

М «Звёздная», 15 мин.
Аэросити
Жилой квартал Петербурга

от **3.4**
млн ₽

трамвай, школа, садик



у дома

AEROCITY CLUB (ЖК АЭРОСИТИ). АДРЕС: СПБ, ПОС. ШУШАРЫ, ШКОЛЬНАЯ УЛ. (ЗОНА 12). ЗАСТРОЙЩИК ООО «СТРОЙ-МАСТЕР». ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ НАШ.ДОМ.РФ. ЦЕНА 3 497 400 ₽ ЗА КВАРТИРУ 19,43 М². ПРЕДЛОЖЕНИЕ ОГРАНИЧЕНО. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТОЙ. ПОДРОБНЕЕ НА САЙТЕ LIDGROUP.RU

ЛИДЕР ГРУПП
Группа компаний

336-0-336

lidgroup.ru

ГАЗЕТА МЕТРО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ Вторник, 18 марта 2025 №19 (4834)

☁ Max. +3 °C | Min. 0 °C

№1 В РОССИИ*

metro®

news.ru

16+

metronews.ru VK metro_online gazetametro_spb

ИСТОРИЮ «АРТЕКА» РАССКАЖУТ В ФОТОГРАФИЯХ

Сегодня отмечается День воссоединения Крыма с Россией. Metro публикует уникальные снимки, которые петербуржцы увидят на готовящейся выставке в Военно-медицинском музее. С. 2

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ВОЕННО-МЕДИЦИНСКИМ МУЗЕЕМ

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

БОЛЬШОЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦИРК НА ФОНТАНКЕ

ГАСТРОЛИ ПРОДОЛЖАЮТСЯ

+7 (812) 660-50-04
+7 (812) 241-81-12

БУРЛЕСК

шоу **ГИИ БРАДЭ**

РОСГОСЦИРК

WWW.ROYALCIRCUS.RU
WWW.CIRCUS.SPB.RU

ООО «КОРОЛЕВСКИЙ ЦИРК» ОГРН 1178196006458 Г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ. ПУШКИНСКАЯ, ДОМ 163/169, КВ. 48
ФКП РОСГОСЦИРК ОГРН 1027739272527 Г. МОСКВА, УЛ. ПУШЕЧНАЯ, Д. 4 СТР. 3

* Metro – лидер по величине аудитории одного номера – 448,4 тыс. чел. (Среди всех печатных СМИ Петербурга, по результатам исследования NRS компании Mediascore за март – июль 2023 г.)

рекламно-информационная газета



МЧС пришло на помощь любителям зимней рыбалки | T.ME@MCHSPETERSBURG

Выход на лёд опасен

Спасатели не устают напоминать: в связи с разрушением ледового покрова выход на него крайне опасен. Не так давно со льда Финского залива эвакуировали пятерых любителей зимней рыбалки. Всё случилось около поселка Ушково в Курортном районе. «Из-за образовавшейся промоины мужчины не сумели самостоятельно вернуться на берег. На помощь им пришли сотрудники Северо-Западного регионального поисково-спасательного отряда МЧС России на катере на воздушной подушке», – сообщило МЧС Санкт-Петербурга в своём телеграм-канале.

На ярмарке вакансий пройдут мастер-классы

Ежегодная городская ярмарка «Профессиональный мир женщин» предложит более 5000 вакансий, сообщает Комитет по труду и занятости населения Санкт-Петербурга. Свои вакансии представят более 60 работодателей из различных отраслей, включая промышленность, торговлю, транспорт, финансы, медицину, сферу услуг. На ярмарке соискательницы смогут получить актуальную информацию об условиях, зарплатах, карьерных перспективах из первых рук и пройти короткие собеседования. Специалисты Центра занятости раскроют темы «Как сделать своё резюме заметным», «Как стать самозанятым» и многие другие. Для гостей также проведут мастер-классы по декоративно-прикладному творчеству. Мероприятие пройдёт 20 марта в отеле «Азимут».

Оформлено более 120 тыс. карт «Серебряный возраст»

Всего за полгода число держателей карты ЕКП «Серебряный возраст» превысило 120 тыс. человек. Она выпускается банками-эмитентами Единой карты петербуржца (ЕКП) в рамках инициативного губернатора Александром Бегловым и поддержанного Президентом Владимиром Путиным проекта «Серебряный возраст». С 1 сентября 2024 года их могут оформить в Петербурге женщины от 55 лет и мужчины от 60 лет. Помимо всего прочего карта «Серебряный возраст» открывает владельцам старшего поколения дополнительные возможности. В частности, с 1 марта 2025 года для них действует новая мера поддержки на посещение музеев – оплата входных билетов с использованием электронного сертификата номиналом 1500 рублей.



Первые артековцы жили в палатках

Сегодня жители солнечного полуострова, а вместе с ними и вся страна празднуют День воссоединения Крыма с Россией. В петербургском Военно-медицинском музее готовят выставку к 100-летию легендарного лагеря «Артек», основанную на уникальных фотографиях, сделанных в начале 1930-х годов. Альбомы несколько лет назад музеем передал Российский Красный Крест. Выставка откроется в начале апреля

ТЕКСТ: АЛЁНА БОБРОВИЧ, ФОТО: ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ВОЕННО-МЕДИЦИНСКИМ МУЗЕЕМ

1 Лагерь пионеров. Основателем пионерского лагеря-санатория в урочище Артек стал председатель ЦК Российского общества Красного Креста Зиновий Соловьев. Весной 1925 года в Крым выехала группа строителей. Вскоре в урочище Артек, на совершенно пустом и разорённом месте, до революции принадлежавшем помещику Первушину и заводчику Виннеру, возник палаточный лагерь пионеров. «Внутри каждой палатки стоял бак для питьевой воды, рабочий стол, 20 деревянных кроватей, между ними – тумбочки, у каждой кровати – табурет. Первые домики в лагере появились в 1928 году», – сообщают в музее.

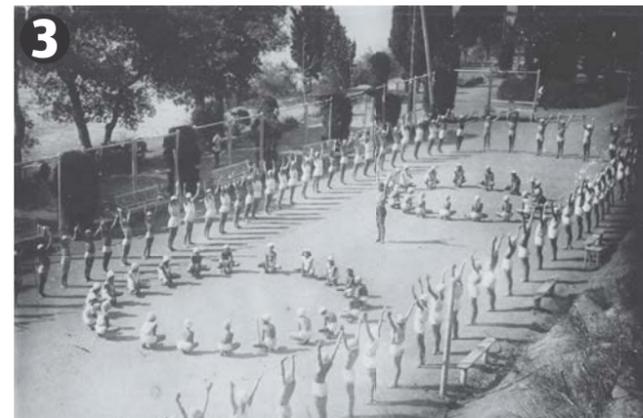
2 За смену дети набирали до шести килограмм. Первой кухней «Артека» был небольшой домик, к которому пристроили навес. Помещение оборудовали плитой с духовыми печами, столами, полками и шкафом для кухонной посуды. В продуктовой кладовой хранили сухие продукты, скоропортящиеся находились в шкафу-леднике. Калорийность суточного пайка достигала 4000 калорий, его выдавали в пять приёмов. За смену пионеры набирали в весе до 2,4 кг. Отдельные дети – до 4–6 кг, этому способствовало появление винограда, который выдавался сверх обычного суточного пайка по 500 г в день на пионера.

3 Утренний туалет и гимнастика. В лагерь направлялись дети с туберкулёзной неактивной или слабоактивной интоксикацией, с функциональными заболеваниями нервной системы, нерезко выраженными формами малокровия. Противопоказаниями были заразные болезни, такие

как трахома, стригущий лишай, чесотка. В программу оздоровительной работы входило: широкое применение природных методов лечения, строгое выполнение режима, занятия физической культурой. «Каждому пионеру при заселении выдавали отдельную кружку, кусок мыла, коробку зубного порошка, зубную щётку, полотенце, – комментируют сотрудники музея. – Половина артековцев до приезда в лагерь не чистили зубы, да и умываться как следует умели не все. Медработники объясняли, как проводится утренний туалет. Пионеры обещали, что по возвращении домой близких тоже приучат ухаживать за собой».

4 В Крым через Москву. Отъезжающим в «Артек» детям на вокзалах устраивали торжественные проводы. Большинство групп ехали в Крым через Москву. Те группы пионеров, которые делали пересадку в столице, знакомились с её достопримечательностями.

5 С телеги пересели в автобусы. Вначале в «Артеке» не было своего автотранспорта. Первые артековцы ехали поездом до Симферополя, до лагеря добирались на телегах. В 1929 году автомобильная компания «Крымкурсо» начала осуществлять перевозку детей в «Артек» и обратно своими автобусами. Однажды группу детей из Владимира и Ярославля решили отправить из Севастополя в Ялту пароходом. Группа попала в шторм, ребят и вожатых сильно укачало. С тех пор артековцев доставляли в лагерь только автотранспортом. В 1929 году у «Артека» появился первый собственный автомобиль – «Форд». Её подарил лагерю американец Макс Дикс.



«Территорию здоровья» открыли в Петербурге

По 23 марта на 3-м этаже ТЦ «Галерея» работает медико-просветительский проект «Территория здоровья». В течение 10 дней все желающие смогут пройти уникальные медицинские обследования, рассказали в Смольном. Они включают в себя картирование тела (цифровая дерматоскопия, выявляющая злокачественные новообразования кожи), оптическую компьютерную топографию, консультацию врачей (офтальмолога, терапевта, невролога, онколога, экспресс-анализ крови (уровень глюкозы и холестерина).

– Сегодня здесь много людей, проект «Территория здоровья» очень востребован, – сказал Александр Беглов. – Это не диспансеризация, а шаг к диспансеризации и посещению специалистов. Экспресс-диагностика и консультации на этой успешной площадке дают возможность получить подсказку, куда обратиться с вопросами о своём здоровье

Проект «Территория здоровья» работает с 2019 года. Раньше обследования были доступны в течение 2–3 дней, но теперь программу расширили. **METRO**



Губернатор Александр Беглов посетил «Территорию здоровья» | GOV.SPB.RU

Истории ВДВ в Петербурге посвятят новый сквер

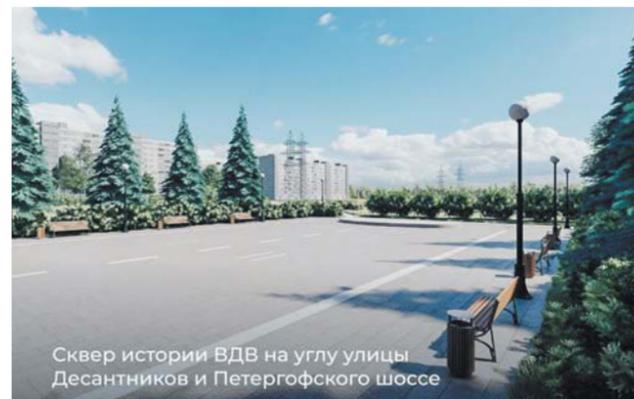
На месте пустыря на углу улицы Десантников и Петергофского шоссе в Красносельском районе приступают к созданию нового общественного пространства



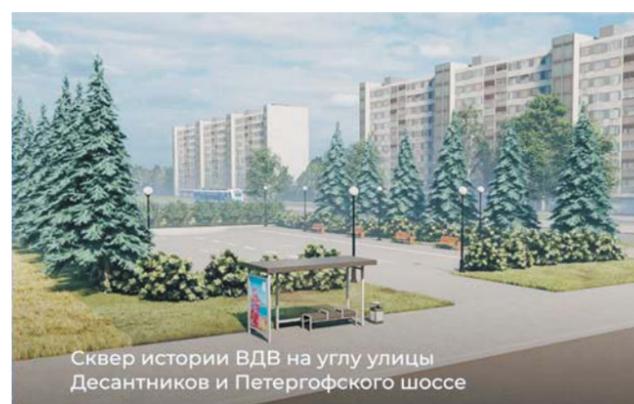
НИНА ПЕТРОВА
gorod@metronews.ru

«Посадим здесь хвойные деревья, установим скамейки для отдыха, сделаем освещение. По просьбе воинво-десантников разметка на мощении будет повторять линии взлётно-посадочной полосы», – написал в своём телеграм-канале губернатор города Александр Беглов.

В будущем на постаменте появится памятник. А пока его место займёт закладной камень. Работы будут проводиться по программе «Формирование комфортной городской среды» нацпроекта «Жильё и городская среда».



Сквер истории ВДВ на углу улицы Десантников и Петергофского шоссе



Сквер истории ВДВ на углу улицы Десантников и Петергофского шоссе

Так будет выглядеть сквер | GOV.SPB.RU

Благоустоят 60 объектов



В 2025 году планируется благоустроить 60 объектов. В их числе – третья очередь Линейного парка в Василеостровском районе, третий этап работ на Большой Невке и пляжи Детский, Дубковский и Комаровский.

«В 2024 году наш город был признан лучшим в выполнении федеральной программы «Формирование комфортной городской среды» за всё время её реализации. Теперь эта программа входит в инициативный Президентом России национальный проект «Инфраструктура для жизни». Для нас очень важно держать высокую планку», – сказал Александр Беглов.

ЦИФРОВИЗАЦИЯ В ЖКХ: НОВЫЙ ФОРМАТ КЛИЕНТСКОГО ОФИСА «ЕИРЦ СПБ»

В Санкт-Петербурге продолжают внедрять современные технологии. Мы уже привыкли к электронной очереди в МФЦ и коммерческих банках, где большую часть услуг можно получить оперативно в режиме одного окна, не теряя времени. Цифровизация приходит и в сферу жилищно-коммунального хозяйства. В рамках модернизации ЖКХ в городе открылся обновлённый центр обслуживания клиентов «ЕИРЦ СПб», который меняет подход к взаимодействию горожан с коммунальными службами. Центр уже принимает посетителей по адресу: улица Коллонтай, д. 28. Рассказываем, какие инновации ждут в нём клиентов.

О «ЕИРЦ СПб»

«Единый информационно-расчётный центр Санкт-Петербурга» («ЕИРЦ СПб») играет ключевую роль в создании комфортной среды по взаимодействию со сферой ЖКХ для петербуржцев. Организация обеспечивает прозрачность взаиморасчётов между жителями города и ресурсоснабжающими организациями. Уже к началу 2025 года более 2,9 млн собственников жилых и нежилых помещений в многоквартирных домах Санкт-Петербурга получают единый платёжный документ и могут обращаться за

консультациями в любой центр обслуживания клиентов, независимо от своей управляющей организации.

ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ С ОТКРЫТИЕМ НОВОГО ЦЕНТРА?

Это не просто обновление инфраструктуры и создание более комфортных условий для граждан, но и серьёзный шаг к новой философии клиентского сервиса. Теперь любой вопрос можно решить спокойно и без потери времени.

Во-первых, новые центры предлагают самообслуживание

без очередей – жители могут оплачивать услуги, передавать показания и получать консультации через цифровые терминалы.

Во-вторых, к каждому клиенту – персонализированный подход. Специалисты центра работают по принципу одного окна, помогая решать вопросы по начислениям за ЖКУ за один визит вне зависимости от адреса регистрации клиента.

КОМФОРТНАЯ СРЕДА ДЛЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ

О комфорте посетителей также позаботились. Новый центр

создан с учётом потребностей горожан. Здесь предусмотрены удобные зоны ожидания, детская комната для посетителей с детьми, а также специальная зона обучения цифровым сервисам. В этой зоне сотрудники помогают жителям освоить мобильное приложение «ЕИРЦ СПб/ПСК» и онлайн-кабинет, что делает управление услугами ЖКХ ещё более доступным, как для граждан серебряного возраста, так и для молодёжи.

ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ

Уточнили в компании вопрос о том, будет ли продолжена



практика реновации клиентских офисов – да. Открытие новых центров – часть масштабной стратегии по модернизации, отметили в «ЕИРЦ СПб». В ближайшее время планируется расширение сети инновационных точек обслуживания, где каждый житель сможет получить услуги без стресса и очередей.

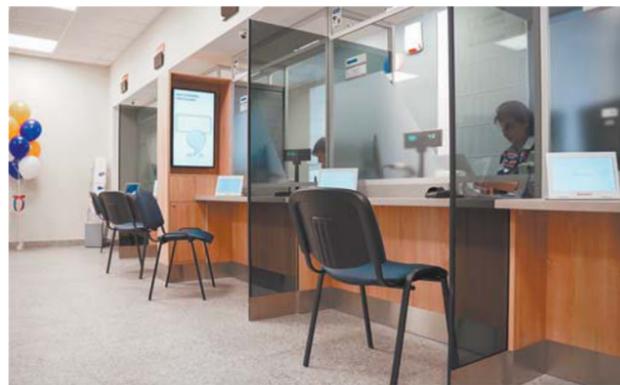
– Мы создаём не просто комфортный сервис – мы меняем саму модель взаимодействия с клиентами, – подчеркнул Генеральный директор «ЕИРЦ СПб» Денис Шабарин. – Современные технологии в ЖКХ – это не

опция, а необходимость. Наша цель – обеспечить каждому жителю возможность быстро, удобно и безопасно решать свои вопросы. Мы уверенно начали этот ответственный путь к улучшению качества обслуживания.



«ЕИРЦ СПб» в Telegram

16+





«Город и люди» – это проект о тех, кто вносит свой вклад в развитие города. «Финансовая среда» расскажет в том числе и о том, как не стать жертвой мошенников | ФОТО: СКРИНШОТ ТЕЛЕКАНАЛА «САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»



Какие проекты появились на телеканале «Санкт-Петербург»

На правах рекламы.

Сразу три новых программы появились у популярного телеканала в 2025 году. Metro рассказывает, чем они могут заинтересовать зрителей



НИНА ПЕТРОВА
gorod@metronews.ru

В январе зрители впервые увидели программу «Ключ к профессии» (12+) – спецпроект, посвященный выбору будущей специальности. В феврале на телеканале «Санкт-Петербург» появились ещё два новых проекта: «Город и люди» (6+) и «Финансовая среда» (12+).

Ключ к профессии

Важная новинка эфира – программа о выборе будущей специальности «Ключ к профессии». Она ориентирована на школьников, выбирающих свой путь.

Передача расскажет, какие профессии сегодня наиболее востребованы, где на них можно выучиться и сколько получают специалисты. Впрочем, посмотреть программу будет интересно зрителям любого возраста.

«Последние несколько лет ситуация в стране сильно изменилась. Вдруг выяснилось, что в городе есть огромные заводские мощности, но при этом не так много специалистов. Такие кадры нужно готовить со школы. К сожалению, в 90-е мы ушли от той практики, когда человек, работающий на заводе, представлял ценность для государства. Радует, что теперь правительство снова принимает меры, чтобы рабочие специальности стали интересными и высокооплачиваемыми. Мы, в свою очередь, выбираем для программы самые передовые профес-

сии. Современную молодёжь интересует техника XXI века. А на станках с ЧПУ сейчас выпускают даже сердечные клапаны. Поэтому первый наш выпуск был посвящён операторам ЧПУ», – рассказал Metro шеф-редактор программы Дмитрий Володин.

В выпуске «Медицинская сестра, медицинский брат» рассказывали про тех людей, без которых невозможно представить ни одну поликлинику или больницу. Сегодня это правая рука хирурга, надёжный помощник стоматолога и рентгенолога. Благодаря им пациенты бы-

ления специалиста. Сначала показывается вершина – то место, на котором предстоит работать в черашнему выпускнику. Потом техникум, потом школа, где-то кружок. Например, в некоторых школах есть медицинские классы. Учащиеся в них уже владеют профессиональными навыками, например, могут ставить уколы и измерить давление», – продолжает Дмитрий Володин.

Вышла программа и для тех, кто мечтает работать в мире моды. Дизайнеры, конструкторы, технологи, швеи. Или, как принято говорить, операторы швейного оборудования. В Петербурге это сейчас одна из самых востребованных профессий в сфере лёгкой промышленности. Без них невозможно массовое производство одежды и выполнение важных госзаказов. Сколько они зарабатывают, куда могут устроиться на работу и где можно получить эту специальность, зрителям рассказали в последнем выпуске от 9 марта.

Город и люди

Ещё один новый проект телеканала – «Город и люди». Эта программа о тех, кого Петербург вдохновил на достижение успеха и кто вносит свой вклад в его развитие. Как подчёркивает губернатор Александр Беглов: «Город создают люди!»

Главными героями про-

граммы становятся петербуржцы, добившиеся общественного признания в различных сферах. Среди них – волонтеры, победители олимпиад и чемпионатов, многодетные семьи и многие другие.

Финансовая среда

Слоган новой программы – «О купюрах без купюр». Цель «Финансовой среды» – научить зрителя финансовой грамотности, предупредить о схемах мошенничества, рассказать историю денег в России. Экспертные мнения и практические советы о том, как тратить, вкладывать и сберегать, можно узнать раз в месяц.

Когда смотреть

Программа «Ключ к профессии» выходит два раза в месяц – в воскресенье в 12.00, затем повтор в понедельник в 14.20; а также в четверг в 19.30.

Смотрите программу «Город и люди» по вторникам в 19.30 и по четвергам в 13.35.

«Финансовая среда» выходит каждую первую пятницу месяца в 18.40.

Посмотреть прошедшие выпуски также можно на официальном сайте телеканала: tvspb.ru.

26

января 2025 года вышел первый выпуск программы «Ключ к профессии»

«Программа «Ключ к профессии» поможет юным телезрителям не только выбрать специальность по душе, но и найти к ней кратчайшую дорогу».

Дмитрий Володин,
шеф-редактор программы

стрее идут на поправку.

«Наша программа построена таким образом, что корреспондент вместе со зрителем проходит все этапы станов-



Невозможно представить больницу без среднего медицинского персонала. Именно поэтому на телеканале решили подобрать ключ к профессиям медицинской сестры и медицинского брата



Корреспондент Дмитрий Ковалёв отправился на заводы города, чтобы узнать всё про специальность оператора числового программного управления



Обозреватель Мария Марченко постигает специальность оператора швейного оборудования

Ассоль встретила свою любовь в зоопарке

В год 160-летия Ленинградского зоопарка Metro продолжает рассказывать о его обитателях-юбилерах. Сегодняшняя история – о трагической истории с хорошим концом про питона Ассоль



АЛЕНА БОБРОВИЧ
alena.bobrovich@metronews.ru

Любимице экзотариума Ленинградского зоопарка в этом году исполняется 15 лет. По словам зоологов, представитель отряда чешуйчатых находится в самом расцвете сил. Влюблена в своего соседа по террариуму Грея, симпатизирует всем сотрудникам и посетителям.

Оставили одну

Ассоль попала в Ленинградский зоопарк будучи взрослой.

– В феврале 2021 года нам позвонили из Росприроднадзора, – вспоминает сотрудник экзотариума Наталия Нагаева. – Сообщили, что в одном из посёлков Ленинградской области обнаружили большую змею. Данные поступили от жителей многоквартирного дома. Люди рассказали, что в одной из незапертых квартир живёт огромный питон. Хозяйку давно не видели. Жильцам страшно. Сотрудники Росприроднадзора попросили нас приехать, оценить ситуацию.

Оперативная группа из Ленинградского зоопарка



В экзотариуме у тигрового питона Ассоль началась счастливая жизнь | ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ЛЕНИНГРАДСКИМ ЗООПАРКОМ

выехала на место происшествия.

– Квартира захламлена, стены грязные, окна разбиты, холодно, – продолжает Наталия. – А в одной из комнат стоит разбитый террариум, в котором еле помещается огромная змея.

По словам специалистов, для нормальной жизни тигровому питону необходимы лампы обогрева – в террариуме должна поддерживаться температура 32 градуса. Необходимо наличие небольшого бассейна, в котором бы пресмыкающееся принимало ванну во время линьки.

– Змея была брошенная и «недолинная», – рассказывает сотрудник зоопарка. – Мы совместно с Росприроднадзором приняли решение забрать её в зоопарк. Если честно, сами её побаивались, поскольку не знали, как она себя поведёт. Я аккуратно взяла змею за шею, мои коллеги подхватили по всей дли-

«Ассоль любят и сотрудники, и посетители. Нам кажется, что она должна быть очень счастлива в Ленинградском зоопарке».

Наталия Нагаева, сотрудник Ленинградского зоопарка

не. Питон не сопротивлялся. Мы поместили его в переноску, затем перенесли в машину и привезли в Петербург.

Курник стал Ассолью
Новенькую взвесили и измерили. Оказалось, что питон

весит 60 кг при длине около пяти метров.

– Она была перекормлена, – комментирует Наталия Нагаева. – Хозяйка животное бросила, но кто-то из граждан подбрасывал в открытую дверь тушки кур. Мы, кстати, сначала назвали питона Курником. А когда выяснилось, что это самочка, переименовали в Ассоль.

Чуть позже сотрудники зоопарка провели небольшое расследование, выяснили, сколько питон жил у людей, определили возраст.

Счастливая жизнь

Сейчас Ассоль делит просторный террариум с самцом Греем.

– Они оба ручные, – говорит Наталия. – Ассоль и Грей мирно сожительствуют. Пока наша самочка не откладывала яйца, но мы её и не торопим, у этой пары ещё много времени впереди.

Обедает эта парочка раз в месяц. Каждый съедает по одному кролику.

– Сейчас Ассоль в прекрасной форме – она весит 51 килограмм, это идеально для тигрового питона. Линька проходит в нормальном режиме. У неё есть всё для счастливой жизни.

У белок начался брачный период

В парках Петербурга ожились белки. Посетителей встречают целые компании: они играют в догонялки на полянах и устраивают групповые забеги к верхушкам сосен.

Журналист Metro стал свидетелем такой истории в лесопарке «Сосновка».

Поджарый самец занял место на крыше одного из белчих домиков. Принюхивался, заглядывал внутрь. Оказалось, что там сидит белка. Периодически она высовывалась и прогоняла назойливого ухажёра. Но жених не сдавался: снова и снова заглядывал в окошко, напоминал о себе. Всех остальных кавалеров «ромео с пушистым хвостом» тут же отгонял и снова забирался на крышу домика. Успел сделать педикюр, почистить хвост. Но белка так и не пустила его к себе.

– Сейчас у белок идёт активный период гона, – комментирует кандидат биологических наук, созда-

тель канала «Каждой твари по паре» Павел Глазков.

– Самцы ищут себе пару, активно ухаживают. Иногда белки быстро находят свою половину, иногда приходится побегать. То, что самочка из лесопарка «Сосновка» не ответила на ухаживания самца, можно объяснить. Возможно, она уже беременна. Или выкармливает бельчат. В таком случае партнёр ей точно не нужен.

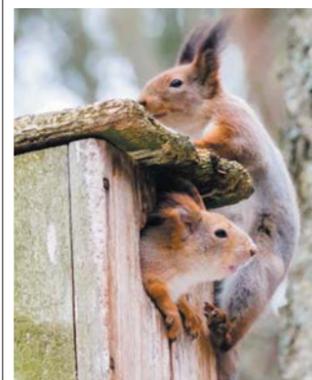
По словам биолога, в парках белки-самки часто устраиваются в домиках или дуплах. Живут там со своим потомством до тех пор, пока бельчата не станут самостоятельными.

В лиственных лесах белки выкармливают потомство также в дуплах. В хвойных строят шарообразные гнёзда из сухих веток, изнутри выстилают их мхом, листьями, травой, шерстью.

Самцы в воспитании бельчат не участвуют. АЛЕНА БОБРОВИЧ



Влюблённый самец был очень настойчив. Но белка не поддавалась на его уговоры | ВСЕ ФОТО: АЛЕНА БОБРОВИЧ



Юбилеры экзотариума

На экспозиции экзотариума Ленинградского зоопарка в этом году будут отмечать круглые даты нескольких животных.

Шпороносной черепахе и трионику дальневосточному исполняется по 25 лет, украшенному варану – 10 лет, двум кенийским удавчикам – по пять лет.

Считается, что трионики в домашних условиях живут примерно 25 лет. Так что обитатель экзотариума – уже

пожилой. По словам сотрудников, он по-прежнему бодр, на отсутствие аппетита не жалуется. Питается трионик насекомыми, головастиками, никогда не откажется от рыбы и мяса.

Продолжительность жизни шпороносных черепах – в среднем 50 лет. Украшенные вараны живут до 15–20 лет. Кенийские удавчики при хорошем содержании могут радовать сотрудников зоопарка и посетителей до 25 лет.



Дальневосточный трионик



Украшенный варан

НУЖЕН РЕМОНТ?
квартир, комнат, коридоров, санузлов

ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ НА БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ: **679-22-22**

В любом офисе «ЕИРЦ СПб» На сайте eirc.spb.ru

ЕИРЦ Санкт-Петербург

«под ключ» ЗА ОДИН РАБОЧИЙ ДЕНЬ

ВАННАЯ КОМНАТА из панелей ПВХ

ламинированные • ударопрочные • влагостойкие

СТЕНЫ + ПОТОЛОК + ОСВЕЩЕНИЕ

СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ! 716-18-42 • 8-911-957-26-18

Выезд мастера на объект **БЕСПЛАТНО**

ПОМОЩЬ в подготовке помещений и приобретении материалов

Низкие цены-высокое качество. **ГАРАНТИЯ**

РЕМОНТ КВАРТИР 908-26-08

КОМНАТ И САМУЗЛОВ СКИДКИ

Антре Студия

НАТЯЖНЫХ ПОТОЛКОВ

11 м² - 7150 руб.
15 м² - 9750 руб.
20 м² - 12900 руб.

2-й и 3-й потолок В ПОДАРОК

Информация об организаторе акции, правилах проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по т.

ФОТОПЕЧАТЬ тканевые потолки

337-16-88

www.potolki-antre.ru

У каждого классика литературы – свой образ

В петербургском музее «Русский Левша» открылась выставка «Видимое-невидимое» (6+). Художник Ирина Москвина знакомит посетителей с куклами Пушкина, Толстого, Блока и других русских писателей



АЛЕНА БОБРОВИЧ
alena.bobrovich@metronews.ru

Ирина Москвина по образованию – художник-постановщик театра кукол. Но никогда в театре не работала.

– Сейчас жалею об этом, – говорит Ирина. – Когда работаю над очередной куклой, придумываю ей историю. Каждая разыгрывает собственную пьесу, рассказывает свою историю. Многие куклы – марионетки, вполне рабочие. Может, когда-нибудь они выйдут на сцену.

Все персонажи у художника – очень петербургские, даже если к городу имеют отношение опосредованное.

Толстой – стационарный зритель, а Блок – Гамлет
Среди кукол очень много известных писателей.

– В художественной студии, которой я руковожу, мы давно занимаемся литературной темой, – продолжает Ирина. – Начали с персонажей поэмы «Шестиве» Иосифа Бродского. За ними потянулись все остальные.

На выставке представлены несколько кукол Льва Николаевича Толстого.

– Я очень люблю его роман «Анна Каренина», – гово-



Кукла-марионетка Льва Толстого не живёт без человека, классику всегда нужен собеседник | **ВСЕ ФОТО: АЛЕНА БОБРОВИЧ**

«У всех писателей есть свои истории. В каждую работу вложено много образов и смыслов».

Ирина Москвина, художник

рит Ирина. – Мы с учениками сделали всех персонажей, я – автор кукол Толстого. В истории про Каренину он и как автор выступает, и как стационарный зритель.

Толстого окружают другие классики. Фёдор Михайлович Достоевский изображён в смиренной рубашке, которая переходит в волны. Рядом с ним – герои романа «Преступление и наказание»

Родион Раскольников и Соня Мармеладова.

Александр Блок представлен в роли Гамлета.

– Его отношения с будущей женой Любовью Менделеевой начались как раз с этой шекспировской трагедии, – рассказывает Ирина. – В домашнем спектакле Александр Блок играл Гамлета, а Любовь Дмитриевна – Офелию. Поэту я посадила на трон.

Пушкин и Цветаева

Александр Сергеевич Пушкин держит в одной руке кружку, а в другой – марионетку.

– Она символизирует спор литературоведов: поэт предчувствовал свою гибель или он её себе напророчил? – объясняет художник.

У Марины Цветаевой на руках раненый Пушкин.

– У Цветаевой есть эссе «Мой Пушкин», где она описывает яркое впечатление своего детства: рассказ ма-



Александр Сергеевич Пушкин с кружкой и марионеткой

ньки о смерти Александра Сергеевича, как ему выстрелили в живот и он умер. Цветаева всю жизнь чувствовала связь с поэтом.

Также на выставке представлены куклы Осипа Мандельштама, Михаила Булгакова, Корнея Чуковского и других классиков русской литературы.



Александр Блок в costume Гамлета восседает на троне

Врач объяснил, почему нельзя есть тюльпаны

В соцсетях вирусится новый тренд – девушки едят тюльпаны, подаренные им в честь 8 Марта. Ролики с необычной трапезой заполнили «ТикТок»: зумерши на камеру поедают цветы и уверяют, что это «вкуснее любого шоколада».

По словам любительниц «цветочной кухни», тюльпаны на вкус напоминают горох или щавель.

С чем связано появление тренда, сказать трудно, но уже сейчас на просторах Интернета сотни видео и комментариев к ним.

«Люди думали, что в 2025 году на улицах будут летающие машины. Но люди в 2025-м едят тюльпаны», – говорит одна девушка-блогер перед тем, как откусить бутон.

«Давайте перекусим, не пропадать же такому добру», – поддерживает другая.

«Я теперь понимаю, почему мои коты ели цветы», – пишет под видео ещё одна любительница острых ощущений. В самом ролике девушка просит ей больше не дарить цветы – они очень вкусные.

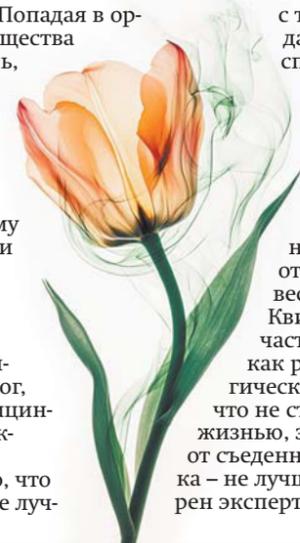
Помимо того, что сам флешмоб, мягко говоря, очень сомнительный, он ещё и опасен! По словам специалистов, цветы обрабатывают пестицидами, хлорсодержащими консервантами и анилиновыми красителями. Попадая в организм, эти вещества атакуют печень, почки и нервную систему. Также в тюльпанах содержатся сильные аллергены. К чему могут привести подобные «кулинарные» эксперименты, Metro рассказал врач-гастроэнтеролог, кандидат медицинских наук Александр Кашин.

– Очевидно, что есть цветы – не луч-



Блогерши на камеру пробуют цветы на вкус | **СКРИНШОТ СОЦСЕТИ**

шая идея, а тюльпаны тем более. Уже давно известно, что тюльпаны содержат такие вещества, как тулипозиды. Нас интересуют конкретно тулипалин А и тулипалин В. И то, и другое позволяет самому тюльпану спокойно цвести и не страдать от грибка и насекомых и бактерий. Для человека же это буквально сильнейший аллерген. При прикосновении к коже он вызывает достаточно сильные местные аллергические реакции, в особенности при контакте с луковичками и пестиками. У работников цветочных хозяйств, работающих с



тюльпанами, даже развиваются специфические «тюльпановые дерматиты». Стоит ли получать подобный аллерген в рот? Конечно, нет! Ангионевротический отёк, более известный как отёк Квинке, наиболее часто встречается как результат аллергической реакции. Так что не стоит рисковать жизнью, задохнуться от съеденного тюльпанчика – не лучший исход, – уверен эксперт. **ЗИНАИДА БЕЛОВА**

NEVSKY GUIDE
ЭКЛЕКТИКА-ГИД
610-05-40
8-800-333-20-97

20.03 СОВРЕМЕННЫЙ ОБРАЗ ПЕТЕРБУРГА (Лахта-центр, Севкабель порт, Брусницын, Н.Голландия)
22.03 МОНАСТЫРИ ПРИЛАДОЖЬЯ (Свято-Троицкий Александра Свирского и Введенно-Оятский женский монастырь)
23.03 ПО ДОРОГЕ ЖИЗНИ (Румболовская гора, Разорванное кольцо, Цветок жизни, муз. Дорога жизни)
24.03 ЛЬВЫ СТЕРЕГУТ ГОРОД (экскурсия для детей и родителей)
26.03 ПУШКИН А.С. В ПЕТЕРБУРГЕ
27.03 МОСТЫ ПОВИСЛИ НАД ВОДАМИ (экскурсия для детей и родителей)
27.03 ЛЕНИНГРАДСКИЙ ДЕНЬ ПОБЕДЫ (с посещением Монумента героическим защитникам Ленинграда и Мемориала «В память о мирных жителях СССР – жертвах нацистского геноцида в годы ВОВ 1941-1945 гг.»)
28.03 ГОГОЛЬ Н.В. В ПЕТЕРБУРГЕ
АДРЕС: 191186, г. СПБ, НЕВСКИЙ ПР., 44, лит А, оф.3 М. ГОСТИНЫЙ ДВОР

ЭКЛЕКТИКА-ГИД
ООО «ЭКЛЕКТИКА ГИД»
ОГРН: 1027810289550
предъявителю купона скидка **-10%**

70 км от Санкт-Петербурга на берегу Финского залива
Скидка на путевки ДЕТЯМ и ПЕНСИОНЕРАМ -15%*
• 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 15% предоставляется на путевки от 2 дней, с проживанием в период с 09.01.25 по 31.05.25, детям от 2 до 13 лет, пенсионерам при предъявлении пенсионного удостоверения. 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.electica.ru
Наш адрес: 2-я линия В.О., 37, офис 112
АВТОБУСНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ И ЛЕНОБЛАСТИ
22.03 ПОСЛЕДНИЙ ФАВОРИТ ИМПЕРАТРИЦЫ 13.04 БРЮЛЛОВЫ В ПАВЛОВСКЕ
23.03 КРОНШТАДТ (с изюминкой) NEW! 13.04 ХРАМЫ ВАСИЛЬЕВСКОГО ОСТРОВА (ч.2)
29.03 ЛЕНИНГРАДСКИЙ КОНСТРУКТИВИЗМ (ч.3) 19.04 НАПРАВЛЕНИЕ – КОЛТУШИ!
30.03 ТО, ЧТО ДОКТОР ПРОПИСАЛ ХИТ! 20.04 ДЕРЕВЯННАЯ АРХИТЕКТУРА СПБ (ч.1)
05.04 ВЛАДЕЛЬЦЫ ЗАВОДОВ-ГАЗЕТ-ПАРОХОДОВ 26.04 НЕОБЫЧНЫЙ ВЫБОРГ (книги и пиво)
06.04 ХУДОЖНИКИ ЦАРСКОГО СЕЛА 26.04 НЕОБЫЧНЫЙ ОРАНИЕНБАУМ (с музеем)
06.04 НИЗКОЗНАМЯ СТРЕЛЬНА ХИТ! 27.04 «МАЛОЙ ОХОТой СКВОЗЬ ТЫСЯЧУ АРОК...»
12.04 ЧУДОВО: В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО 27.04 УСКОЛЬЗАЮЩИЙ ПЕТРОВСКИЙ ОСТРОВ
ПЕШЕХОДНЫЕ ЭКСКУРСИИ ПО ПЕТЕРБУРГУ
22.03 ПАЛКИНЬ: ИСТОРИЯ И ДЕГУСТАЦИЯ 06.04 ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ПЕТЕРБУРГ
29.03 НЕТ ПЕТЕРБУРГА БЕЗ «КЮБА»! NEW! 12.04 НЕВЕРОЯТНАЯ ДАЧА НА БОЛОТНОЙ
05.04 НИКОЛО-БОГОЯВЛЕНСКИЙ СОБОР 13.04 ТЕАТРАЛЬНЫЕ ЛЕГЕНДЫ ПЕТЕРБУРГА
05.04 ОСОБНЯК ВОЕННОГО МИНИСТРА 19.04 ЛЕНИНГРАДСКИЙ АНДЕГРАУНД
ТУРЫ ПО РОССИИ
01-04.05 КАЛУГА: ИЗ ГЛУБИНЫ В КОСМОС! NEW! 12-14.06 СЕЛИГЕР: ОТДЫХ ДЛЯ ДУШИ ХИТ!
02-04.05 БЕЛОЗЕРЬЕ: ИСТОРИЯ И ЛИТЕРАТУРА 19-22.06 СОЛВЫЧЕГОДСКИЕ СКАЗЫ
24-25.05 ЛЕВИТАН И НОВГОРОДСКИЕ ХУДОЖНИКИ 27-29.06 ХАРИЗМА ЗЕМЛИ НОВГОРОДСКОЙ NEW!
NEW – новый. ООО «ЭКЛЕКТИКА». ОГРН 1127847341159

В Петербурге покажут «Силу детства»

21 и 22 марта в Культурном квартале «Брусницын» пройдет первый в Петербурге демографический форум и выставка детской индустрии «Сила детства» (0+), призванная объединить усилия для улучшения демографической ситуации.

– На площадке форума «Сила детства» соберутся представители власти, бизнеса и общества, чтобы

обсудить самые актуальные вопросы детской индустрии: от демографических трендов и государственных программ до психологии продаж и нейромаркетинга, – отметил председатель Законодательного Собрания Александр Бельский. – Спикеры форума – это не просто профессионалы, а люди, которые готовы поделиться своим опытом. **METRO**

Простые упражнения для мозга способны предотвратить деменцию и помочь сохранить хорошую память и ясность ума до глубокой старости, выяснила шведско-американская команда исследователей из медицинских центров Университета Дьюка и Института Говарда Хьюза. Metro сообщает подробности

Ранее считалось, что только детский мозг способен наращивать нейронные связи. Однако в ходе экспериментов учёные выявили, что причиной торможения умственных способностей у людей в возрасте является не отмирание нервных клеток, а их истощение. Тогда они решили проверить, способен ли мозг взрослого человека устранять старые дегенеративные нервные клетки и выращивать новые. Для этого они разработали специальную гимнастику для мозга – нейробики.

Её суть заключается в том, чтобы тренировать оба полушария, выполняя одинаковые задачи. Для этого исследователи предлагают задействовать все пять органов чувств.

Оказывается, если мозг стимулируется с помощью различных комбинаций физических ощущений и отключается от обычной деятельности, нервные импульсы и связи между нейронами помогают ему поддерживать постоянный уровень умственной подготовки, силы и гибкости. Гимнастика для мозга стимулирует нейроны к секреции белков, поддерживающих их жизнеспособность, и действует как лекарство для восстановления нервных волокон, увеличивая приток крови к мозгу.

8 упражнений

1 Временно левша
Попробуйте весь день делать привычные дела непривычной рукой: чистить зубы, есть, управлять компьютерной мышью, набирать номера телефонов, расчёсывать волосы и т. д. Эти упражнения помогут мозгу лучше мыслить логически и быстрее распознавать информацию.



2 Ароматное утро
Запахи – мощные ката-



лизаторы для мозга. Отличная идея – купить несколько пузырьков с ароматическими маслами. Просыпаясь, первым делом вдохните аромат одного из них. Вы сразу почувствуете, как активизировались ваши органы чувств, в частности зрение.

Только факты

- Исследователи из Беларуси выяснили, что область мозга, отвечающая за сознательное мышление, тесно соседствует с участком, который отвечает за обоняние. Благодаря тому, что эта область напрямую связана с лимбической системой, молекулы запахов могут глубоко воздействовать на наши эмоции, психику и сознание.

- По данным National Library of Medicine, активность нейронов, вызванная запахом, распространяется по всей когнитивной системе мозга. Именно поэтому вдыхание запахов способно синхронизировать отдалённые области мозга.



Нейробика.

Как прокачать мозг

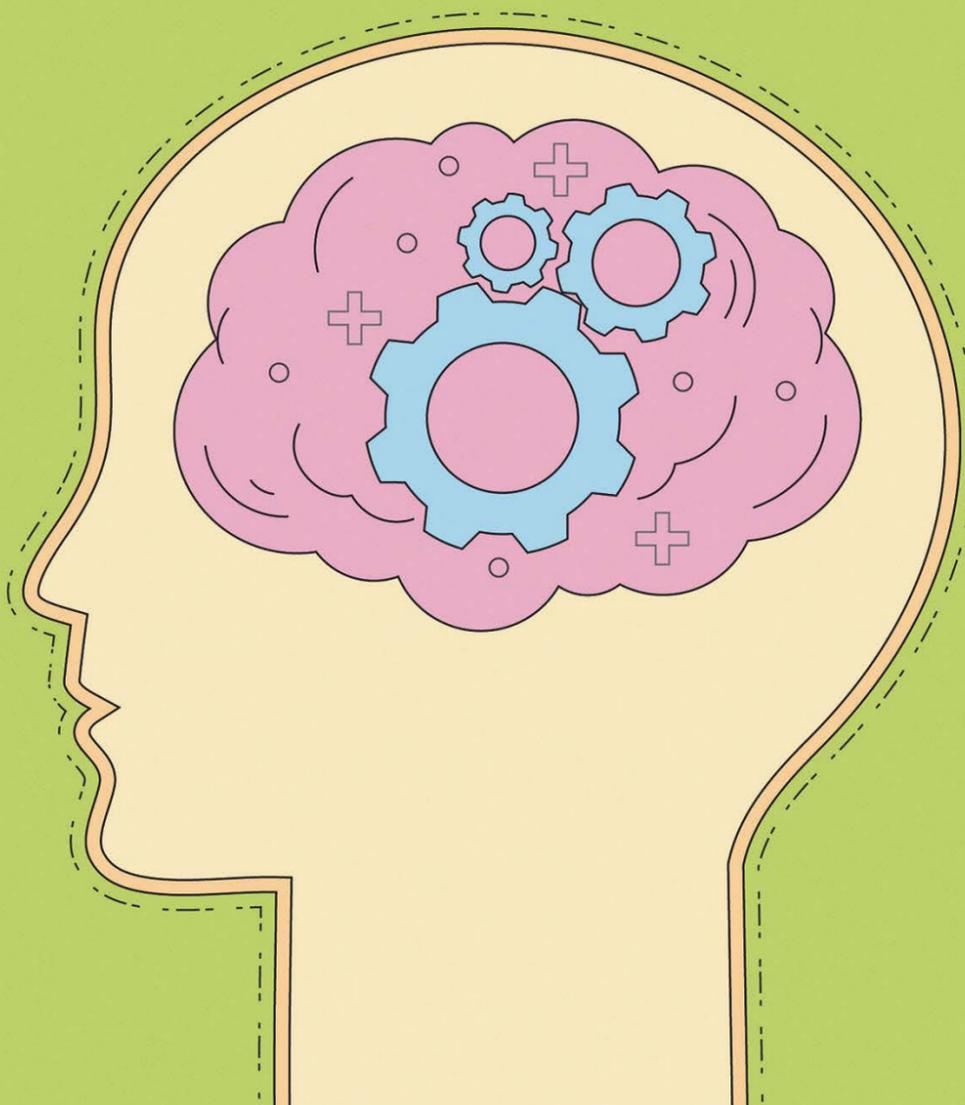


ФОТО: FREERIK

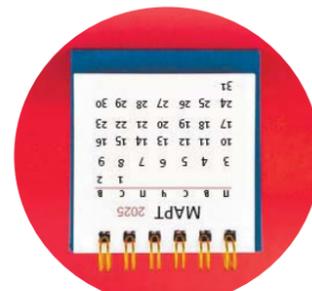
3 На ощупь
Положите в непрозрачный пакет или мешочек монеты разного номинала. Запустите в пакет руку и на ощупь определите, какая монета попала. Задействуя нервные окончания на кончиках пальцев, вы посылаете мощный сигнал в тот отдел головного мозга, который находится рядом с речевым центром.

4 Синхронное письмо
Возьмите два листа бумаги и по карандашу в каж-



дую руку. Начинайте одновременно рисовать обеими руками одинаковые геометрические фигуры, писать одни и те же слова. Упражнение активизирует деятельность сразу двух полушарий мозга.

5 Вверх тормашками
Переверните календарь или семейные фотографии вверх ногами, носите часы на другом запястье. Когда мы в прямом смысле смотрим на перевернутый мир, мозг активно стимули-



руется через сетчатку глаза и получает картинку в неупо-

рядоченном состоянии. Лимбической системе головного мозга приходится трудиться с удвоенной силой, чтобы расставить всё на свои места.

6 «Кулак – ребро – ладонь»



Три положения руки на плоскости стола последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямлённая ладонь на плоскости стола. Выполняется упражнение сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе по 8–10 раз. Можно давать себе команды (кулак – ребро – ладонь). После выполнения вы почувствуете, как активизировались ваше внимание и ясность мышления.

7 Новый маршрут
Рутинная картинка перед глазами притупляет работу мозга. Крайне важно менять её время от времени. Ходите на работу разными путями, наблюдайте и прислушивайтесь внимательнее ко всему, что вас окружает. В магазине чаще проходите по рядам, которые обычно обходите стороной, и рассматривайте незнакомые товары. В парке слушайте, как



шелестит листва деревьев и поют птицы. Это позволит мозгу оставаться активным и вовлечённым.

8 Многозадачность
Последним, но самым важным упражнением является объединение нескольких предыдущих задач вместе. Например, пишите двумя руками, вдыхая при этом новые ароматы, или пытайтесь определить номинал монеты в мешочке, глядя на перевернутую фотографию. Это активизирует огромное количество нейронных связей в мозгу, помогая ему оставаться молодым. АНАСТАСИЯ СОБОЛЕВА

VOICES

WWW.METRONNEWS.RU

Автор: Александр
Вид спорта: футбол

Здравствуй, дорогие друзья! Наша футбольная группа «Футбольная жизнь Питер-Славянка» образовалась в 2015 году. Вот уже на протяжении почти десяти лет по воскресеньям, в любую погоду, на территории ГБОУ школы №645 встречаются люди, влюблённые в футбол! Здесь проходят просто незабываемые футбольные баталии.

Почему незабываемые, спросите вы меня. А я вам отвечу: не каждая игра в футбол становится спортивным праздником! А у нас такие мероприятия – именно спортивный праздник для каждого участника! Ведь на поле собрались игроки разных возрастов, профессий, национальностей, умений и весовых категорий! И всех

нас объединил футбольный кураж и любовь к игре, к спорту!

Соперничество опыта и молодости доставляет удовольствие всем участникам таких встреч! И главное не результат – гораздо важнее общение, огромный заряд энергии и позитива.

Отрадно наблюдать, что вместе с отцами приходят играть подрастающие сыновья, наверняка будущие

звёзды премьер-лиги. Запомните их лица и заранее попросите автографы!

Эти ребята – настоящие борцы! Несмотря на свой юный возраст, они полны спортивного азарта и выносливости! Молодцы, пацаны! Футбол – не просто игра. Футбол – это радость, это удовольствие, это восторг! Играйте в футбол! Живите футболом! Всем добра и мира!



АКЦИЯ METRO

Спорт согреет в холода!

Зима и начало весны – не повод бросать спорт. Мы предлагаем читателям делиться своими историями, фото и видео через нашу газету



Как участвовать



Занимаетесь спортом? Присылайте свои истории и фотографии (а также по желанию – видео) с тренировок и любых спортивных активностей на адрес sport@metronews.ru. Ограничений нет: пробежки, лыжные прогулки, танцы, единоборства, силовые тренировки, бассейн и так далее. Лучшие появятся в газете и в специальном разделе на сайте.



Если вы тренер или спортсмен и вам есть чем поделиться с читателями, присылайте короткие ролики (до 2 минут) с комплексами упражнений. Мы опубликуем их в соцсетях!

КАКИЕ КАТКИ ВЫБИРАЮТ ПЕТЕРБУРЖЦЫ

В Северной столице заканчивается сезон катков. Некоторые уже закрылись, но до конца недели ещё будут работать Большой каток на Елагином острове и «Каток у Флагштока».

Metro расспросило петербуржцев, какие ледовые арены они успели посетить этой зимой и где им больше всего понравилось

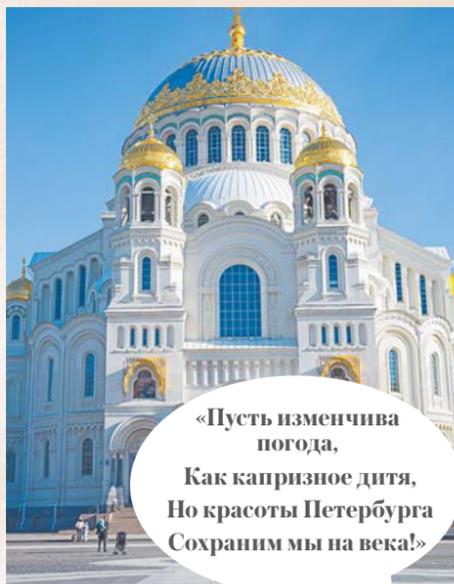
Я раньше на катки не ездила вообще, в этом году состоялся дебют, можно так сказать. Побывала на «Катке у Флагштока»! Там очень круто! Мало того, что это самый большой каток в мире (и очень приятно, что он в нашем городе), так там ещё и потрясающие виды. Всем рекомендую! Мне даже не захотелось ехать смотреть другие ледовые площадки.

СВЕТЛАНА,
47 летОЛЕСЯ,
10 лет

КОНКУРС

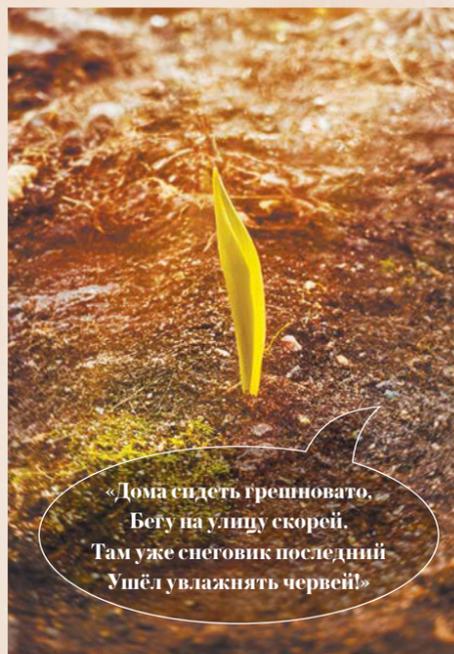
«У природы нет плохой погоды»

ДРУЗЬЯ, эта зима наверняка войдёт в историю Петербурга как самая непостоянная, тёплая и дождливая. Но мы всё равно любим свой город, несмотря на довольно капризный климат. Поэтому мы решили объявить новый конкурс «У природы нет плохой погоды!». Присылайте нам свои фотографии Петербурга и четверостишия, посвящённые нашей северной погоде, на почту konkurs@metronews.ru. Лучшие мы обязательно опубликуем!



«Пусть изменчива погода,
Как капризное дитя,
Но красоты Петербурга
Сохраним мы на века!»

«В воскресенье были с внучкой в Кронштадте. Был чудесный солнечный мартовский день, и мы не удержались – сделали фото, а стихи пришли сразу», – пишет наша читательница Евгения.



«Дома сидеть грешновато.
Бегу на улицу скорей.
Там уже снеговик последний
Ушёл увлажнять червей!»

Прислал наш читатель Михаил.

КОНКУРС

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!



«Котик Бакс спит без задних лап», – хозяйка Наталья.

Мы с мамой ходили на каток в ЦПКиО, а мой брат ездил на «Флагшток». На «Катке у Флагштока» очень круто – и фотозоны, и подсветка, и сам лёд отличные. Ему там всё понравилось. В ЦПКиО попроще, мама не каталась, только я, а мама смотрела на меня и любовалась! В ЦПКиО мне понравилась музыка, да и вообще всё! Но мой любимый каток – возле моего дома.

АДЕЛИНА,
7 летЕВГЕНИЯ,
43 года

metro

16+

Газета Metro [Metro]
Санкт-Петербург
№19 (4834)
Генеральный директор
Наталья Брагинская

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

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 № 917

Время подписания в печать:
по графику – 14.03.2025, 20.00
фактическое – 14.03.2025, 20.00
Т. 150 000. Распространяется бесплатно

ОХРАННИКИ
ЗП от 1800-3500 руб. за смену. Центральный, Московский, Колпинский р-ны
Удобные графики, подработка. Подходит для пенсионеров.
+7-950-013-41-62

ОХРАННИКИ
Суточные, дневные смены.
З/п и аванс без задержек.
Тел. **8-919-106-34-17, 8-911-000-42-70**

ГРУЗЧИК-КОМПЛЕКТОВЩИК
В обувную компанию на теплый склад
ЗП от 50 000 р., обучение бесплатно, м. Электросила
8-921-959-98-54, 8-921-869-78-54

ПРОДАВЕЦ ЛОТЕРЕЙНЫХ БИЛЕТОВ
разные р-ны города, график сменный 3/3, 4/4
обучаем, з/п на руки от 35000 р.
8-812-385-47-22

ОХРАННИК
смена 12 часов -2300р. Графики разные, подработки
м. Ломоносовская, Дыбенко, пр.Славы, Чкаловская
8-904-617-76-40

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ metronews
244-43-43 reklama@metronews.ru

Работа в столовой образовательного учреждения
Наб. Обводного канала, 17
Котломойщик зп от 40 000 р.
Овощечист зп от 33 000 р.
Граждане РФ График 2/2
8-903-884-04-29, 8-953-474-61-61

ОП «ТЕХНОПРОЕКТ-БЕЗОПАСНОСТЬ» приглашает на работу
ОХРАННИКОВ
Зарплата от **4 000** р. суточная смена
2 600 р. дневная смена
• График работы 1/2, 1/3, 2/2,
• зарплата 2 раза в месяц.
• **ОБЕСПЕЧИВАЕМ ВСЕМ НЕОБХОДИМЫМ НА ПОСТУ**
+7-812-244-41-00
+7-911-757-09-90

ФГУП СКТБ Технолог ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ
■ **АППАРАТЧИК** 65 000-100 000 руб.
■ **РАБОЧИЙ ПО КОМПЛЕКСНОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ ЗДАНИЙ** 65 000 -70 000 руб.
■ **ЭЛЕКТРОМОНТАЖНИК ПО РЕМОНТУ И МОНТАЖУ ЭЛЕКТРОУСТАНОВОК** 60 000 руб.
■ **УБОРЩИЦА** 30 000-40 000 руб.
■ **ДВОРНИК** 45 000 руб.
Оформление по ТК РФ, пятидневная рабочая неделя.
Развозка транспортом предприятия от/до ст. м. Рыбацкое, пос. Металлострой, г. Отрадное, г. Кировска, г. Колпино.
м.Рыбацкое, пр.Советский, д.33 А.
8 (931) 960-29-01 по будням с 9:00 до 16:00

ТРЕБУЮТСЯ УБОРЩИЦЫ/КИ НА ТЭЦ
Оформление по ТК РФ. График работы 5/2 с 8:00 до 17:00. ЗП 52 000 руб.
График работы 5/2 с 7:00 до 18:00. ЗП 78 000 руб.
Адрес: м. Технологический институт, наб. Обводного канала, 76; м. Ломоносовская, Октябрьская наб., 108к; м. Выборгская, ул. Жукова, 26; м. Приморская, Кожевенная линия, 33; м. Купчино, Сойкинский ул., 96Ж; м. Площадь А. Невского, Новгородская ул., 11
ТЕЛ. 8 929 178-62-27 ЮЛИЯ ГЭК БЛАГОУСТРОЙСТВО РЕГИОНЫ

АО НПК «Северная заря» приглашает на работу сотрудника на должность
НАМОТЧИК/НАМОТЧИЦА МАГНИТНЫХ КАТУШЕК
• ЗП от 85.000 руб. на руки
Обязанности:
• Намотка катушек малоразмерных реле из провода диаметром от 0,025 до 0,1 мм на намоточном станке.
Рассматриваем кандидатов без опыта, с обучением на рабочем месте.
Условия:
• Оформление в соответствии с ТК РФ.
• График работы: чередование рабочих и выходных дней 3/3 (три рабочих дня с 7.00 - 19.00, 3 выходных дня).
• Комплексный обед со скидкой в столовой, бесплатное посещение тренажерного зала.
• Место работы: ул. Кантемировская, д. 7 (770 м от м. «Лесная»; 2,53 км от м. «Петроградская»; 2,19 км от м. «Чёрная речка»).

На кондитерское производство
«Фабрика «Петербургский Кондитеръ» требуются:
РАБОЧИЕ НА ПРОИЗВОДСТВО
з/п **60 000-63 000** руб.
УКЛАДЧИКИ-УПАКОВЩИКИ
з/п сдельная **50 000-100 000** руб.
график работы 2/2, с 08.00 до 20.00, возможны подработки без опыта работы, с обучением
выплата з/платы 2 раза в месяц, без задержек
помощь гражданам СНГ в оформлении патента, предоставление жилья, льготное питание, спецодежда
Адрес: **Санкт-Петербург, ул. Лифляндская, д.3**
15 мин. от ст. м. «Нарвская»,
телефон: **335-70-15, 8-911-965-47-12**

АО «Завод им.Козицкого» приглашает на работу
СЛЕСАРЯ-РЕМОНТНИКА
(СТАНОЧНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ)
з/п на руки 100 000 руб.
ст.м. «Василеостровская», «Спортивная-2» **+7(921)936-59-03**

ООО «ИТ-Ресурс» приглашает на работу
ШТАМПОВЩИКОВ
(С ОБУЧЕНИЕМ)
з/п на руки 90 000-130 000 руб.
СПб, ул.Караваевская, 57, ст.м. «Рыбацкое» **+7(921)936-59-03**

ТРЕБУЕТСЯ в бизнес центр
ОХРАННИК
Сменный график ночные и дневные смены, з/п от **35 000 руб. на руки**
«Спортивная», Тел. **8-921-385-48-75**
Малый пр. П.С., д.5 по будням с 9 до 16

ПОВАР
График сменный, по ТК РФ, в пансионат для пожилых людей.
СПб, ул. Гладкова 15, метро Нарвская 5 мин пешком.
Тел.: 8 (999) 027-59-00, +7 (911) 991-19-56

В БЦ требуются
УБОРЩИЦА НА 8 ЧАСОВ с 8.00-16.30, 5/2, з/п 60 000 рублей
УБОРЩИЦА НА 4 ЧАСА утро, 5/2, з/п 34 450 рублей
Оформление по ТК тел. **8 921 420 0240**

Фанерный завод в центре города приглашает на работу
ВОДИТЕЛЯ ПОГРУЗЧИКА з/п от 50000р.
РАБОЧИХ ФАНЕРНОГО ПРОИЗВОДСТВА з/п от 50000р.
Оформление в соответствии с ТК РФ, питание, спецодежда.
Выплаты 3 раза в месяц
+ 7 (812) 712-02-06
+ 7 (812) 764-85-53

ООО «Северо-Западный Промтранс»
ТРЕБУЮТСЯ:
СМЕННЫЙ ДИСПЕЧЕР ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО УЧАСТКА
работа по ж/д графику на участок Парнас, работа на компьютере, руководство бригадой, з/п **4 000 руб.** за 12-ти часовую смену.
СЛЕСАРЬ В ЛОКОТИВНОЕ ДЕПО
з/п от **70 000 руб.**, место работы п. Белоостров, развозка из Санкт-Петербурга, график 5/2, опыт работы приветствуется
8 (931) 593-86-72
8 (921) 429-75-36

СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ ПЕРСОНАЛ 8 904 513-20-60

Объект рядом со ст. метро «Чкаловская»	Объект рядом со ст. метро «Крестовский остров»
Техник-уборщик График: 5/2, по 8 ч., 7.00-16.00 Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00	Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00 График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00 График: 5/2, по 3 ч., 6.00-9.00 Уборщик(-ца) помещений вых. дня График: 2/5, по 8 ч., 7.00-16.00
Оклад (руб.) 59000-65000 30000	Оклад (руб.) 54000-57000 34000-37000 34000-37000 34000-37000
Объект рядом со ст. метро «Площадь Восстания»	Объект рядом со ст. метро «Василеостровская»
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00	Техник-уборщик График: 5/2, по 8 ч., 6.00-14.00 или 14.00-22.00 График: 5/2, по 8 ч., 7.00-16.00 Техник-уборщик вых. дня График: 2/5, по 8 ч., 7.00-16.00
Оклад (руб.) 48000	Оклад (руб.) 67000-70000 67000-70000 34500 - 37500
Объект рядом со ст. метро «Гостиный двор»	Объект рядом со ст. метро «Электросила»
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00	Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 3 ч., 6.00-9.00 График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00 График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00
Оклад (руб.) 48000	Оклад (руб.) 30000 48000 30000
Объект рядом со ст. метро «Новочеркасская»	Объект рядом со ст. метро «Василеостровская»
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00	Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00 График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00
Оклад (руб.) 30000	Оклад (руб.) 30000 48000 30000
Объект рядом со ст. метро «Московская»	Объект рядом со ст. метро «Электросила»
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 8.00-17.00 или 9.00-18.00 График: 5/2, по 3 ч., 6.00-09.00 График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00	Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00
Оклад (руб.) 48000 30000 30000	Оклад (руб.) 30000

• Оплата дополнительных, сверхурочных работ
• Премии по итогам работы за полугодие
• Официальное трудоустройство

Приглашаются на работу
ОХРАННИКИ ВЕДОМСТВЕННОЙ ОХРАНЫ
Требования:
• Граждане РФ;
• Регистрация СПб или ЛО;
• Отсутствие судимости
Условия:
• Официальное трудоустройство;
• Лицензия не требуется;
• Мед. комиссия и форма за счет работодателя;
• **График работы:** 1/3 сутки через трое
• **Зароботная плата:** от 4000 руб./сутки
Телефоны: +7-911-010-83-25

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА 2 500 000
ЕЖЕМЕСЯЧНО ОТ 210 000
В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ
У ГОРОДА-ГЕРОЯ – СВОИ ГЕРОИ
GOV.SP.B.RU/CONTRACT СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ
117



DEPOSITPHOTOS

Как читать книги с ребёнком

Семейное чтение можно превратить в ритуал, который с нетерпением ждут и взрослые и дети

Чтобы процесс чтения был увлекательным и способствовал развитию речи, родителям нужно приложить усилия, рассказала Metro логопед Кристина Вайсман.

– Главное правило – ребёнку должно быть интересно и понятно, – говорит эксперт. – Подбирайте книги в соответствии с возрастом детей. Любит принцесс – находите

соответствующие истории; увлекается роботами или футболом – добавьте таких книг.

К процессу чтения нельзя подходить с насюком.

– Найдите подходящее время и уютное место. Важно ни на что не отвлекаться и погрузиться в процесс чтения, – объясняет эксперт. – При этом рассказывайте истории разными голосами, читайте по ролям, обсуждайте сюжет и персонажей. Дети очень любят рисовать иллюстрации к любимым книгам.

Как помочь ребёнку начать читать?

– Когда мы говорим про самостоятельное чтение ре-

бёнком книги, здесь важно грамотно выстроить процесс обучения и научить читать правильно. Буквы надо произносить не как они называются на самом деле, а как мы их слышим – звуками, – говорит логопед. – Не «эм», а «м», не «эф», а «ф». Тогда ребёнок сможет слово «ма-ма» прочитать правильно «ма-ма», а не «эма-эма». Важно читать слова и понимать их смысл, предложения и тексты читать целиком, ни на что не отвлекаться.

Кстати, если для малыша уже пришло время интересоваться книгами, но он что-то не тянется к ним, то подтол-

кнуть его должны родители. Они должны выступить для него примером.

– Постоянное чтение книг дома, покупки в книжных магазинах и совместные походы в библиотеку открывают перед ребёнком новый мир, – говорит логопед. – Дайте ему время посмотреть, полистать, почитать, выбрать. Вместе покупайте книги, читайте и обсуждайте. Планируйте время для совместного чтения и оставляйте книги в удобных для чтения местах. Чтение – это ещё и развитие речи, воображения, мышления и эмоций.

СВЕТЛАНА ПЕРЦОВА

Производственному предприятию на постоянную работу требуются:

КОНТРОЛЕР БЮРО ПРОПУСКОВ

График работы: 1/3, ЗП – 5 тыс. сутки

СЛЕСАРЬ МСР 4,5,6 разряд

опыт изготовления металлоконструкций из листового проката, умение читать чертежи.

ТОКАРЬ 4,5,6 разряда

- Трудоустройство согласно ТК РФ,
- соц. пакет,
- СИЗ,
- теплый цех,
- душ с горячей водой,
- раздевалка,
- столовая,
- ЗП достойная.

График работы: 5/2, пн.-чт. 7.45 - 16.45, пт. 7.45 - 15.30.

м. Ладужская +7 931 302-05-93, +7 931 383-14-02

КОНСАЛ ОРГАНИЗАЦИИ ООО «КОНСАЛ РЕКЛАМА»

ТРЕБУЮТСЯ:

- Водитель погрузчика, зп 80 000 р.
- Сварщик п/а, зп 80 000 р.
- Сборщики (возможно гр. СНГ)
- Подсобные рабочие порошковая покраска (возможно гр. СНГ)
- Подсобные рабочие лазерный раскрой (возможно гр. СНГ)
- Подсобные рабочие листогиб (возможно гр. СНГ)

Адрес: ст.м. «Московские Ворота», Ул. Парковая, д. 4«В»
Т. 303-90-68 д. 205, 8-921-876-68-00

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ

4-го и 6-го разрядов для охраны офисов банка.

Оформление по ТК РФ, з/п – 5300 руб./сутки

+79214348138 с 10.00 до 17.00, пн.-пт.

АЛЕКС ОТЕЛЬ создан для двоих

сеть мини-отелей приглашает

ГОРНИЧНЫХ

- График: 2/2, 5/2, 1/2
- Ставка 5000 руб. за смену
- Бесплатное питание и униформа

телефон: **8 (812) 608-00-12**

Гостиница и пекарня в центре Санкт-Петербурга в связи с увеличением штата приглашает на работу:

- ▶ **ПОВАРОВ-УНИВЕРСАЛОВ** - 3800 руб./смена
- ▶ **ПЕКАРЕЙ ДЕНЬ** - 3700 руб./смена
- ▶ **ПЕКАРЕЙ НОЧЬ** - 4200 руб./смена
- ▶ **БУФЕТЧИКОВ** - 3300 руб./смена
- ▶ **ОФИЦИАНТОВ** - 2700 руб./смена
- ▶ **КУХОННЫХ РАБОТНИЦ** - 2400 руб./смена
- ▶ **МОЙЩИЦ ПОСУДЫ** - 2400 руб./смена
- ▶ **АДМИНИСТРАТОРОВ** - 2300 руб./смена
- ▶ **ГОРНИЧНЫХ** - 2200 руб./смена

График работы сменный - 3/3
Своевременные выплаты з/п.
Предоставляется 2-х разовое бесплатное питание, форма

Обращаться по тел: **+7-921-943-87-51**

в детский сад

УБОРЩИЦА/БУФЕТЧИЦА

з/п от **50000** руб.+ премия
бесплатные обеды
время работы с 09:00 до 18:00, график 5/2

385-00-65
метро "Московские ворота" граждане РФ

РАБОЧИЕ

НА ПРОКЛАДКУ НАРУЖНЫХ КАБЕЛЬНЫХ ЛИНИЙ и МОНТАЖ опор освещения

СПб. Официальное трудоустройство.
З/П от 90.000 руб.
8-931-208-22-41

требуется на полный рабочий день в БЦ

УБОРЩИЦА

график 5/2, зп от 36 000 до 60 000 руб
м. Новочеркасская **8-963-306-31-48**

ДЕТСКОМУ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ

ТРЕБУЮТСЯ:

- Освобожденный классный руководитель з/п 65 000 руб. граждане РФ
- Помощница повара з/п 50 000 руб., полный рабочий день
- Уборщица з/п 50 000 руб., полный/неполный рабочий день
- Вахтер/консьерж з/п 2 000р./сутки
- Медсестра 5/2, з/п 70 000р.
- Вечерний воспитатель з/п 20 000 руб., график с 17 до 20 часов

метро Черная речка, Московские ворота
234-48-60, 385-00-65
по рабочим дням с 9.00 до 18.00

Мы компания ООО СТЕКЛАРТ занимаемся производством предметов интерьера из стекла и зеркал, приглашаем на работу

РЕЗЧИКОВ СТЕКЛА РАБОТНИКОВ НА ПРОИЗВОДСТВО

Работа в теплом, светлом и чистом производстве с современным оборудованием в черте города.
Что нужно делать (если не умеешь - научим):

- работа с ручным инструментом и на станках
- погрузочно-разгрузочные работы.

У нас:

- Удобное расположение и транспортная доступность: м Фрунзенская, Киевская ул., дом 32Б
- Стандартный график работы с 09:00-18:00 пятидневка
- Возможно официальное трудоустройство по ТК РФ
- Сдельная зарплата (50 000 р. + премии) Доход зависит от индивидуального и общего результата (в среднем 75-100 000р. на руки)

8-965-019-82-60

для УБОРКИ ПОМЕЩЕНИЙ, ТЕРРИТОРИИ МФК «ЛАХТА ЦЕНТР» ТРЕБУЮТСЯ

Техник-уборщик График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00 График: 2/2, по 12 ч., 7.00-19.00	Оклад 67000 – 70000 руб. 67000 – 70000 руб.	Менеджер по клинингу График: 5/2, по 8 ч., 6.00-14.00 или 14.00-22.00	Оклад 95000 руб.
Уборщик(-ца) территории График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00	Оклад от 80000 (летний период) - 90000 (зимний период) руб.	Уборщик(-ца) кофедумов График: 5/2, по 12 ч., 7.00-19.00	Оклад 77625 – 80625 руб.
Тракторист График: 5/2, по 8 ч., 9.00-18.00 Опыт работы на спецтехнике «Авант», «Митракс», «Лонкинг» обязателен	Оклад от 100000 (летний период) - 130000 (зимний период) руб.	Техник-уборщик в ночь График: 2/2, по 12 ч., 20.00-08.00	Оклад 84000 руб.
Уборщик(-ца) помещений График: 5/2, по 8 ч., 09.00-18.00 График: 5/2, по 4 ч., 18.00-22.00 График: 2/2, по 12 ч., 7.00-19.00 График: 5/2, по 3 ч., 6.00-9.00	Оклад 54000 – 57000 руб. 34000 – 37000 руб. 54000 – 57000 руб. 34000 – 37000 руб.	• Премии по итогам работы за полугодие • Официальное трудоустройство • Развозка от ст. м. Беговая • Оплата дополнительных, сверхурочных работ	

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

Стоматологическая клиника «Вероника» приглашает на работу

УБОРЩИЦУ

м. Купчино,

- График работы: сменный (с 7.00 до 19.00)
- Заработная плата: 2400 руб./смена + компенсация транспортных расходов 214 руб./смена; итого за 15 смен: 39 210 руб. (на руки, чистыми)

ПОДМЕННУЮ УБОРЩИЦУ

Выезд в любую из наших клиник (м. Чёрная речка, Парнас, Василеостровская, Купчино, Проспект Ветеранов) по требованию.

- График работы: гибкий
- Заработная плата: 300 руб./час + компенсация транспортных расходов 214 руб./смена, оплата по итогу отработанных смен

Тел.: 8-965-048-83-80

Гороскоп

♈ Овен
21.03 – 20.04
Доверяйте интуиции – даже небольшие шаги приведут к большим результатам. Вечером порадайте себя активным отдыхом: танцы или спорт поднимут настроение.

♉ Телец
21.04 – 21.05
День гармонии с собой и миром. Сосредоточьтесь на том, что вас вдохновляет. Возможны приятные сюрпризы в финансовой сфере – например, неожиданная премия или выгодное предложение. Вечер проведите в кругу близких.

♊ Близнецы
22.05 – 21.06
Сегодня коммуникабельность Близнецов расцветает! Идеальное время для новых знакомств, переговоров или творческих коллабораций. Смело делитесь идеями – окружающие оценят ваш энтузиазм. Вечером запишите мысли в дневник: они станут основой для будущих побед.

♋ Рак
22.06 – 22.07
Раки должны позаботиться о доме и душе. Создайте уютное пространство вокруг себя – это привлечет позитивную энергию, а она подарит вам мудрость в решении семейных вопросов. Вечером порадайте себя любимым хобби: рисование, кулинария или музыка дадут чувство удовлетворения.

♌ Лев
23.07 – 22.08
Харизма Львов сияет ярче обычного. Используйте это для вдохновения других – коллеги или друзья оценят вашу щедрость. Творческие проекты получат поддержку свыше. Вечером устройте мини-праздник: даже маленькие радости укрепят веру в себя.

♍ Дева
23.08 – 22.09
Время баланса и порядка. Девы смогут навести порядок в делах, мыслях, и заметить, как рутина превращается в медитацию. Здоровье улучшится благодаря вашему вниманию к деталям.

♎ Весы
23.09 – 22.10
Во вторник Вселенная дарит Весам шанс укрепить отношения. Искренний разговор с партнером или другом откроет новые грани доверия. Делайте романтические жесты – не стесняйтесь проявлять чувства.

♏ Скорпион
23.10 – 21.11
Для Скорпионов это день внутренней трансформации. Прислушайтесь к интуиции, чтобы отпустить старые обиды. Карьера может преподнести приятный сюрприз: похвалу или интересный вызов. Вечером уделите время духовным практикам – вы найдете ответы на важные вопросы.

♐ Стрелец
22.11 – 21.12
Стрельцы сегодня готовы к приключениям и открытиям. Даже в привычных делах вы найдете что-то новое. Не бойтесь менять планы – спонтанность приведет к неожиданным возможностям. Вечером почитайте книгу или посмотрите вдохновляющий фильм.

♑ Козерог
22.12 – 20.01
Карьерные победы ожидают Козерогов. Ваше трудолюбие принесет плоды – начальство заметит ваши усилия. Рекомендуется немного расслабиться: найдите время для маленьких радостей.

♒ Водолей
21.01 – 18.02
Это время дружбы и вдохновения. Ваши нестандартные идеи найдут отклик у единомышленников. Сегодня есть шанс наладить старые связи или найти новых союзников. Вечером займитесь творчеством: даже абстрактные задумки обретут форму.

♓ Рыбы
19.02 – 20.03
Период волшебства и мечтаний у Рыб. Энергия дня усилит вашу связь с подсознанием – доверьтесь потоку. Возможны вещие сны или интуитивные озарения. Вечером проведите время у воды: море, река или даже душ очистят энергетику и наполнят вас силами.

ЯНА ГОМОЛИЦКАЯ, АСТРОЛОГ, t.me/YanaGomolitskayaChannel

У НАС ВСЕГДА НИЗКИЕ ЦЕНЫ

ПЕРИОД С 18 ПО 24 МАРТА

ВЕРНЫЙ

 <p>18-20 МАРТА 299⁹⁹ 16% 249⁹⁹ ОГУРЦЫ АТЛЕТ 1 кг</p>	 <p>18-20 МАРТА 220⁹⁹ 32% 149⁹⁹ СЫР КЛАССИЧЕСКИЙ 45%, Брест-Литовск, 200 г</p>	 <p>21-24 МАРТА 229⁹⁹ 34% 149⁹⁹ ГРУШИ СЕЗОННЫЕ 1 кг</p>
 <p>239⁹⁹ 37% 149⁹⁹ СОСИСКИ молочные, ГОСТ, ОКЗ, 350 г</p>	 <p>124⁹⁹ 44% 69⁹⁹ КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ отборная, Увелка, 800 г</p>	 <p>329⁹⁹ 39% 199⁹⁹ ТУАЛЕТНАЯ БУМАГА ПАПИЯ белая, 3 слоя, 8 рул.</p>
 <p>21-24 МАРТА 379⁹⁹ 34% 249⁹⁹ ЛОПАТКА СВИНАЯ охлажденная, 1 кг</p>		

Реклама. Акция проходит не во всех магазинах торговой сети. Количество товара ограничено. Товары, участвующие в акции, имеют специальные ценники. Все товары имеют необходимые сертификаты или декларации. Цены указаны в рублях. Товар в магазине может отличаться от представленного образца. Регулярная цена (цена до скидки) в магазине является средней ценой по сети региона и может отличаться от указанной в рекламе. Размер скидки приведен справочно, является средним по сети. Указанные в рекламе сведения носят информационно-справочный характер и не являются публичной офертой. Предложение действительно для Санкт-Петербурга, Ленинградской области с первого дня акции в 2025 году.

Опыт работы с лазером 14 лет. Сделано более 10000 процедур

КАК ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ!

- Устраняются брыли и носогубные складки, морщины вокруг глаз и губ.
- Подтяжка верхнего и нижнего века.
- Кожа становится гладкая и упругая.
- Подтягивается овал лица и шея.

«УМНЫЙ ЛАЗЕР» - ИДЕАЛЬНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ!

Всего одна процедура! Эффект омоложения сохраняется несколько лет!

лицо + веки 11 900 руб.**
вместо 24 000 руб.

лицо + веки + шея 13 900 руб.**
вместо 32 000 руб.

лицо + веки + шея + декольте 16 900 руб.**
вместо 30 000 руб.

ПЛАЗМОЛИФТИНГ в подарок!** звоните и записывайтесь
акция до 30.03.2025г. по тел.: **318-53-53**

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР
«Ультра Клиника»
Работаем с 2008 года
С заботой о Вашей красоте и здоровье

«Площадь Восстания»,
Санкт-Петербург,
Лиговский проспект, дом 3

ОСТЕОХОНДРОЗ, МЕЖПОЗВОНКОВЫЕ ГРЫЖИ, РАДИКУЛИТ, АРТРОЗ, АРТРИТ

ЛЕЧЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ!

НАКОНЕЦ-ТО МОЖНО ЗАБЫТЬ О БОЛИ НА ГОДЫ!

- снимаем острую боль и защемление нервов*
- останавливаем разрушение позвонков и суставов*
- лечим межпозвонковые грыжи*
- снимаем боль и восстанавливаем суставы и позвоночник за один визит*

ПРИЕМ НЕВРОЛОГА – БЕСПЛАТНО!**

Прием ведет главный врач Петрова Э.В.
ЗВОНИТЕ: **318-53-53**

Снятие боли в день обращения!

*Эффективность процедур уточняйте у врача. **Информация об организаторе акции, правила проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по тел. 318-53-53. Срок акции до 30.03.2025г.

ЭТО ИНТЕРЕСНО! *Лучший православный целитель России

Награждена архиерейской грамотой г. Москва, Санкт-Петербург

ЗАГАРИЯ НАДЕЖДА ИВАНОВНА

ЯСНОВИДЯЩАЯ

ПО МНОГОЧИСЛЕННЫМ ПРОСЬБАМ продлевает прием в г. Санкт-Петербурге

Надежда Загария по милости Божией получила от Господа особый дар сверхчувствительного (сверхчувственного) восприятия. О чем свидетельствуют многочисленные письма и благодарности верующих и священнослужителей.

На протяжении ряда лет святая церковь успешно с ней сотрудничает. С доверием и уважением относятся к ее дарованным от Господа способностям. Церковь благословила Надежду на благо нуждающихся в вере. За самоотверженный труд и за деятельное служение людям Надежда Ивановна Загария награждена благословенной архиерейской грамотой и имеет церковное благословение на свою деятельность.

Тысяча предсказаний за 35 лет ее работы сбылись с удивительной точностью.

Надежда Ивановна предостерегает от беды, определяет и снимает порчу (чародейство), выявляет материнское и родовое проклятие, венец безбрачия, как у мужчин, так и у женщин. Снимает привороты у мужчин (при контакте или по фото). Налаживает добрые отношения в семье, ставит мощную защиту.

НАДЕЖДА объясняет: очень часто люди применяют черную магию, обращаясь к бабushкам и экстрасенсам, по наведению порчи, приворотов, не зная того, что это большой грех! Черные маги не могут нести добро, так как они пользуются заклинаниями, а не молитвами, отсюда вывод - им сопутствуют силы сатаны, а их обряды приносят в будущем неудачу, беду или горе.

- **НАДЕЖДА ИВАНОВНА советует:** если все же это случилось, не оттягивайте время с раскаянием в совершенном грехе и снятием этого негатива.
- **ПРИВОРОТ** - его признаки: у мужчин может появиться охлаждение чувств к собственным детям, родителям, близким людям. Подмечено, что жизнь привороженных укорачивается на несколько десятков лет (аварии, несчастные случаи, неизлечимые заболевания). Начинается замкнутый круг в делах, проявляется тяга к спиртному. Приворот приравнивается к проклятию, так как меняется жизненный код его судьбы.
- **Дорогие женщины, никогда не делайте привороты. Не разрушайте семьи!!! На чужом несчастье своего счастья не построишь! Вы разбиваете не только два любящих сердца, но и сердца их детей, стариков, родителей.**
- **ПОРЧА** - проявляется негативно в здоровье, в делах, бизнесе. Наводят порчу неуспешные завистливые люди, соседи,

родственники. Обычно при наведении порчи используют заговоренные иглы, воду, шерсть, нитки, землю, цветы.

Если Вы чувствуете себя некомфортно (часто болеете, плохие сны и т.д.) или обнаружили подозрительные предметы в своем доме или на пороге, обращайтесь к Надежде Ивановне.

Духовно-православный целитель Загария Надежда Ивановна НЕ ВЫПОЛНЯЕТ УСЛУГ черной магии, не привораживает, не наводит порчу.

Такие целители, как Надежда Ивановна, могут правильно снять негатив, дать нужный совет и скорректировать Вашу судьбу, детей, внуков в лучшую сторону.

2 минуты от метро Владимирская или метро Достоевская.
Стоимость консультации - 500 руб.
Запись через секретаря: 8-962-707-93-74, 8-911-707-62-92

Скорректируйте свою судьбу к лучшему!

*По направлению комплементарная медицина, по данным Международной профессиональной медицинской ассоциации специалистов комплементарной и народной медицины, психологов и целителей