08.00 -17.00	Оклад от 75000 руб.

- Развозка от метро ст. м. Беговая
- Доплата за выполнение доп. работ
- Оплата сверхурочных работ
- Премии по итогам работы за полугодие
- Официальное трудоустройство
- Белая заработная плата
- Выплата з/п на банковскую карту

СПб, ст. м. Беговая, Ласкинский пр., д. 2, к.3
8 904 513-20-60

В типографию требуется

ОПЕРАТОР
ДЛЯ РАБОТЫ
НА
ОБОРУДОВАНИИ

График 5/2
Оплата от 50 000 руб. на руки
Оформление по ТК
Возможно обучение
10 мин. пешком от м. «Нарвская»
+7 (911) 178 5075

ВОДИТЕЛЬ
КАТЕГОРИИ «Е»

Перевозка грузов
в собственных контейнерах
по маршруту
Санкт-Петербург – Москва.
Зарплата 170 000 руб.
Есть пропуск для движения
по Москве и Санкт-Петербургу.
т. 8-911-934-75-00
Предприятие,
стоянка,
ремзона
находятся
в Невском
районе СПб.

ТРЕБУЮТСЯ

РАСПРОСТРАНТЕЛИ
ГАЗЕТЫ metro

Работа с 7 до 11 утра, вторник и четверг
Оформление по договору
Подобная информация по телефону
+7(911)245-78-65

ПОДРАБОТКА

ДЛЯ ВСЕХ. ГРАЖДАНСТВО РФ.
ОПЛАТА СРАЗУ от 2500 до 10000 р. в день **8 981 005 12 50**

Северо-Западному институту повышения квалификации ФНС России требуется:

ул. Костюшко 9/2

- ПЕКАРЬ-КОНДИТЕР 5/2, с 7.00 до 16.00, 51 800 р.
- ПОМОЩНИК ПОВАРА 2/2, с 7.00 до 19.00, 43 700 р.
- УБОРЩИЦА 6/1, с 18:00 до 21:00, 23 000 р.
- БУФЕТЧИК-КАССИР 2/2, с 08:00 до 20:00, 43 700 р.
- ПОВАР 2/2, с 7.00 до 19.00, з/п 55 200 р.

Официальное оформление. Тел: 492-20-58

НА СКЛАД ТРЕБУЮТСЯ:

- ГРУЗЧИКИ
- КОМПЛЕКТОВЩИКИ
- КЛАДОВЩИКИ

ЗП 60 000 - 75 000 руб.

+7(929) 572-62-07

п. Новосаратовка (1 км от КАД)
Корпоративный транспорт
от м. Ломоносовская
(15 минут в пути)

BRAVO
фабрика дверей

ВАКАНСИЯ ОХРАННИКА

ГРУППА КОМПАНИЙ «КОМБАТ SECURITY»
ПРОВОДИТ НАБОР СОТРУДНИКОВ ОХРАНЫ,
В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ И ЛЕНИНГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ

СВОЕВРЕМЕННАЯ И ВЫСОКАЯ ОПЛАТА ТРУДА. ОФОРМЛЕНИЕ ПО ТРУДОВОЙ КНИЖКЕ ИЛИ ПО ДОГОВОРУ. СОБЛЮДЕНИЕ СОЦ. ГАРАНТИЙ. ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ВОЗМОЖНОСТЬ КАРЬЕРНОГО РОСТА, ОБУЧАЕМ ОХРАННОМУ ДЕЛУ.

ОТДЕЛ КАДРОВ:
(812) 318-72-07,
+7 931-297-85-64,
+7 921-992-84-37. **WWW.COMBATSECURITY.COM**

ЗАО «НПК ПУСК» приглашает на работу

ФРЕЗЕРОВЩИКОВ (5-6 разряда)
ТОКАРЕЙ-УНИВЕРСАЛОВ (5-6 разряда)

З.П. от 80 000 рублей. График работы: 5/2 Ст. м. «Нарвская»
Тел. +7 (812) 347-71-05

РАБОТА
ДЛЯ АКТИВНЫХ

metro
КОНТРОЛЕР

ОБЯЗАННОСТИ:
контроль за распространением печатной продукции
фото и видео фиксация нарушений

+7(953) 146-06-51

В ВОЕННО-МЕДИЦИНСКУЮ АКАДЕМИЮ ТРЕБУЕТСЯ ПЕРСОНАЛ
Адрес: м. Пл. Ленина, ул. Лебедева, д. 6, литер М

- ПОВАР-УНИВЕРСАЛ з/п от 29 000 - 58 000 руб.
- ПОМОЩНИК ПОВАРА з/п от 25 000 - 50 000 руб.
- ПЕКАРЬ-КОНДИТЕР з/п от 29 000 - 58 000 руб.
- РАБОТНИК В ЗАЛ ПРИЕМА ПИЩИ з/п от 24 000 - 48 000 руб.
- МОЙЩИК ПОСУДЫ з/п от 24 000 - 48 000 руб.
- УБОРЩИК ПОМЕЩЕНИЙ з/п от 24 000 - 48 000 руб.
- ГРУЗЧИК з/п от 26 000 - 52 000 руб.

График работы: 2x2 или каждый день

Мы предлагаем:

- Официальное оформление по ТК РФ
- Бесплатное 3-х разовое питание
- З/П 2 раза в месяц БЕЗ ЗАДЕРЖЕК
- НАЛИЧИЕ САНИТАРНОЙ КНИЖКИ

Звонить с 09:00-18:00 в рабочие дни т: **+7-911-815-21-36**

ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!

Подать свое объявление в газету вы можете по тел.: 244-43-41 доб. 233

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ:

РосРемонт
КОМНАТА – 9500р.
ВАННА – 14500р.
Т.914-8585

- Шкаф в туалет 89500165055

РАБОТА:

- Охранники в ТЦ. З/п 56т.р. м. Пл.Восстания т. 8-911-0004270
- Требуется охранники. З/П 34000 р. Тел. 8-910-486-80-78

ПОМОЩНИК РУКОВОДИТЕЛЯ
В т.ч для военных и правоохранительных орг. В офис. Дисциплина, ответственность порядок. До 100т.р. + премии Т.997-67-74, т. +79117016877

КУПЛЮ:

- Книги.Зингер.Значки.953-3970
- Радиодетали.Платы. 984-20-55

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ:

СРОЧНЫЙ ВЫКУП
Долей, комнат, квартир
+7 (911) 705-61-90

РАЗМЕСТИТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ
ОБ УТЕРЕ ДИПЛОМА,
АТТЕСТАТА, ПАСПОРТА
МОЖНО В ЭТОЙ РУБРИКЕ:
(812) 244-43-41, доб. 233

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

Установите правила питания

Психолог Дмитрий Балашов рассказал, как справиться с расстройством пищевого поведения



ЗИНАИДА БЕЛОВА
zinaida.belova@metronews.ru

Наше пищевое поведение является сложным комплексом факторов, включающих в себя не только потребности организма в пище, но и психологические аспекты, объясняет заведующий сектором психологического сопровождения РАНХиГС Санкт-Петербург Дмитрий Балашов.

– Переход от здорового питания к пищевым расстройствам может начинаться с незначительных изменений в пищевых привычках и мышлении. Заметить его бывает сложно, поскольку здесь грани между нормой

и отклонением часто размыты. Вот несколько ключевых критериев.

Гибкость против жёсткости в пищевых правилах

При здоровом питании у человека всегда есть гибкость и разнообразие в выборе пищи. Люди, придерживающиеся таких правил, могут иногда позволить себе что-то вне плана, не чувствуя сильного стресса. При начинающихся расстройствах пищевого поведения у человека появляются всё более жёсткие правила питания, строгие диеты и чрезмерные ограничения. Такие люди начинают испытывать большое беспокойство или вину при отклонении от этих пра-

вил. Понаблюдайте за таким человеком: он обязательно начнёт вслух сожалеть, что «сегодня уже много съел» или «съел то, что нельзя было есть».

Мотивация и направленность питания

При нарушениях пищевого поведения основной, порой навязчивый мотив сконцентрирован на контроле веса, размеров тела или его форм. В этих случаях человек часто стремится к экстремальным целям и готов прибегнуть к любым методам для их достижения. Специалисты по поведению человека называют такое явление дисморфофобией – неприятием образа своего тела. Маркер начинающегося отклонения здесь – постоянные жалобы на свою внешность, на несоответствие каким-то надуманным стандартам, моде.

Отношение к физической активности

При расстройстве пищевого поведения у человека может включаться избыточная физическая активность, несмотря на усталость или травмы. Это может быть попыткой контролировать вес или сжигать калории после приёма пищи. Признак, который должен вызывать сомнение, – это резкая потребность в дополнительных тренировках и физических упражнениях при явно ослабленном состоянии человека.

Социальное поведение

Обычно людям, следующим принципам здорового питания, комфортно находиться в обществе, где есть еда, и они могут участвовать в социальных событиях, связанных с едой, без чрезмерной тревожности.

При начинающихся расстройствах будет проявляться потребность в изоляции или избегании общественных мероприятий, связанных с пищей. Обычно в этих случаях тревожные в пищевом поведении люди говорят, что не пойдут куда-то потому, что «опять придётся есть», и они могут не сдержаться.

Когнитивная и эмоциональная сфера

Очень часто уже в начальной стадии расстройства пищевого поведения у человека, особенно у молодого, могут наблюдаться снижение концентрации внимания, ухудшение памяти и другие когнитивные нарушения. Эти проявления в сумме с другими маркерами также могут указывать на снижение энергетике из-за расстройства пищевого поведения. Сюда же можно отнести повышение раздражительности, изменения настроения, эмоциональные колебания и нестабильность. Это часто



При начинающихся расстройствах пищевого поведения у человека появляются всё более жёсткие правила питания | DEPOSITPHOTO

«Явными признаками проявления нарушений пищевого поведения являются отрицание проблемы и сопротивление предложениям по отказу от такого поведения».

Дмитрий Балашов

связано с чувством голода, стрессом и психологическим напряжением, вызванным пищевыми ограничениями. Явными признаками проявления нарушений пищевого поведения являются отрица-

ние проблемы и сопротивление предложениям по отказу от такого поведения.

Развитие личности

Очень важное значение имеют и личностные особенности человека в предрасположенности к различным пищевым расстройствам и постоянным попыткам сбросить вес. Хотя каждый человек уникален и причины расстройств пищевого поведения могут быть многофакторными, некоторые типы личности могут иметь определённые черты, которые способствуют таким тенденциям. Это могут быть низкая самооценка и неуверенность в себе, проблемы с самоконтролем и тревожность, перфекционистские тенденции. Вытеснение этих проблем борьбой за «нужный вес» – суть проявления нарушений пищевого поведения. Устранение данных нарушений без решения внутренних психологических проблем у человека невозможно, и именно с них надо начинать.



«КАРИПАИН SCAR» – новое слово в устранении рубцов и шрамов

Новый гель «Карипаин Scar» предназначен для устранения и профилактики шрамов, рубцов и келоидов различного происхождения и любого срока давности.

Гель имеет комбинированный ферментный состав. Кроме атоприменяемых в подобных средствах веществ **Коллагеназа** и **Экстракта лука** в состав геля включены новые эффективные составляющие – протеолитический фермент **Папаин**, нейроуспокаивающий экстракт **Нейрофенс** и современный чрескожный проводник **Тизоль**.

Основные случаи применения геля «Карипаин Scar»:

- рубцы и шрамы любой степени тяжести и давности;
- гипертрофические и келоидные рубцы после операций, ожогов и травм;
- растяжки после беременности и липосакции, стрии;
- атрофические рубцы, шрамы после акне, пирсинга, удаления татуировок или фурункулеза;
- спаянные процессы различного происхождения, в том числе и контрактуры.

Преимущества геля «Карипаин Scar»:

- УНИКАЛЬНОСТЬ ХИМИЧЕСКОГО СТРОЕНИЯ И ТРАНСКУТАННЫХ СВОЙСТВ
- ПРИНЦИПИАЛЬНО НОВЫЕ ПРОТИВРУБЦОВЫЕ СВОЙСТВА
- РЕАЛЬНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ФЕРМЕНТНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА РУБЦЫ И ШРАМЫ
- СОКРАЩЕНИЕ ВРЕМЕНИ ПРИМЕНЕНИЯ И ОТСУТСТВИЕ АЛЛЕРГИИ

«Карипаин Scar» получил высокую оценку специалистов. Результаты исследований представлены в журнале «Детская хирургия» №5, том 25, 2021 г., под редакцией профессора Л.М. Рошала, в докладах профессора С.В. Ключаревой и других специалистов (с ними можно ознакомиться на сайте www.karipain.ru). Они показали преимущества нового геля перед многими представленными в продаже на сегодняшний день подобными средствами.

«Карипаин Scar» может вам улучшить внешний вид и привлечь



тельность, приобрести уверенность в себе и спокойствие!

Гель «Карипаин Scar» доступен в продаже в фармкомпаниях, аптечных сетях, в интернет-сервисах аптечных товаров и в крупных интернет-магазинах. Для удобства покупателей гель выпускается в двух фасовках – 12 мл и 40 мл.

Получить всю информацию вы можете по тел. **8-800-550-99-00** и **8 800-444-41-48**, а также на сайте производителя www.karipain.ru

Декларация о соответствии ЕАЭС N RU Д-РУ.НВ32.В.18896/20 от 21.12.2020. Косметическое средство

КЛИНИКА ФЛЕБОЛОГИИ

НОВОГОДНЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ*

КОНСУЛЬТАЦИЯ ФЛЕБОЛОГА + УЗИ ВЕН НОГ

~~3200 р.~~ **1200 р.**

НА ДОМУ 6500 р.

в пределах города

КОНСУЛЬТАЦИЯ НЕВРОЛОГА + УЗИ СОСУДОВ ГОЛОВЫ И ШЕИ

~~3900 р.~~ **1500 р.**

Серебристый бульвар, д. 21 www.angioprof.ru
Тел.: 715-47-47

*Предложение действует с 1 по 31 декабря. Предварительная запись по телефону. Иметь при себе данный купон. Лицензия №ЛО-78-01-006730 от 25.04.2016 г. О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КОРОТКО

Искусственный интеллект помогает в диагностике

Исследователи представили новый метод диагностики рака кожи, используя передовые технологии искусственного интеллекта (ИИ), сообщает портал NCBI. Это исследование, проведённое с использованием широко распространённых данных и обзора исторических методов, устанавливает новый стандарт в области раннего выявления рака кожи. Использование ИИ позволит более точно и быстро идентифицировать потенциальные злокачественные образования на коже, что значительно увеличит шансы на успешное лечение. Этот прогресс обещает существенно улучшить качество жизни пациентов и повысить эффективность медицинских процедур.



КИНОПРЕМЬЕРА **«Дворец»**

Бандит Антон в исполнении Александра Петрова (на переднем плане) со «свитой» смотрят телеобращение Ельцина, в котором он говорит, что уходит (18+) | «PRO-ВЗГЛЯД»

Знаменитый режиссёр выпустил новогоднюю сатиру на старую и новую Европу и рассказал, чем же была на самом деле для неё «проблема 2000»

Режиссёр: Роман Полански
Сценаристы: Ева Пясковска, Роман Полански, Ежи Сколимовский
В ролях: Оливер Мазуччи, Микки Рурк, Фанни Ардан, Джон Клиз, Милан Пешель, Александр Петров, Жоакин де Алмейда, Фортунато Серлино

В швейцарском горнолыжном отеле The Palace («Дворец») готовятся к встрече миллениума. Главный управляющий Хансуэли (Оливер Мазуччи) наставляет выгнанный в струнку персонал: «Всё должно быть идеально – я не хочу ничего

слышать о «проблеме 2000»! Не смейте надеяться на конец света!»
Постепенно в отель один за другим прибывают гости. Миллиардер собирается праздновать годовщину свадьбы с молодой женой, русский привёз несколько

чемоданов денег, мистер Краш планирует финансовую аферу, а маркиза с собачкой, порноактёр, пластический хирург и его жертвы намереваются просто встретить Новый год.

Вся разворачивающаяся дальше история балансирует на тревожной грани между смешным и отвратительным. Из всех богатых старичков не вызывает отвращения разве что героиня Фанни Ардан, назвать которую пенсионеркой язык ни у кого не повернётся. Маленькая собачка маркизы никак не может опорожниться на снег, и маркиза волнуется, утверждая, что нервное животное, видимо, чувствует «проблему 2000».

В эту проблему не верит никто из обвешанных бриллиантами гостей, но она действительно появилась для них в ту новогоднюю ночь. Полански не даёт оценку, а всего лишь фиксирует ситуацию так, как её сейчас осознают на Западе: всё праздничное купание старой богатой Европы в икре и шампанском скоро испортит один никому пока не известный человек, фамилию которого услышали в ту новогоднюю ночь в отеле. «Я устал, я ухожу», – заплетавшимся языком бормочет Ельцин и называет имя своего преемника. Старая Европа продолжает гулять, не понимая, что отсчёт начался.
НАТАЛЬЯ БАБАХИНА

Гороскоп

♈ Овен 21.03 – 20.04

Информации, полученной днём, доверять можно с оговорками.

♉ Телец 21.04 – 21.05

Если финансовые предложения получите утром, лучше их игнорировать, а вечером – наоборот.

♊ Близнецы 22.05 – 21.06

Постарайтесь не проявлять инициативу прямо с утра, а вот вечером – дерзайте.

♋ Рак 22.06 – 22.07

В начале недели лучше отдыхать, а не работать. Или, по крайней мере, не выезжайте вперёд.

♌ Лев 23.07 – 22.08

Не время стоять в стороне от коллективных процессов – они могут быть очень продуктивными.

♍ Дева 23.08 – 22.09

Вторник для Дев может быть очень активным, по крайней мере, в производственной сфере.

♎ Весы 23.09 – 22.10

Информации, приходящей в светлое время суток, лучше не доверять.

♏ Скорпион 23.10 – 21.11

Сегодня, особенно с самого утра, нужно соблюдать осторожность.

♐ Стрелец 22.11 – 21.12

Не идите против коллектива, даже если вам кажется, что он неправ.

♑ Козерог 22.12 – 20.01

Увы, работа не всегда приносит удовольствие, и всё же её когда-то придётся делать. День обычной рутины.

♒ Водолей 21.01 – 18.02

Наполните вторник творчеством, пусть даже с утра к вам будут приходить не лучшие мысли.

♓ Рыбы 19.02 – 20.03

Гораздо больше сегодняшней день подходит не для успехов на производстве, а для домашних дел.

ПОТОМСТВЕННАЯ ПРОВИДИЦА БАБУШКА НИНА

Победитель «Битвы сильнейших магов»

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

МОИМ ВОЗМОЖНОСТЯМ НЕТ ГРАНИЦ!

ЛИЧНЫЙ ПРИЕМ

ПРИЕМ БЕСПЛАТНЫЙ

В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

+7 (921) 553-33-25



**ИСПРАВЛЮ
ОШИБКИ
ЛЖИ МАГОВ
И КОЛДУНОВ**

REDMOND

СПРАШИВАЙТЕ
В МАГАЗИНАХ
ГОРОДА

multivarka.pro



Робот-пылесос
RV-R560

5 999 ₺

~~16 799 ₺~~

-64%

12+ ООО «ИЛОТЪ», ОГРН 1147847184143, Санкт-Петербург, ул. Промышленная, д. 38, корп. 2 лит. А.

БРЕКЕТ-СИСТЕМА от 19 900 руб.



Бюджетная
Стоматология

317-26-36
www.medistarspb.ru

м. Пионерская,
м. Парк Победы,
м. Проспект Славы



АКЦИЯ!
Имплантация
для несъемного
протезирования



**Второй имплант
в подарок***

СКИДКА 30%*
на протезирование

КОРОНКА
МЕТАЛЛО-
КЕРАМИКА

10000 руб.

8000 руб.*



КАРИЕС

6000 руб.

4900 руб.*

Вы получаете высококачественный несъемный протез «все на шести». ОМОЛАЖИВАЮЩАЯ СТОМАТОЛОГИЯ До 15.01.2024 Вы существенно экономите.

Суть метода в установке протеза на 6 искусственных корнях, вживленных в нижнюю и верхнюю челюсти: по два спереди вертикально и по два с каждой стороны челюсти, под углом примерно 60°.

В чем отличия от all-on-4?**

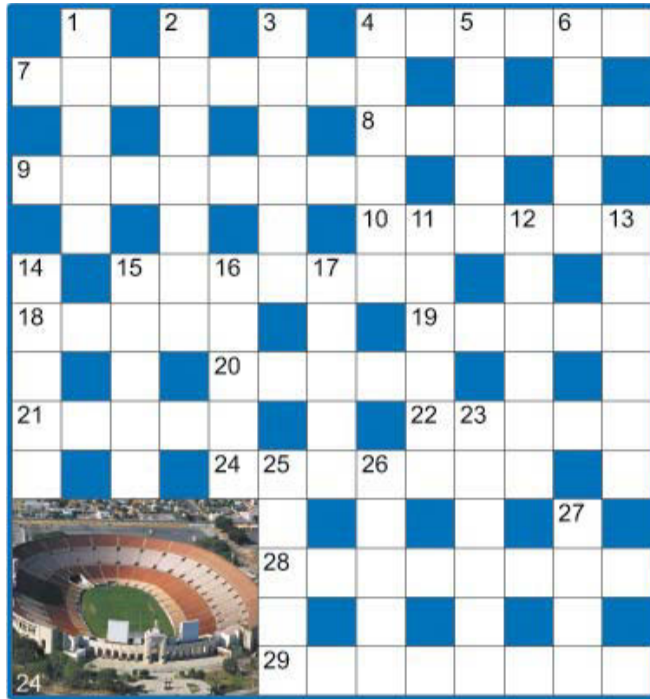
- Усиленная фиксация протеза за счет установки двух дополнительных имплантов на каждую челюсть;
- Возможность «обойти» места, близкие к гайморовым пазухам и скоплениям нервных волокон, что минимизирует возможные осложнения**;
- Проводится без ограничений при пародонтите/пародонтозе средней степени и курении**;
- Меньшая травматичность за счет современных материалов**.

*Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по телефону (812) 317-26-36. Акция до 15.01.2024 **Эффективность процедур уточняйте у врача. all-on-4 (все-на-4) Лицензия ЛО41-01/148-78/00629126 от 23.11.2022, ООО "Медстом"

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

По горизонтали:

4. Дышащая на ладан избушка.
7. Наличие общих черт, особенностей.
8. Поток, низвергающийся уступами.
9. И танец, и элементы боевого искусства Бразилии.
10. Участок, где можно поохотиться под руководством егеря.
15. «Красота до венца, а ... до конца» (посл.).
18. Напиток, чьи градусы растут на дрожжах.
19. Звериная физиономия.
20. Человек, страдающий одним из дефектов речи.
21. Факт, работающий не в пользу обвинения.
22. Самая наглядная деталь в измерительном приборе.
24. Место, где судье часто «советуют» сходить на мыловарню.
28. Покрытие для пола, продающееся рулонами.
29. Самосвал, «забывший» груз.



По вертикали:

1. Толщина дерева «в руках».
2. Теоретик и вдохновитель партии.
3. Спортсмен, бегающий на длинные дистанции.
4. Средство борьбы против забастовок.
5. Аккорд из цифр.
6. Плоская поверхность геометрического тела.
11. Тёплые чулки, которыми иногда ошибочно называют тапочки.
12. Ядовитая опьяняющая трава семейства паслёновых.
13. Беспорядок, путаница,

14. Продукт молочной перегонки.
15. Государство в Европе.
16. Совокупность общественных производственных отношений, являющихся основой образования надстройки данного общества.
17. Её проще проглотить, чем из-за неё воду возить.
23. Придильвание сфотографированному человеку другой головы.
25. Дублёнка, которая у фигуристов бывает тройной.
26. Денежная единица Бахрейна.
27. Ненастье с сильным ветром.

Ответы

1. Толщина: 4. Ладан. 2. Теоретик: 23. Коллаж. 25. Тупил. 3. Спортсмен: 12. Длупдун. 4. Средство: 15. Ладан. 5. Аккорд: 13. Ераша. 6. Плоская: 14. Дубленка. 7. Чулки: 11. Тапочки. 8. Поток: 8. Дрожаж. 9. Танец: 9. Бразилия. 10. Участок: 10. Охота. 11. Чулки: 11. Тапочки. 12. Трава: 12. Ядовитая. 13. Путаница: 13. Путаница. 14. Продукт: 14. Сметана. 15. Государство: 15. Латвия. 16. Общественные: 16. Социализм. 17. Проглотить: 17. Воду. 18. Напиток: 18. Пиво. 19. Физиономия: 19. Морда. 20. Человек: 20. Занка. 21. Факт: 21. Факт. 22. Деталь: 22. Шкала. 23. Придильвание: 23. Фотографирование. 24. Место: 24. Судья. 25. Дубленка: 25. Дубленка. 26. Единица: 26. Динар. 27. Ненастье: 27. Шторм.

7 СЕМИШАГОФФ горячая линия: 648-5000 **АКЦИЯ!**
с 28.11.23 по 03.12.23

<p>329.99</p> <p>Окорок свиной б/к охл. 1кг</p>	<p>359.99</p> <p>Филе окорока цыплёнка охл. 1кг</p>	<p>479.99</p> <p>Филе грудки индейки охл. 1кг</p>
<p>9.99</p> <p>Бульон "Роллтон" Шурпа 90г</p>	<p>9.99</p> <p>Каша гречневая "Ясно Солнышко" 45г</p>	<p>99.99</p> <p>Масло подсолн. "Золотая семечка" раф 1л</p>
<p>55.99</p> <p>Сметана "Ясь Белоус" 15% 350г, Беларусь</p>	<p>69.99</p> <p>Майонез "Махеев" Провансаль 50,5% 380г</p>	<p>129.99</p> <p>Сыр "Ландерс" Легкий 30% 230г</p>
<p>39.99</p> <p>Нектар "Фрут Хит" яблоко 1л</p>	<p>79.99</p> <p>Салат Айсберг 1шт</p>	<p>99.99</p> <p>Хурма 1кг</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

ТОЛЬКО до 3 декабря
принимаем старое золото по 8000 рублей за грамм
ТОЛЬКО ЧИТАТЕЛЯМ METRO

? Вы утверждаете, что можно сдать 1 грамм старого золота за 8000 рублей. Так ли это?
– Удивительно, но так! **До 3 декабря (включительно)** у нас действует уникальное предложение, где за каждый грамм сданного золота **получают 8000 рублей** на новые украшения. Все украшения – от проверенных производителей, прошедшие государственный контроль.

? С годами изделия ломаются, рвутся, чернеют. Это влияет на цену? И что делать с зубным золотом? Зубное золото тоже можно сдать?
– Никак не влияет. Мы принимаем все пробы золота и серебра, в любом состоянии и даже зубное золото. Значение имеют только вес и проба.

? Можно ли сдать старое золото за деньги?
– Можно! Приходите! Ювелир посмотрит, оценит, определит пробу, посчитает. **Можно будет сразу сдать и получить деньги.** Не забудьте паспорт.

? Вы принимаете за деньги серебро?
– Принимаем! От столовой посуды до рваных цепочек. Приносите – оценим, взвесим, пробу определим. Сдать и забрать деньги можно сразу. Не забудьте паспорт.

«Узнала, что можно сдать золотые коронки. Ювелир бесплатно почистил их и дорого оценил. Я получила 97 тысяч рублей. Теперь смогу к Новому году доделать ремонт в квартире.»
Анна Викторовна, 65 лет

«Люблю серебряные украшения и тут прочитала в газете METRO про интересную акцию. Взяла свою старую серебряную цепочку, сломанные серьги, старую золотую подвеску и взамен выбрала столько всего! Две пары серег с топазом и жемчугом, кольцо и браслет. Новые украшения к новому платью уже готовы.»
Елена 47 лет

«РОСКОШЬ ЗОЛОТА» (812) 382-00-02 график работы:
www.rzol.ru пн-пт: с 10:00 до 20:00
Караванная ул., д.14 «Гостиный Двор» сб-вс: с 10:00 до 18:00

ДОРОГО ПРИНИМАЕМ СТАРОЕ СЕРЕБРО
Роскошь ЗОЛОТА (812) 382-00-02

Санаторий «Черная речка»

ВПЕРЕД, ЗА ЗДОРОВЬЕМ!

- Избыточный вес, спина, суставы
- Лечение сердца и сосудов
- Чудесная природа, комфортные номера
- Реабилитация после инсульта и операций на позвоночнике
- Новогодние каникулы, скидка 10%*

* При оплате до 1 декабря 2023г.

(812)679-94-04 cardiokurort.com
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ