

**metro**  **news.ru** 16+

[metronews.ru](http://metronews.ru) [metro\\_online](https://metro_online) [gazetametro\\_spb](https://gazetametro_spb)

**SOKOLOV**  
ПОЛУЧИТЕ  
ПОЗОЛОЧЕННУЮ ПОДВЕСКУ  
БЕСПЛАТНО



В МАГАЗИНЕ  
SOKOLOV




Сроки проведения акции: с 16.01.2023 по 31.03.2024. Подарок выдается в период с 16.01.2023 по 31.03.2024 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 [sokolov.ru/retail/metro\\_spb24](http://sokolov.ru/retail/metro_spb24) и по телефону 8 800 1000 750.

# Семья Островского хранит реликвии

В Год семьи Metro начинает новый цикл публикаций – «Семейные традиции». Героями первого материала стали потомки знаменитого драматурга Александра Островского. Они рассказали о том, как удаётся сохранять память о легендарном предке. **с. 2**



## ХОЛОДНАЯ ВОДА ПОБЕДИЛА БОЛЕЗНИ

Большинство петербуржцев вспоминает о проруби лишь в преддверии Крещения. Metro рассказывает о тех, для кого моржевание стало нормой жизни. **с. 5**

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ОКСАНОЙ ЛОМОВОЙ



## В ПЕТЕРБУРГЕ ВЕЛОСИПЕД НАУЧИЛИ УБИРАТЬ СНЕГ **с. 3**

## ЭММА СТОУН ВСПОМНИЛА О БЕДНЫХ И НЕСЧАСТНЫХ **с. 7**



## КАК СДЕРЖАТЬ НОВОГОДНИЕ ОБЕЩАНИЯ **с. 4**

**БЕСПЛАТНО** наш мастер приедет к Вам домой и проведёт полную диагностику:

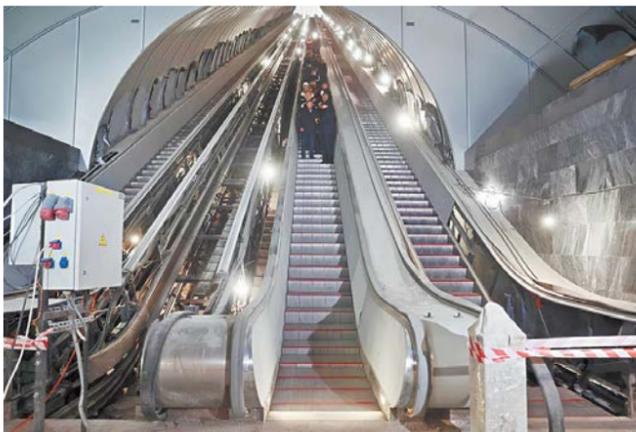
- Холодильника • Стир. машины • Плиты • ТВ и любой техники • Окон • Сантехники • Электрики

✓ Если нужен ремонт – **500 РУБ. СКИДКА** ✓ Гарантия 3 года ✓ Скидка 15% пенсионерам\*

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

**ЛЕНРЕМОНТ** Чтобы заказать ремонт, звоните круглосуточно и без выходных **344-44-44**

**Денис Сорокин**  
Директор Ленремонта



«Ладожская» скоро откроется | TELEGRAM-КАНАЛ @ TRANSPORTNIYTSEN

## Станцию «Ладожская» откроют в конце января

Капитальный ремонт «Ладожской» вышел на финишную прямую – открытие обновлённой станции намечено на 27 января, сообщает Смольный. Восстановительные работы заняли 11 месяцев. Строители отремонтировали эскалаторы, сделали облицовку стен и колонн, поработали с инженерными сетями. В вестибюле установили пандусы и сделали тактильно-контрастную разметку для слабовидящих петербуржцев. Добавим, что открытие «Ладожской» пройдёт раньше срока: изначально работы должны были завершить лишь в феврале 2024 года.

## Блокадные фото читателей могут стать арт-объектами

С 26 по 28 января на Манежной площади пройдёт праздник, посвящённый 80-летию полного освобождения Ленинграда от блокады. В эти дни Итальянская улица превратится в Музей под открытым небом. Мы просим откликнуться петербуржцев, у которых остались семейные фотографии, сделанные в период с 1941 по 1944 год. Ваши архивные снимки станут частью арт-объекта «Стена памяти». Фото и истории вашей семьи можно прислать до 20 января на почту abobrovich@yandex.ru или press@baltichouse.spb.ru. В теме письма укажите «Стена памяти». Оригиналы фотографий для сканирования можно принести в Театр-фестиваль «Балтийский дом» (Александровский парк, 4).

## В Петербурге демонтируют новогодние украшения

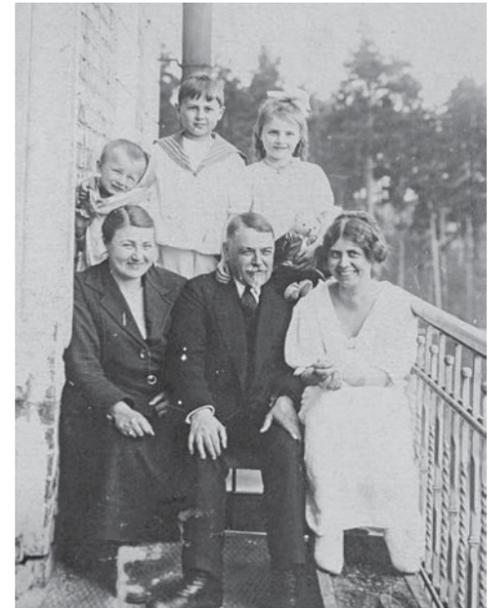
В Северной столице продолжается демонтаж новогодних украшений. С Дворцовой площади уже убрали фотозону, а у метро «Московская» больше нет декора Рождественской ярмарки. Та же участь скоро постигнет и каток на Конюшенной площади: ледовую площадку ликвидируют до 30 января. Исчезнут в скором времени горка для катания и Рождественская ярмарка на участке между Дворцовой площадью и Певческим мостом – до 25 января. Елку в Ново-Манежном сквере и «Мультимедийный фонтан» на Невском проспекте уберут уже на этой неделе – до 20 января. «Рождественскую ярмарку на Малой Садовой улице и Манежной площади демонтируют до 23 января. Некоторые новогодние объекты – например, большая сцена на Дворцовой площади – уже были демонтированы в соответствии со сроками ордера», – сообщает ГАТИ.

Дочь драматурга Островского Мария с детьми Марусей и Сандро (1903–1904 годы) | **ВСЕ ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ОЛЬГИ ЧЕРНИКОВОЙ**

Праправнучки Островского Ольга и Михаил в костромской усадьбе Щельково



Ольга Черникова (в центре) на съёмках фильма «Снегурочка», 1969 год



1920-е годы. Внучка Островского Мария (крайняя слева в нижнем ряду), правнучки драматурга Владимир и Мария (во втором ряду справа)

# Веер и зеркальце оставила на память

Metro начинает новый цикл публикаций «Семейные традиции». Героями первого материала стали петербуржцы – потомки знаменитого драматурга Александра Островского

АЛЁНА БОБРОВИЧ  
alena.bobrovich@metronews.ru

Биография и творчество Александра Островского практически никак не связаны с Петербургом. Тем не менее его потомки живут в Северной столице с конца XIX века.

– Никто из представителей следующих поколений не продолжил династию: не стал ни литератором, ни актёром, который играл бы в спектаклях, поставленных по пьесам Островского, – рассказывает праправнучка драматурга Ольга Черникова. – Разве что жена драматурга Мария была актрисой. Но потом она родила детей и ушла из театра.

### Письмо Брежневу

Дочь Островского Мария вышла замуж за учёного Михаила Шателена, они стали родителями сына Александра и дочери Марии.

Внучка Островского Мария Шателен посвятила свою жизнь сохранению памяти великого деда.

– Бабушка – человек легендарный, – продолжает Ольга Владимировна. – Во время Первой мировой войны была сестрой милосердия, во время советско-финской – медсестрой. В первые дни Великой Отечественной войны ушла в народное ополчение, служила медсестрой в полевых госпиталях.

После войны, в 49 лет, Мария Михайловна получила высшее образование, работала в научной библиотеке Института зоологии АН СССР.

*«В 1969 году в Щельково снимали фильм «Снегурочка». Я сыграла в массовке».*

Ольга Черникова, праправнучка Александра Островского

– Но главным делом её жизни была забота о костромской усадьбе Щельково своего знаменитого деда Александра Островского, – говорит Ольга Черникова. – Бабушка проводила там много времени. Однажды она спасла заповедник. Через Щельково должны были проложить железную дорогу. И Мария Михайловна написала письмо Брежневу. Доро-

гу перенесли.

Мария Шателен часто брала с собой в усадьбу внуков.

– Бабушка была своим человеком в музее, – вспоминает праправнучка драматурга. – В старших классах, когда нужно было проходить летнюю практику, я иногда водила экскурсии по музею. Но никто из посетителей не знал, что я имею отношение к главному герою Щельково. Театр в семье любили, часто смотрели классику на разных сценах.

– Но Островского мы в основном смотрели в постановках Малого театра, когда труппа приезжала к нам в город на гастроли, – говорит Ольга Владимировна. – Бабушка с ними дружила, нас приглашали.

### Фамилией никогда не хвастались

Потомки Островского бережно относятся к памяти своего предка, но никогда не

хващаются родственными связями.

– Я окончила 239-ю школу, – говорит Ольга Владимировна. – О моих родственных связях с драматургом никто в школе не знал. Да и позже, когда я училась в институте, когда работала, тема Островского не возникала.

### Семейные реликвии

Сейчас в семье у потомков Островского практически не осталось личных вещей драматурга. Многие передала в Щельково Мария Шателен.

– Сейчас я старшая по возрасту в нашей семье, – говорит Ольга Владимировна. – Последний подарок передала летом этого года, когда праздновали 200-летие со дня рождения Островского. Это два подстаканника и две ложечки. На одном подстаканнике есть гравировка: «Душевно почитаемому Александру Николаевичу Островскому от его почитателя А.К. Кузнецова в день 35-летнего юбилея. 14 февраля 1882 года». Долго думали, что же это за юбилей. Оказалось, что даритель имел в виду выход в свет одной из первых пьес драматурга.

У самой Ольги Черниковой хранятся дорожный веер и зеркальце.

– Веер достался мне в весьма потрёпанном виде, – продолжает Ольга Владимировна. – Думаю, он принадлежал Марии Васильевне, жене Островского. Я привозила в музей семейные реликвии, показала, но сказала, что эти вещи не отдам. Они перейдут по наследству моим детям и внукам.



Ольга Черникова передаёт музею в Щельково семейные реликвии – подстаканники, которые принадлежали Островскому

# От сугробов до залива: Metro выяснило, куда увозят снег

Тысячи кубометров снега ежедневно эвакуируют с улиц Петербурга оранжевые грузовики. Но что с осадками происходит дальше? Раскрываем интригу в нашем материале



ЮЛИЯ ЖУРАВЛЁВА  
yuliya.zhuravleva@metronews.ru

## Снежный «завод»

Фуры со снегом развезают по 18 снегоплавильным и снегоприёмным пунктам. Растопка атмосферных грузов происходит под открытым небом. Первым делом замёрзшие осадки измельчают на специальных дробилках и очищают от крупного мусора: брёвен, покрышек и кусков поребрика.

Снегоплавильные пункты работают в круглосуточном режиме. Основная нагрузка приходится на ноч-



Снег очищают от крупного мусора  
| ВСЕ ФОТО: VK @ VODOKANAL\_SPB



На специальных дробилках измельчают снежные массы, после чего они падают в коллектор и соединяются со сточными водами

ное время, когда городские службы убирают снег с улиц, – рассказали Metro в пресс-службе «Водоканала».

Раскрошенные и чистые массы падают в подземный коллектор, где соединяются со сточными водами. От теп-

ла последних снег тает и по тоннелям уходит на очистные сооружения.

Температура сточных вод в принципе никогда не опускается ниже 16 градусов, – пояснили в «Водоканале».

**Ловят пластик**  
Растопленный снег вместе со

сточными водами проходит многоэтапную очистку. Сначала удаляют крупный мусор: камни, песок, пластик. После подключают так называемый активный ил. Это особый набор бактерий, простейших и многоклеточных, которые удаляют уже мелкие частицы.

Работа «снежных» пунктов оказывает серьёзный положительный эффект на экологию города. У снега

есть свойство адсорбировать из атмосферы вредные вещества, в том числе загрязнения из выхлопных газов. При снеготаянии происходит загрязнение почвы и водных объектов тяжёлыми металлами, нефтепродуктами, – объяснили в «Водоканале».

## Бывший снег

Теперь уже бывший снег очищают от опасных химических веществ – фосфора фосфатов. При попадании в организм человека они могут вызвать заболевания печени и почек. А обеззараживание позволяет удалить возбудителей инфекционных заболеваний. Финальная точка в путешествии петербургского снега – Финский залив.

Раньше снег, впитавший в себя загрязнения, автомобильные выхлопы и антигололёдные реагенты, смешанные с песком, сбрасывали в реки. За 10 лет работа снегоплавильных пунктов предотвратила попадание в воду и почву более 380 тыс. кубометров осадков и снега, – сказали в «Водоканале».

## 18 машин в час

В снежные зимы снегоплавильные и снегоприёмные пункты Петербурга принимают от 9 до 18 машин в час. На обслуживание одного грузовика уходит от 3 до 12 минут. Основная часть уборки снега происходит ночью. Снегоплавильные пункты работают за счёт тепла сточных вод.

За сутки 11 снегоплавильных пунктов «Водоканала» способны растопить 66 тыс. кубометров снега. И всё это практически без энергозатрат. Финальная точка в путешествии петербургского снега – Финский залив. Единственные затраты приходится на работу насосов и дробилок, а основным ресурсом являются термальные свойства сточных вод, температура которых не опускается ниже 16 градусов даже в сильные морозы. Общая суммарная производительность всех объектов составляет 101,5 тыс. кубометров в сутки, – сообщают представители «Водоканала».

## На снегоуборочном велосипеде удобно ездить по зимнему городу

В минувшие выходные в Петербурге состоялся традиционный велопробег Дедов Морозов.

Сотни велосипедистов, переодетых в Дедов Морозов, Снегурочек и драконов, проехали от Конногвардейского бульвара до Василеостровского рынка и таким образом попрощались с чередой новогодних праздников.

Велопарад возглавил легендарный петербургский конструктор Игорь Баронас. На его счету более 200 необычных моделей велосипедов: велосипед-кроватка, велосипед-фонарь, велокабриолет. Баронас изобрёл железного коня высотой 185 см, у него есть подножка, как на старинном велосипеде-пауке XIX века.

На новогодний парад он приехал на снегоуборочном велосипеде.

Идею подсказал мой друг, активный член ассоциации «Пошли-поехали» Вячеслав Воронков, – рассказал Metro Игорь. – Тем более что зимой такая модель действительно для кого-то может оказаться актуальной.

По словам конструктора, превратить обычного железного коня в снегоуборочный сможет каждый человек.

– Я придумал к передней



Перед велопарадом Игорь Баронас несколько дней тестировал свою новую модель на улицах Петербурга | ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ИГОРЕМ БАРОНАСОМ

вилке велосипеда ручной отвал для снега, – объясняет Игорь. – Эту большую лопату можно поднимать или опускать с помощью специального тросика. Если поднять повыше, можно ехать по городу с обычной скоростью, никакого дискомфорта. Если опустить отвал, то

можно убирать снег, правда, двигаться придётся медленнее. У меня самый обычный спортивный велосипед. Кстати, такой агрегат можно приделать даже к складной модели.

Игорь считает, что с помощью снегоуборочного двухколёсного друга можно

*«С помощью снегоуборочного велосипеда можно легко убрать снег. Но только в том случае, если он свежий и пушистый».*

Игорь Баронас

легко убрать свой двор или расчистить парковку. – Но только в том случае, если снег свежий и пушистый, – говорит Игорь. – Слежавшийся уже таким агрегатом не убрать. Для этого нужно разработать более серьёзную конструкцию. Сам я, конечно, использовать снегоуборочный велосипед не буду – дача у меня в сугробах, и с таким количеством снега мой железный друг не справится. Но для тех, кто постоянно живёт за городом, такая модель может пригодиться.

АЛЁНА БОБРОВИЧ



**ПРОЧИТАЛ  
МЕТРО  
ОТ КОРКИ  
ДО КОРКИ?  
ВЫХОДЯ,  
ВЕРНИ  
НА СТОЙКУ**

**ГЖА** Городское  
Жилищное  
Агентство  
**ПОКУПКА, ПРОДАЖА,  
ОБМЕН ЖИЛЬЯ  
380-14-80**

ОДНА ИЗ СИЛЬНЕЙШИХ ЯСНОВИДЯЩИХ

## ПЕТЕРБУРГСКАЯ ДАРЬЯ

- Снятие сглаза, порчи, родовых проклятий, наговоров
- Могущественная 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**



## VOICES

WWW.METRONNEWS.RU

Друзья, в этом году Россия будет отмечать 225-летие со дня рождения Пушкина. С каждой новой эпохой литературные вкусы могут меняться, но «Евгений Онегин», «Капитанская дочка», «Дубровский» и другие творения Александра Сергеевича не теряют актуальности. А вы любите творчество Пушкина? Напишите свои любимые строки, принадлежащие «солнцу русской поэзии» (не более 70 знаков), и пришлите нам на адрес: konkurs@metronews.ru с пометкой «Ай да Пушкин!».



ИЛЛЮСТРАЦИЯ  
СОЗДАНА НЕЙРОСЕТЬЮ

АННА  
ФИНТИ

ЖУРНАЛИСТ

И ОПЯТЬ НОВАЯ  
ЖИЗНЬ

Ну как ваше самочувствие после первой рабочей недели? Удалось набраться сил за каникулы или уже начали считать дни до субботы? У меня после праздников всегда такое ощущение, что мне нужен отдых после отдыха. Просто буквально вырываюсь из сил за «длинные» выходные. И вроде бы ничего такого не делаю, но страшно устаю. Однако деваться некуда, надо же как-то вливаться в рабочий ритм.

Каждый раз за время каникул я решаю начать новую жизнь. Но перед этим надо расстаться с вредными привычками. Их у меня довольно много, но основных, которые мне мешают, три.

Во-первых, я люблю поехать что-нибудь вредное на ночь, да и вообще люблю поехать на ночь. Во-вторых, я очень поздно ложусь спать и за время праздников или отпуска «съезжаю» в диапазон 3-4 часов ночи (или утра). И в-третьих, я ленив. Любая двигательная активность для меня пытка. Ну не люблю я спорт, и всё тут. Хотя умом

понимаю, что движение – это жизнь. Поэтому вот уже много лет пытаюсь найти какое-то занятие, которое приносило бы мне удовольствие. Про разные там тренажёрные залы я молчу – это ужасно скучно. Пробежки пугают меня проблемами с суставами и ранними подъёмами. Я не умею ездить на велосипеде и кататься на коньках. Плаваю плохо. Десять лет назад я решила попробовать йогу. В целом понравилось, даже гибкость увеличилась, но на голове стоять я так и не научилась, а вес при регулярных занятиях два раза в неделю не просто не уменьшился, но и увеличился примерно на 7 килограммов за 6 лет.

Бросила йогу и пошла на танцы. Что сказать – отлично, весело, интересно. Опять же, полезно не только для тела, но и для мозга – говорят, танцы снижают риск развития болезни Альцгеймера. Но одинокая женщина, увлечённая таким хобби, находится в зоне риска – бывает, что половину занятия ты про-

*«Но одинокая женщина, увлечённая таким хобби, находится в зоне риска – бывает, что половину занятия ты проводишь в ожидании своей очереди подойти к партнёру».*

Анна Финити

водишь в ожидании своей очереди подойти к партнёру. (Кстати, рекомендую занятия танцами всем мужчинам для повышения самооценки – где ещё к вам выстроится очередь из женщин, если вы не врач-гинеколог, конечно.) Я долго думала, что с этим делать, и вспомнила про аквааэробику.

Вот где тебе никто не нужен, знай только свои руки и ноги под музыку, пытаясь при этом не хлебнуть воды. Сходила на пробное занятие и с удивлением обнаружила, что в довольно дорогих спортклубах совсем мало молодёжи. И в раздевалках, и в сауне, и в бассейне рядом со мной потели и пыхтели в основном те, кому «за». Поразмыслив, я поняла, что всё логично. Дети выросли, пенсия ещё не скоро, зарплаты у нас, говорят, растут – самое время заняться сохранением остатков здоровья. В общем, посмотрела я на этих крутых «бабушек» и пообещала самой себе в новом году купить абонемент. В любом случае это легче сделать, чем перестать есть на ночь и раньше ложиться спать. Всё-таки немалая цена «абики» будет меня стимулировать хотя бы первое время, а там вдруг удастся втянуться? Как-то же все ходят, значит, и я смогу. Буду держать вас в курсе!

Мнение автора может не совпадать с мнением редакции.

## КОНКУРС

## ИЩЕМ ЛУЧШИЙ ПАНК-ЛУК

**ДРУЗЬЯ,** Metro объявляет дату финала конкурса на лучший панк-лук – 26 января в газете мы объявим имена трёх победителей и вручим им по два билета на выставку «Панк-культура. Король и Шут». Кто ещё не успел поучаствовать, присылайте свои свежие фотографии в панковском образе или отправьте архивные снимки, мы разместим их в газете. Финалом конкурса также станет размещение фотографий участников на стене объявлений выставки в «Севкабель Порту».

Тех, кто хочет, чтобы его снимки появились в общественном пространстве, просим заполнить форму соглашения. Её можно скачать по QR-коду.



Скан или фото документа с подписью, как и ваши панк-фото, необходимо прислать на адрес konkurs@metronews.ru.

## «БЕЗ ЗАДНИХ ЛАП»

**ДРУЗЬЯ,** конкурс «Без задних лап» продолжается! Присылайте 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!



«Мой кот Компот демонстрирует, что значит спать без задних ног, если задние ноги спать явно не хотят!» – хозяйка Наталья.



«Бэлла любит спать в коробочках, прячется от молодой подружки», – хозяйка Екатерина.



«Наша Буся очень любит отдыхать пузиком кверху», – хозяйка Ольга.

## КОНКУРС

БЕСПЛАТНОЕ\*  
ОБСЛЕДОВАНИЕ!!!  
ДЛЯ ГРАЖДАН РФ

- ⊕ УЗИ сосудов шеи
- ⊕ УЗИ вен нижних конечностей
- ⊕ УЗИ коленных суставов
- ⊕ 3D сканирование позвоночника

МС-Клиника, ЛО41-01148-78/00324514

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

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

\*БЕСПЛАТНО ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ КУПОНА

## ТРЕБУЮТСЯ

РАСПРОСТРАНТЕЛИ  
ГАЗЕТЫ  
metro

Работа с 7 до 11 утра,  
вторник и четверг

Оформление по договору

Подробная информация  
по телефону  
**+7(911)245-78-65**

**Антре  
Студия**

**НАТЯЖНЫХ  
ПОТОЛКОВ**

11 м<sup>2</sup> - 7150 руб.  
15 м<sup>2</sup> - 9750 руб.  
20 м<sup>2</sup> - 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 приобретении 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**

**РАБОТА ДЛЯ АКТИВНЫХ**

**metro КОНТРОЛЕР**

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

**+7(953) 146-06-51**

metro

16+

Газета Metro [Metro]  
Санкт-Петербург  
№02 (4718)  
Генеральный директор  
Наталья Брагинская

• Главный редактор  
**Сирота А. Л.**

• Арт-директор  
**Константин Лебедин**

• Руководитель отдела рекламы  
**Вера Гриднева**

• Редактор номера  
**Зинаида Белова**

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 № 71

Время подписания в печать:  
по графику – 12.01.2024, 20.00  
фактическое – 12.01.2024, 20.00  
Т. 150 000. Распространяется бесплатно

# Петербургские моржи зовут в прорубь

В праздник Крещения некоторые люди купаются в проруби. А есть те, кто погружаются в ледяную воду без повода, – это моржи. О чудесах, которые творит процедура, Metro рассказали петербургские пловцы



**ЮЛИЯ ЖУРАВЛЁВА**  
yuliya.zhuravleva@metronews.ru

Жительница Северной столицы Валентина стала моржом, как только родилась. Когда девочка появилась на свет, она не кричала и не дышала. На помощь отчаявшимся акушерам подоспела санитарка с ведром холодной воды...

– Врачи говорили: «Всё, не жилец». Но тут подбежала бабушка, которая мыла пол, и вылила на меня воду. Не успели все опомниться, как я закричала. Вот такое у меня символическое рождение. Моя судьба – это моржевание! – делится с журналистом Metro петербурженка.

**Обливания на балконе**  
Закаливание Валентина практикует всю свою жизнь. В детстве к процедуре её



Моржеванием Оксана Ломова победила мигрени, которые мучали её с 5-го класса | **ВСЕ ФОТО: ГЕРОИНИ ПУБЛИКАЦИИ**

приучал папа. Зимой он выводит ребёнка на балкон и окатывал водой. Позже привычка затерялась среди будничных дел. До тех пор, пока медики не поставили Валентине страшный диагноз – «онкология».

– Умирать не хотелось, молоденькая была – 30 лет всего. Стрессанула страшно! Увидела по телевизору репортаж о моржах в Озерках и поняла, что мне это надо. Поехала в тот же день. На улице было холодно – минус 25 градусов. Пошла, окунулась, а потом, когда возвращалась к метро, у меня было какое-то космическое состояние! – продолжает Вален-

тина. – Операцию всё равно пришлось делать. Я ходила в храм, молилась, причащалась и окуналась. Всё прошло успешно.

## Эликсир молодости

Сейчас за плечами Валентины уже сотни погружений. Окунается в прорубь она по настроению: может 2–3 раза в неделю, а может и каждый день. Моржеванием жительница Северной столицы борется со стрессами и хроническими болез-



Петербургенку Валентину ледяная вода буквально вернула с того света

нями. – У меня всю жизнь был бронхит. Я кашляла так, что меня сторонились люди. Пошла в прорубь – и больше не кашляю! – признаётся Валентина.

## +1...+3

градуса – температура любой воды в жидком состоянии, даже если на улице –25 градусов

## Во льду – без мигрени

О чудодейственной силе моржевания уже ходят легенды. Петербуржцы, практикующие зимние купания, рассказывают об укреплении иммунитета и победе над заболеваниями, которые тревожили их годами.

– Я страдала с 5-го класса сильными мигренями с потерей зрения и онемением конечностей. С купанием эти боли стали всё реже, и вот уже два года я не знаю, что такое мигрень (тьфу-тьфу), – рассказывает жительница Петербурга Оксана

Ломова.

В прорубь Оксана «подтянула» своих знакомых и друзей.

– Много положительных моментов: оздоровление сердечно-сосудистой системы, снятие стресса. Холодная вода очень хорошо восстанавливает организм, – делится Оксана Ломова.

## Молодая моржиня

Армия моржей пополняется ежегодно. Ещё больше желающих стало после того, как в мае 2023-го зимнее плавание признали официальным видом спорта в России. 28-летняя петербурженка Кира Кадырбекова в этом сезоне совершила свой дебютный заплыв.

– Мне было до жути страшно. Но мой девиз: боисься – делай! Я визжала – то ли от страха, то ли от радости! Во время первого погружения вода мне показалась как парное молоко. Это из-за контраста температур. Кожу начало приятно покалывать. А затем ко мне пришла эйфория, которая бывает на пробежках, когда происходит яркий всплеск гормонов! – рассказывает горожанка.

Молодая моржиня поделилась, что в этом сезоне ещё ни разу не слегла с простудой, да и новый штамм коронавируса обошёл её стороной.

– Слышала, что моржи болеют в 5 раз меньше, чем обычные люди. Кажется, это чистая правда! – считает Кира Кадырбекова.



**PLUS**

WWW.METRONNEWS.RU

*«Мне было до жути страшно. Но мой девиз: боисься – делай! Во время первого погружения вода мне показалась как парное молоко».*

Кира Кадырбекова, начинающий морж



## ЭКСПЕРТ



**ОЛЬГА КРЫЛОВА**  
врач-кардиолог, к.м.н.

– Моржевание требует серьёзного подхода. Прежде чем окунуться в прорубь зимой, нужно потренироваться осенью. Попробуйте хотя бы при температуре +10...+15 градусов погрузиться в воду. Вполне возможно, что после этого вам не захочется купаться в морозы. Если вас это не испугало, то нужно

помнить следующее: нельзя моржевать, если вы переутомлены, простужены или только выздоровели. Процедуры на морозе не показаны перед операциями и после них (даже если речь об удалении зуба). Голодным или переевшим «вход в прорубь» также воспрещён. Не рекомендовано зимнее плавание при заболеваниях сердца и сосудов.

Польза моржевания заключается в его тонизирующем эффекте. Организм получает толчок, позволяющий взбодрить иммунную,

эндокринную, нервную системы. Это эффективный метод против ипохондрии и депрессии. Но есть и обратная сторона: частое подстёгивание организма с помощью холодной воды ведёт к истощению тела и изнашиванию нервной системы.

«Так моржеваться или нет?» – спросите вы. Всё индивидуально! Попробуйте себя в осенних купаниях, посоветуйтесь с врачом. Но самое главное – помните: во всём нужна мера, иначе любое благо может стать злом.

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

<p><b>СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ:</b></p> <p><b>РосРемонт</b> КОМНАТА – 9500р. ВАННА – 14500р. Т.914-8585</p> <p>• Шкаф в туалет 89500165055</p> <p><b>РАБОТА:</b></p> <p>• Охранники в ТЦ, 3/п 50т.р. м. Пл. Восстания т. 8-911-0004472</p> <p>• Курьеры. Разноска газет по п/ящикам. 89522270132</p>	<p><b>Требуется РАБОТНИК СКЛАДА</b> оклад 57 500 руб. Тел. 8952-239-52-03</p> <p>• Пом. в архив 65тр 9893478318</p> <p><b>КУПЛЮ:</b></p> <p><b>СКУПКА КНИГ</b> Выезд по СПб и пригородам от 100 экземпляров. Оплата сразу. <b>934-00-62</b></p> <p>• Книги. Зингер. Значки. 953-3970</p> <p>• Радиодетали, приборы 984-20-55</p>	<p>• Куплю книги 9496981, 9583223</p> <p><b>НЕДВИЖИМОСТЬ. КУПЛЮ:</b></p> <p><b>СРОЧНЫЙ ВЫКУП</b> Квартир, Комнат, Долей. <b>+7 (911) 705-61-90</b></p> <p><b>РАЗНОЕ:</b></p> <p>Диплом Сабирова Сарожон год рождения 24.03.1952, выданный Таганрогским государственным педагогическим институтом им. Чехова Ростовской области, в связи с утратой считать недействительным.</p>
--	--	---

**ЦЕНТР ФЛЕБОЛОГИИ**  
varikoz.ru

**Специализированная клиника**

Лазерное лечение варикозных вен и сосудистых звездочек

Консультация флеболога +УЗИ вен в день приема

**+7 (812) 448-47-48**  
м. «Площадь Восстания», Парадная ул., д. 3, корп. 2

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лиц. № ЛО41-01021-66/00589359 от 30.07.2020

**ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ОХРАННИКОВ**  
(мужчины/женщины) Зароботная плата от 25 000 руб.  
Работа в Санкт-Петербурге. Различные графики. ВАХТА  
тел. **633-35-16, 8-921-849-19-84**

**ПОДРАБОТКА**  
Опыт работы не требуется. Ежедневные выплаты  
Тел: **8 (992) 186-41-67**

**КУРЬЕР ПЕШИЙ**  
График 5/2. Сдельная зароботная плата + премии.  
Компенсация проезда, связи  
Т. **+7-921-579-89-89** Игорь

**ПРОДАВЕЦ ЛОТЕРЕЙНЫХ БИЛЕТОВ**  
разные р-ны города, график сменный 3/3, 4/4  
обучаем, з/п на руки от 25000 р.  
**8-812-385-47-22**

**ОХРАННИКИ**  
Дневные смены. Гражданство РФ, можно без  
лицензии. ЗП от 30 000 до 55 000 рублей.  
**8-904-617-76-40**

**ОХРАННИКИ**  
МИТРОФАНЬЕВСКОЕ шоссе, РЖЕВКА, ДЕВЯТКИНО  
Гибкий график, достойная ЗП  
**8-921-868-36-68**

**РАБОЧИЙ-ДВОРНИК**  
Мужчины и женщины, ЗП 50 000 р., гр. 5/2,  
по ТК РФ, ст.м. Кировский завод, Нарвская  
**459-45-86, 8-921-425-83-01, АО «АТЭК»**

**ТРАКТОРИСТ**  
з/пл. 65 000 на руки, График 5/2, по ТК РФ  
ст. м. Кировский завод, Нарвская, ул. Трефолева, 2  
**459-45-86, 8-921-425-83-01, АО «АТЭК»**

**ОХРАННИКИ**  
Объекты в разных районах города. Различные графики работы.  
Оплата 2 раза в месяц без задержек.  
Подробная информация по тел. **+79219992994, +79319995911**

**ОХРАНА ОБЪЕКТОВ**  
в Санкт-Петербурге.  
Требуются лицензированные охранники.  
**8-931-324-59-48, Игорь Владимирович**

**АО НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ «ГИРИКОНД»**  
В связи с увеличением объёмов производства требуются:

- Сборщик радиодеталей
- Сборщик изделий электронной техники
- Сборщик полупроводниковых приборов
- Измеритель изделий электронной техники
- Оператор микросварки
- Оператор прецизионной фотолитографии
- Оператор установок по нанесению покрытий в вакууме
- Гальваник
- Уборщик территории (дворник)
- Рабочий комплексной уборки (уборщица)

Адрес: С-Петербург, м. Политехническая, ул. Курчатова, д.10  
**8 (812) 552-61-40**  
Ирина Владимировна

Со всеми актуальными вакансиями можно ознакомиться перейдя на сайт компании по QR-коду

Охранному предприятию в связи с открытием объектов **требуются**

**ОХРАННИКИ**

Объекты по всему СПб и Лен. области. Суточные или дневные смены на выбор. Магазины, есть объекты с питанием.

Ставки за смену:  
от 2600 до 3400 дневные,  
от 3900 до 4000 суточные

**8 (921) 632-18-03**  
**8 (937) 929-99-16**

**ПУБЛИКАЦИЯ ВАКАНСИЙ**  
в газете МЕТРО

Марина Спорникова  
244-43-43 доб. 228  
marina.spornikova@metronews.ru

Компания «БИРИБО» набирает

**ГРУЗЧИКОВ-КОМПЛЕКТОВЩИКОВ**  
ЗП 60 000 руб. на руки без задержек

Условия:

- Официальное оформление
- Бесплатные обеды за счет компании
- Стабильная выплата заработной платы от **60 000** руб. на руки в месяц
- Чистый склад 1000 м.
- Утепленная рабочая зона
- График 5/2
- Две субботы в месяц рабочие с 9-00 до 14-00
- Предоставляется спецодежда
- Возможность карьерного и профессионального роста

Обязанности:

- Погрузо-разгрузочные работы
- Размещение товара
- Комплектация заказов по терминалам сбора данных
- Поддержание порядка на складе

Требования:

- Желание работать
- Внимательность, дисциплинированность, ответственность
- Аккуратность, исполнительность
- Готовность к физическим нагрузкам
- Мы берём кандидатов без опыта работы - всему научим.

**Действует акция! Приведи друга и получи 10 000 руб.!**  
\* выплата после прохождения другом испытательного срока - 3 мес.

Контактный номер: **+7-981-982-51-87** Наталья (специалист по кадрам)  
Санкт-Петербург, м. "Нарвская", Химический переулок, 12., к.35

**ОП Бинар**

**ПРИГЛАШАЮТСЯ ОХРАННИКИ**  
график работы сменный, вахта  
З/П от 35 до 85 тыс. руб.  
тел: **+7 931-543-33-53**

**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.: **+7-967-513-81-00**

**ОХРАННИКИ**  
Дневные, суточные смены, Гражданство РФ,  
можно без лицензии, ЗП от 23000 до 60000 рублей.  
СПб и ЛО. Для ПЕНСИОНЕРОВ индивидуальные условия.  
**8-921-597-66-35**

Приглашаем в нашу команду:

**ФЛОРИСТОВ**  
**НОЧНЫХ ПРОДАВЦОВ**

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

- Сменный график работы 2/2, 3/3 по 12 часов.
- Работа рядом с домом (магазины в разных районах города).

+7 (921) 645-42-44  
+7 (812) 777-53-07

РАБОТА РЯДОМ! ЗВОНИТЕ!

**СРОЧНО!** ООО "Завод пластмасс №1" приглашает

**ЛИТЕЙЩИКОВ ПЛАСТМАСС**

Обязанности: обслуживание термопластавтоматов (обучение на месте)  
Условия: з/пл от 50 000 р.  
График работы: дневные и ночные смены по 12 часов;  
Место работы: Промзона Парнас, 2 верхний переулк 10.  
Запись на собеседования: **+7 911 193 82 47 Анна**

В связи с активным расширением производства АО «Завод «Реконд»

**ПРИГЛАШАЕТ:**

**ИНЖЕНЕРОВ-ТЕХНОЛОГОВ** от 60 000 руб.  
**ШЛИФОВЩИКОВ** от 70 000 руб.  
**ТОКАРЕЙ** от 70 000 руб.  
**СБОРЩИК ПОЛУПРОВОДНИКОВЫХ ПРИБОРОВ** 50 300 руб.

Отдел кадров: тел. 552-92-66, электронная почта: ok@zrekond.ru метро «Политехническая»

**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

ТРЕБУЮТСЯ

**СОТРУДНИЦЫ, СОТРУДНИКИ**  
для уборки служебных помещений ТЕАТРА.

График гибкий:  
Уборка с 7:00 до 10:00, с 7:00 до 13:00  
Поддерживающая уборка с 13:00 до 21:00.

Шесть дней в неделю, выходной «плавающий».  
Оформление по ТК, дГКХ, ТД (индивидуальный подход)  
**З/п 35 000-65 000 рублей.**  
Работа в центре города.

Запись на собеседование с 8:00 до 17:00  
Тел. раб. 8(911)-902-01-40,  
8(911)-273-21-55, 8(962)-345-12-83

**ДЛЯ УБОРКИ ПОМЕЩЕНИЙ, ТЕРРИТОРИИ МФК «ЛАХТА ЦЕНТР» ТРЕБУЮТСЯ**

<b>Уборщик(-ца) помещений</b> График: 5/2, по 8 ч., 07.00-16.00 или 09.00 до 18.00	Оклад 43400 - 46400 руб.	• Развозка от метро ст. м. Беговая • Доплата за выполнение доп. работ • Оплата сверхурочных работ • Премии по итогам работы за полугодие • Официальное трудоустройство • Белая зароботная плата • Выплата з/п на банковскую карту
График: 5/2, по 3 часа, 7.00-10.00 График: 5/2, по 4 часа, 18.00-22.00 График: 2/2, по 12 часа, 07.00-19.00	27300 - 30300 руб. 27300 - 30300 руб. 43400 - 46400 руб.	
<b>Уборщик(-ца) коферумов</b> График: 5/2, по 12 ч., 07.00 -19.00	Оклад 62000 - 65000 руб.	СПб, ст. м. Беговая, Лактинский пр., д. 2, к.3 <b>8 904 513-20-60</b>
<b>Уборщик(-ца) помещений вых. дня</b> График: 2/5, по 8 ч., 09.00 -18.00	Оклад 27300 - 30300 руб.	
<b>Техник-уборщик</b> График: 5/2, по 8 ч., 07.00 -16.00 или 09.00 - 18.00	Оклад 59500 - 62500 руб.	
<b>Оператор поломоечной машины</b> График: 2/2, по 12 ч., 07.00 -19.00	Оклад 59500 - 62500 руб.	
<b>Оператор поломоечной машины (уборка в ночное время)</b> График: 2/2, по 12 ч., 20.00 -08.00	Оклад 67000 - 70000 руб.	
<b>Тракторист</b> График: 5/2, по 8 ч., 7.00-16.00	Оклад 79750 руб.	
<b>Уборщик территории</b> График: 5/2, по 8 ч., 09.00 -18.00 (возможен гибкий график)	Оклад от 62500 руб.	

# «Моя героиня угождает всем» Эмма Стоун

Фильм «Бедные-несчастные» Йоргоса Лантимоса получил на прошлой неделе «Золотой глобус», а Эмма Стоун – приз за главную женскую роль в нём. Metro поговорило с актрисой об этой работе, а также о сериале «Проклятие», где она также сыграла главную роль

Сериал «Проклятие», созданный совместно Нэйтаном Филдером, Эммой Стоун и Бенни Сэфди, – психологический триллер с элементами хоррора. В центре сюжета – история супружеской пары Уитни и Ашера, которые пытаются зачать ребёнка, но считают, что ничего не получается из-за чьего-то проклятия. За роль Уитни Эмма номинировалась на

«Золотой глобус», а получила в итоге его за другую работу – в фильме «Бедные-несчастные». Картина греческого режиссёра повествует о том, как из-за жестокого мужа Белла Бакстер покончила с собой, утопившись в реке, а эксцентричный учёный спас женщину, пересадив ей мозг её же нерождённого ребёнка.

## Как вы понимаете своего персонажа?

Моя героиня Уитни – это человек, который полностью зависит от тех, кто её окружает в данный момент. У неё как бы нет ничего своего. Она угождает всем, кто находится рядом. И вроде бы со всеми она милая и добрая, но на самом деле она совсем не такая хорошая.



GETTY

кость – иметь возможность полностью открыться и знать, что ты защищён.

## Роль Беллы в «Бедных-несчастных» довольно сложная. Как вы готовились к ней?

Я просто пыталась максимально отторгнуть весь страх осуждения и стыд, присущие взрослому человеку. Прежде всего нужно было постараться отпустить всё, потому что Белла – это чистая радость и любопытство, у неё нет стыда и психологических травм. Ведь трудно найти взрослого человека, который не имел бы определённых павловских рефлексов на те или иные вещи или определённых суждений о себе и о других. Она просто живёт здесь и сейчас. Научиться этому

и было, пожалуй, самой большой частью подготовки к роли.

## Кто вам помогал в создании такого уникального персонажа?

Я работала над этим с Йоргосом, а также с потрясающими актёрами – Рами Юссефом, Уиллемом Дефо, Марком Руффало. Знаете, когда работаешь с такими людьми, ты как будто чувствуешь, что на самом деле можешь быть на сцене свободным. Мой персонаж действительно ни на кого не похож. Да, ещё Йоргос попросил меня посмотреть «Каждый за себя, а Бог против всех» Вернера Херцога. Но скорее для того, чтобы просто вдохновиться чем-то совершенно другим. Многие делались на интуиции, а мы просто пытались опираться на тот материал, который у нас был. **МАРИЯ ЭСТЕВЕС**

## Досье

- Возраст: 35 лет
- Родилась: Скотсдейл, Аризона, США
- Фильмография: «Прислуга», «Ла-Ла Ленд», «Бёрдмэн», «Круэлла», «Фаворитка», «Гонка», «Маньяк», «Малкольм в центре внимания», «Счастливчик Луи», «Студия 30»

## Почему вы решили сняться в телесериале «Проклятие»?

Мы знакомы с Нэйтаном (Филдером) около двух лет, и как-то он сказал мне: «Тут у Бенни (Сэфди) есть идея по поводу одного нового проекта. Тебе интересно было бы поучаствовать в нём?» Я ответила: «Конечно, я в деле». В итоге «Проклятие» стало для меня увлекательной и самой сложной ролью, которую я когда-либо играла.

## Вам, похоже, по-прежнему очень нравится сотрудничать с Йоргосом Лантимосом. Чем он вас так привлекает?

После того как закончили «Фаворитку», мы сразу же начали говорить о других проектах, и именно тогда он заговорил со мной о «Бедных-несчастных». Я чувствую, что могу полностью доверять Йоргосу как режиссёру и соавтору, а для актёра это большая ред-

**АКЦИЯ!**  
**Пансионат для пожилых людей**  
С заботой и уходом для каждого постояльца.  
♥ 4-х разовое питание,  
♥ комфортное размещение и домашняя атмосфера,  
♥ организация досуга и прогулок на свежем воздухе (имеется своя территория)  
ул. Гладкова, дом 15 (рядом с метро «Нарвская») **990-00-91, +7 (911) 991-19-56**

70 км от Санкт-Петербурга на берегу Финского залива  
**ВОСТОК**  
**СКИДКА 30%\***  
НА ПУТЕВКИ С ЛЕЧЕНИЕМ И НА ОТДЫХ с 09.01.24 по 31.05.24  
• 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 предоставляется на путевки продолжительностью от 5 дней при 100% оплате: за 15 дней до заезда в период 09.01.24 - 21.02.24, за 60 дней до заезда в период 22.02.24 - 31.05.24.  
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  
**ЭКЛЕКТИКА**  
агентство путешествий  
**АВТОБУСНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ И ЛЕНОБЛАСТИ**  
20.01 НЕОБЫЧНОЕ ЦАРСКОЕ СЕЛО 17.02 МАТОКА СО ВКУСОМ СЫРА ХИТ!  
21.01 НОВЕЙШАЯ АРХИТЕКТУРА ПЕТЕРБУРГА NEW! 24.02 ПО ПЕТЕРБУРГСКОМУ ВРЕМЕНИ  
27.01 РАНЫ БЛОКАДЫ НА СЕВЕРЕ ГОРОДА 24.02 СЕРЕБРЯНЫЙ ВЕК В ЦАРСКОМ СЕЛЕ  
28.01 ЗИМНИЙ СЕЗОН В СИБИРСКОЙ ХИТ! 02.03 ЧУДОВО: В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО  
11.02 ПЕТЕРБУРГ АЛЕКСАНДРА БЛОКА 02.03 СТАРАЯ ГАТЧИНА. ДОМА И ЛЮДИ  
**НОВЫЕ ПЕШЕХОДНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ**  
18.01 ВСЕЛЕННАЯ ТИШИНЫ NEW! 04.02 ПРОСТРАНСТВО 360 (+ лекция) NEW!  
20.01 КОНДИТЕРСКАЯ ВОЛЬФА И БЕРАНЖЕ 08.02 «ПОЛТОРЫ КОМНАТЫ» И. БРОДСКОГО  
20.01 СОБОР КАК КАМЕРТОН ЭПОХИ ХИТ! 10.02 О ДУЭЛЯХ И ДУЭЛЯНТАХ NEW!  
21.01 ЗАГЛЯНЕМ В СЕЙФ ТОВ. КРАСИНА 11.02 В МУЗЕЕ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА  
28.01 ВЫ ПРЕКРАСНЫ (муз. К. Булыль) 14.02 ДОМ ВЕТЕРАНОВ СЦЕНЫ им. САВИНОЙ  
03.02 СМОЛЬНЫЙ – СВИДЕТЕЛЬ ЭПОХ! 20.02 ГРАНД-ОТЕЛЬ «ЕВРОПА» ХИТ!  
**ТУРЫ ПО РОССИИ**  
с 26.01 ЛЕДЯНОЙ МИР НА ОЗЕРЕ БАЙКАЛ → 08-09.03 ПУШКИНСКИЕ ГОРЫ (с дегустацией) ХИТ!  
23-25.02 ВКУСНАЯ ВОЛОГА (интерактив) ХИТ! 09-10.03 В.НОВГОРОД: В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО NEW!  
04-11.03 СНЕЖНАЯ КАМЧАТКА → 27-30.03 ПОМОРСКИЕ СКАЗЫ ХИТ! →  
08-10.03 ТОРЖОК-КОНАКОВО-ДМИТРОВ-ЖОСТОВО 30-31.03 ЗАВОЛЖЬЕ: ВОЛКОВ, ТИХВИН, КИРИШИ  
NEW - новый. ООО «АП «ЭКЛЕКТИКА». ОГРН 1127847341159 6+

ООО «АРКТОС» (оборудование для систем вентиляции и кондиционирования) в связи с расширением производства и увеличением заказов требуются:  
**РАБОЧИЕ НА СКЛАД** (з/п от 45 000 р.)  
**РАБОЧИЕ НА ПРОИЗВОДСТВО** (слесарь МСР, штамповщик, оператор ЧПУ)  
**САНТЕХНИК** з/п 50 000 р.  
**КОНТРОЛЕР ОТК** з/п от 45 000 р.  
**ВОДИТЕЛЬ** кат. В, Д (з/п от 55 000 р.)  
Тел. 441-29-19  
6-ой Предпортовый проезд, д. 4

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

**СОЮЗПУШНИНА SOJUZPUSHNINA**  
**ВРЕМЕННАЯ РАБОТА**  
Приглашаем РАБОТНИКОВ (от 18 до 50 лет) на подготовку к аукциону с 28.01.2024 по 13.02.2024 ОПЛАТА 250 руб/час (на руки)  
ПРИГЛАШАЕМ СТУДЕНТОВ на Международный пушной аукцион с 14.02.2024 по 15.02.2024 ОПЛАТА 200 руб/час (на руки)  
Обращаться по телефонам: 313-67-19, 8-911-711-92-76 (звонить с 09:00 до 17:00)

**СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ ПЕРСОНАЛ 8 904 513-20-60**

Ст. метро «Черная речка»	Оклад (руб.)	Ст. метро «Крестовский остров»	Оклад (руб.)
Оператор помоечной машины График: 2/2, по 12 часа, 7.00–19.00	51750–57500	Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00–18.00	41400
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 3 часа, 06.00–09.00	25300	Техник-уборщик График: 5/2, по 8 ч., 6.00–14.00/14.00–22.00	25300
Рабочий по уборке паркинга График: 5/2, по 8 часов, с 9.00–18.00	от 57500	График: 5/2, по 8 ч., 9.00–18.00	51750–57500
		График: 5/2, по 4 ч., 18.00–22.00	28750
		Дворник График: 2/2, по 12 ч., 7.00–19.00	51750–57500
		Уборщик(-ца) коферумов График: 5/2, по 12 ч., 7.00–19.00	60000
Ст. метро «Чкаловская»	Оклад (руб.)		
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00–18.00	41400		
График: 5/2, по 4 ч., 18.00–22.00	25300		
График: 5/2, по 3 часа, 6.00–9.00	25300		
Уборщик(-ца) помещений в ночь График: 5/2, по 12 ч., 20.00–8.00	65000–68000		
Ст. метро «Московская»	Оклад (руб.)		
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 часа, 8.00–17.00	41400		
Техник-уборщик График: 5/2, по 4 часа, с 18.00 до 22.00	28750		
Уборщик(-ца) коферумов График: 5/2, по 12 часов, 6.00–18.00	60000		

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

**ПРОЧИТАЛ МЕТРО ОТ КОРКИ ДО КОРКИ? ВЫХОДЯ, ВЕРНИ НА СТОЙКУ**

Организатор ПЕРЕВОЗОК СПб ГКУ «Организатор перевозок» проводит набор  
**КОНТРОЛЕРОВ-РЕВИЗОРОВ** пассажирского транспорта  
• Официальное оформление.  
• Скользящий график работы.  
• Обучение за счет работодателя.  
• 3/п 55 800 руб. до вычета налогов.  
Обращаться по тел.:  
**8 (812) 576-57-55; 8-931-326-51-91**

## Гороскоп

**♈ Овен**  
21.03 – 20.04  
Возможно, ещё вчера дела шли не так, как планировалось, но сегодня у вас всё должно получаться как нельзя лучше.

**♉ Телец**  
21.04 – 21.05  
Не самой хорошей мыслью будет бежать быстрее ветра, обгоняя всех на своём пути. Лучше временно попридержать коней, побыть в арьергарде.

**♊ Близнецы**  
22.05 – 21.06  
В одиночку добиться больших результатов вряд ли возможно. Но если заручитесь помощью своих друзей, вы способны свернуть горы.

**♋ Рак**  
22.06 – 22.07  
Во вторник Раки смело могут бороться за первое место в любом соревновании, по части профессиональных успехов вы окажетесь непревзойдёнными.

**♌ Лев**  
23.07 – 22.08  
День прекрасно подходит для обучения – а то, с какой стороны преподавательского стола вы находитесь, не имеет большого значения.

**♍ Дева**  
23.08 – 22.09  
Чего у типичных Дев не отнять, так это благоразумия. И сегодня это природное качество вам пригодится – будьте осторожны во всём, что делаете.

**♎ Весы**  
23.09 – 22.10  
Заниматься сейчас делами в одиночку не самая лучшая затея, – действуйте заодно со своими товарищами.

**♏ Скорпион**  
23.10 – 21.11  
Вряд ли этот день доставит большое удовольствие Скорпионам: работать придётся много, но ни материальной, ни моральной радости он не принесёт.

**♐ Стрелец**  
22.11 – 21.12  
Этот день, а тем более вечер после работы, доставит вам много приятных минут. Но не ждите милости от звёзд, сделайте его интересным сами.

**♑ Козерог**  
22.12 – 20.01  
Утверждать, что вторник будет для Козерогов неудачным, конечно, нельзя, но то, что на производстве рассчитывать на многое не стоит, – это точно.

**♒ Водолей**  
21.01 – 18.02  
Наступило время общения и контактов, а Водолеи пообщаться любят. Правда, великой пользы от полученной информации будет не очень много.

**♓ Рыбы**  
19.02 – 20.03  
Если собираетесь сегодня купить давно понравившуюся вещь, вы выбрали правильное время – в любом случае на завтра это откладывать не стоит.

### ЭКСПЕРТ



**МИХАИЛ ЧИСТЯКОВ,**  
АСТРОЛОГ  
Центр прогнозирования  
и психологии «АСТРУС»

Лишь рано утром, до 07.50, Луна будет без курса. В остальном же этот день, равно как и день вчерашний, вполне благоприятен. В 6-е лунные сутки гадали по небесным знаменам – по полёту птиц и очертаниям облаков. Если небо затянуто чёрными тучами – жди неприятностей.

**7 СЕМИШАГОФФ** горячая линия: 648-5000  
**АКЦИЯ!**  
с 16.01.24 по 21.01.24

<b>289.99</b> Окорок свиной бескостный охл. 1кг	<b>359.99</b> Карбонат охл. 1кг	<b>199.99</b> Горбуша 1кг
<b>199.99</b> Голень цыплёнка охл. 1кг	<b>349.99</b> Филе грудки цыплёнка охл. 1кг	<b>469.99</b> Филе грудки индейки охл. 1кг
<b>59.99</b> Горошек "Грин Рэй" молодой без сахара 425мл	<b>99.99</b> Масло "Злато" подсолнечное раф. 1л	<b>129.99</b> Сыр "Ландерс" Легкий 30% 230г, Беларусь
<b>24.99</b> Бублики "Украинские" 100г*2шт, Каравай	<b>99.99</b> Апельсины 1кг	<b>179.99</b> Мандарины Марокко фас. 1кг

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

# РАСПРОДАЖА ЗИМНИХ КОЛЛЕКЦИЙ СКИДКИ ДО 50%

**Большой Гостиный Двор**  
Санкт-Петербург, Невский пр., 35  
Метро «Гостиный Двор»  
СРОК АКЦИИ с 12.01.2024 г. по 31.01.2024 г.

**КРОНА ДЕНТ** СЕТЬ КЛИНИК  
www.kronadent.ru  
**200-74-47**

Успейте пройти **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ\*** у ведущих врачей-стоматологов клиники:

- ХИРУРГА-ИМПЛАНТОЛОГА
- ОРТОПЕДА

Предложение ограничено и действует до 31.01.24 г.

**Имплантация по системе All on 4\*\***  
В стоимость входит:  
4 имплантата Lenmiriot с установкой  
4 формирователя десны  
Редукция  
Временный протез акриловый с работой

**102 800 руб.** ВМЕСТО \* 126 800Р

**АКЦИЯ! Имплатат Lenmiriot с установкой**

**12 450 руб.** ВМЕСТО \* 25 000Р

Кудрово, ул. Пражская, 7  
24 Пр. Просвещения, 53  
24 ст.м. «Маяковская», Стремянная ул., 16

**Запись по тел. 200-74-47**

\*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 +7 (812) 200-74-47. Акция до 31.01.2024 г. \*\*все на 4

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ