



ОБНИНСК

Цена свободная



**Дорогие друзья!
Поздравляю вас
с Днём знаний!**

Этот замечательный праздник начинается новый учебный год и объединяет людей разных поколений. Напоминает, как важно учиться, стремиться к новым горизонтам. Открывает дорогу в большой мир, полный разных возможностей.

Для первоклассников и первокурсников – это начало нового этапа в жизни, сложного, но интересного. Для их старших товарищей – время перемен, ярких достижений, выбор жизненного пути. Родителям этот праздник даёт возможность вспомнить свои школьные годы. Педагогам – реализовать свои способности, поделиться знаниями и опытом. А для всех – повод выразить благодарность своим учителям и наставникам за кропотливый труд, самоотдачу, бесконечное терпение, готовность всегда помочь и поддержать на пути к успеху.

Крепкого всем здоровья, благополучия и удачи!

*В.Шапша
губернатор
Калужской области*

Начинаем новый год. Учебный

Стр. 3-4
.....



Новая услуга «Автоплатеж»
ПУСТЬ ИНТЕРНЕТ ПЛАТИТ ЗА ИНТЕРНЕТ

Бонус 5% Возвращаем обратно от суммы каждого автоматического платежа

MAXNET | www.maxnet.ru | (484) 583-80-00

МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

ЛИЦЕНЗИЯ № 60-40-01-002642 ОТ 25.08.2012 Г.

ФИЗ

Гинекология Психиатр-нарколог
Стоматология Любые виды анализов

Обнинск, ул. Комарова, 3 infoart@mail.ru
8 (910) 705-51-28 fiz_clinic40
8 (484) 394-96-64 infoart.ru

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ

Чтобы в городах хотелось жить



Более полутора тысяч гостей со всей страны собрались на Всероссийский форум «Развитие малых городов и исторических поселений», который проходил в Калуге с 24 по 26 августа.



КАЛУГА СТАВИТ НОВЫЙ РЕКОРД

Этот форум - одно из ключевых мероприятий, посвящённых формированию комфортной городской среды. В прошлом году его принимал Владивосток, а на этот раз такой чести удостоился наш регион, где собрались рекордные три тысячи участников. Среди них - руководители строительной отрасли, представители федеральных и региональных органов власти и институтов развития, ведущие российские архитекторы и дизайнеры.

- Для того, чтобы жизнь в малых городах была современной и комфортной, мы привлекаем инвестиции, развиваем технологии, обновляем внешний облик. Важно прислушиваться к жителям, откликаться на их запросы. Поддерживать инициативы местных команд. Благодаря этому повышается деловая активность. Растёт туристическая привлекательность. А главное, решается та задача, которую ставит президент нашей страны - чтобы люди чувствовали, что качество жизни меняется к лучшему, - подчеркнул губернатор Владислав Шапша.

О СТРОИТЕЛЬСТВЕ И СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЯХ

Губернатор на рабочей встрече с министром строительства и ЖКХ России Иреком Файзуллиным обсудил реализацию нацпроектов и федеральных программ, развитие строительной отрасли области. Он доложил главе минстроя о результатах шефской помощи калужан жителям городского округа Первомайск (ЛНР), где с 2022 наши специалисты восстанавливают жилые дома, школы, детсады, больницы, коммунальную инфраструктуру города. Рассказал и о том, что ещё предстоит сделать.

О развитии стройкомплекса и его роли в формировании семьи шла речь и на деловом завтраке. Среди его участников были сенатор Российской Федерации Анатолий Артамонов, генеральный директор ДОМ.РФ Виталий Мутко, главы ряда регионов, депутаты.

Владислав Шапша отметил успешное развитие строительной отрасли на территории региона:

- В прошлом году в области введено в эксплуатацию рекордное количество жилья - более миллиона квадратных метров. Это результат длительной работы большой команды.

Посетил форум и председатель правительства РФ Михаил Мишустин. Он ознакомился с деятельностью федерального технопарка профессионального образования. Владислав Шапша на рабочей встрече доложил Михаилу Мишустину о наших успехах в экономике, социальной сфере. Председатель



правительства высоко оценил достижения региона:

- Большое внимание уделяется строительству, ремонту образовательных, медицинских учреждений, дорог, модернизации объектов ЖКХ. В целом экономика показывает динамичный рост, привлекаются частные инвестиции. Формируются условия для отечественных предприятий, которые занимают ниши, освободившиеся после ухода некоторых иностранных компаний. Поддержали инициативу региона о расширении особой экономической зоны.

НАГРАДЫ И ПОБЕДИТЕЛИ

Главным событием форума стало подведение итогов и объявление победителей Всероссийского конкурса лучших проектов создания комфортной городской среды.

Калужская область стала лауреатом в номинации «Лучший регион по реализации федерального проекта «Формирование комфортной городской среды». Лауреатами в этой номинации также стали Республика Татарстан, Московская, Тульская и Липецкая области. А победителем признана Московская область.

За годы проведения конкурса 17 проектов от 13 городов Калужской области стали победителями и получили на реализацию своих предложений в общей сложности более миллиарда рублей. Только за последние два года открыт культурно-природный парк Текижа в Боровске, в Сухиничах благоустроена торговая площадь, созданы пешеходные маршруты. А в Обнинске, хоть и с отставанием, но всё же идёт благоустройство Репинского оврага, которое должно завершиться в 2024 году. Этот проект - также победитель конкурса.

В этом году на Всероссийский конкурс малых городов и исторических поселений подано 13 заявок из 11 районов Калужской области. И семь из них стали победителями! Они получат федеральное финансирование и будут воплощены в жизнь. В том числе и обнинский проект «Наукоградские маршруты». В его рамках будет благоустроена набережная Протвы и созданы комфортные пешеходные маршруты для тех, кто следит за здоровьем или просто хочет погулять вдали от оживлённых магистралей.

«Очень волновались, ожидая результатов конкурса, и теперь гордимся победой. Наш проект «Наукоградские маршруты» получит федеральное финансирование и будет воплощён в жизнь. Поздравляю с победой и соседей по региону, мы в числе семи городов-победителей, а, значит, в родной Калужской области появится ещё больше благоустроенных территорий!» - написала в своем Телеграмм канале глава администрации города Татьяна Леонова.

Впереди ещё много работы - программу «Формирование комфортной городской среды» продлили до 2030 года.

ОБНИНСК - ОБАЯНИЕ ВСЁ СКОМРОНЕЕ

Говорилось на форуме и том, как будут развиваться «атомные» города и наукограды. Нужна ли специальная федеральная программа их поддержки или мастер-план развития этих городов - в обсуждении этих и других вопросов, непосредственно касающихся будущего Обнинска, приняла участие и Татьяна Леонова.

Эта беседа проходила во время дискуссии «Практики развития малых городов с высоким научно-техно-

гическим потенциалом». Разумеется, участниками дискуссии стали эксперты Госкорпорации Росатом, а кроме того - представители муниципальной власти наукоградов Полярные Зори и Саров.

Леонова рассказала о конкурентных преимуществах Обнинска:

- Обнинск, безусловно, уникальный случай города с высоким научно-технологическим потенциалом, сочетающий одновременно и статус наукограда, и статус атомграда. Это наши основные преимущества в конкуренции малых и средних городов за человеческий капитал, особенно в непосредственной близости к Москве. Поэтому работаем над созданием мастер-плана Обнинска, чтобы предложить нашим жителям что-то большее, чем только комфортная городская среда: связку центра мирового ядерного образования «Обнинск Тех» на базе филиала МИФИ и современных предприятий, чтобы и готовить кадры для атомной отрасли, и обеспечить наших высококвалифицированных молодых специалистов работой.

Глава администрации Обнинска подчеркнула тот факт, что в городах должна быть комфортная городская среда, образование и стратегия развития, чтобы в них хотелось жить. С этим не поспоришь, только жаль, что Обнинск в последние годы всё меньше и меньше попадает в эти критерии...

Впрочем, учитывая последние кадровые перестановки в высшем эшелоне городской власти, вновь появляется надежда на то, что город всё же будет таким, каким его хотят видеть жители.

В. Смазнова

В Калуге в дни форума гостей встречал очередной космонавт, которого назвали «урбанист». Эту мини-скульптуру открыли министр строительства и ЖКХ России Ирек Файзуллин и губернатор Владислав Шапша. По его словам, семнадцатый калужский космонавт - символ равнодушной креативной молодёжи, которая стремится сделать мир вокруг себя лучше.

В областном центре уже есть множество таких фигурок в скафандрах: «студент», «театрал», «офтальмолог», «влюбленная парочка» и другие. Их устанавливают в рамках проекта «Калуга - колыбель космонавтиков».

Союз педагогов и родителей во имя интересов детей

Накануне первого сентября в Обнинске состоялся ежегодный «августовский педсовет». На этот раз педагоги собрались не в школе, а в зале Технической академии Росатома. О чём шла речь на этой конференции мы попросили рассказать заместителя главы администрации города в сфере образования Татьяну Волнистову.



ПОМОЖЕМ РОДИТЕЛЯМ – ПОМОЖЕМ ДЕТЯМ

- Естественный вопрос: почему педагоги города в этом году собрались не традиционно в какой-либо школе, а в Технической академии Росатома?

- Педагогический совет был посвящён сотрудничеству всех участников образовательных процессов в интересах детей. А у нас с Технической академией Росатома сегодня очень много совместных профориентационных проектов, а также большие планы в этой области, и потому они любезно предоставили нам площадку для проведения этого педсовета и даже провели экскурсию по Техакадемии.

- Общегородские педагогические конференции накануне начала нового учебного года всегда имеют какую-то тематическую направленность. Какая тема стала главной в этот раз?

- Мы говорили о том, что необходимо усиливать роль семьи и укреплять союз педагогов и родителей. А навели нас на эту мысль, в том числе, и итоги государственной аттестации в девятом классе. В целом, она радует, и у нас каждый год растёт и средний балл, и количество высокобалльников.

Но количество выпускников, не прошедших порог по предметам по выбору, остаётся от трёх до пяти процентов. Это касается самых разных предметов, и в причинах этого в каждом случае нужно разбираться индивидуально. Но в целом, есть предположение, что в профориентационной работе у нас в городе чего-то не хватает, хотя мы стараемся создать для этого все условия. Есть версия, что свой выбор дети делают под влиянием родителей, и это не становится для них хорошей мотивацией, поскольку родители оказывают определённое давление при выборе предметов и будущей профессии.

- И вы пришли к выводу, что нужно усилить работу с родителями?

- Мы думаем, что очень много проблем возникает как раз из-за отсутствия педагогических навыков у родителей. И, наверное, пришло время начать их активно формировать. Кроме того, уже настало время изменить формы работы с родителями. Да, родительские собрания - это прекрасная традиция, но это декларативная форма донесения информации. Мы думаем, что для родителей нужно создавать какие-то клубы, круглые

столы и «родительские академии», где они в совершенно свободной форме получили бы ответы на вопросы и по возрастной психологии, и в области педагогики.

АТОМНАЯ ТРИАДА

- Что ж, усилить взаимодействие педагогов и родителей - это прекрасная идея. А есть ли опыт такой работы?

- В «доковидный период» мы пытались организовать такую школу для родителей на базе Учебно-методического центра, и она была востребована. И мы увидели, что родителей волнуют действительно серьёзные вопросы. Например, проблемы взаимодействия со своими детьми, особенно, когда школьники достигают периода нигилизма, пресловутые подростковые проблемы. А это как раз и есть тот возраст, когда дети уже начинают задумываться о выборе будущей профессии, период вхождения в профориентацию. И поэтому организация родительских клубов совершенно необходима!

- Вы рассчитываете в этой работе на чью-то помощь?

- В частности, мы говорили о том, что в этом направлении нам может помочь Техническая академия Росатома. У нас уже есть очень интересный совместный проект - «Путешествие в профессию». В ходе него ребята приходят в Техакадемию на целый час и работают на тренажёрах по управлению реактором, знакомятся с ядерной энергетикой. На педсовете мы «погрузили» в этот проект директоров школ и заведующих детскими садами.

- Вы планируете подключить даже детские сады?

- Ну, для малышей, скорее всего, это довольно сложно. Для них мы будем придумывать какую-то другую систему вовлечения и включения в историю развития города.

- Какие ещё темы поднимали на педсовете?

- Я напомню, что год этот особый - год семидесятилетия обнинской Первой АЭС, и наш педагогический совет проходил под девизом «Атомный год». И он действительно стал для нас особым, если вспомнить потрясающий результат ЕГЭ: в Обнинске 29 стобалльников, это больше половины всех выпускников, получивших сто баллов на ЕГЭ во всей Калужской области. Четырнадцать обнинских учеников представляли регион на Всероссийской предметной Олимпиаде школьников, и пятеро из них стали призёрами. И мы очень гордимся нашими достижениями!

- А ещё сейчас идёт Год семьи, и ваша тема обращения к родителям очень созвучна этому...

- Мы вообще попали в некую триаду, если вспомнить, что мы переходим в Год семьи из Года педагога и наставника, в котором у нас тоже были интереснейшие проекты и довольно высокие достижения. А сейчас уже эти результаты мы предполагаем получать вместе с родителями. То есть, мы возвращаем их в одну большую школьную семью и все работаем вместе во имя интересов детей!

Смотрите, кто вернулся!..



Во вторник обнинцы узнали неожиданную новость. Исполнять обязанности главы городской администрации будет Вячеслав Лежнин.

Такое решение в социальных сетях опубликовал губернатор Калужской области Владислав Шапша.

«Обратился к депутатам Обнинского городского Собрания с предложением поддержать кандидатуру Лежнина и возложить на него исполнение обязанностей главы администрации города», - прокомментировал он.

Вячеслав Лежнин четыре года проработал министром строительства и ЖКХ Калужской области, а раньше - более десяти лет - был заместителем главы администрации Обнинска по вопросам городского хозяйства.

Татьяна Леонова, с октября 2020 года руководившая в Обнинске исполнительной властью, стала теперь заместителем губернатора и заместителем председателя комиссии Госсовета по направлению «Кадры», работу которой возглавляет Владислав Шапша. В среду в Москве он провёл заседание комиссии. В её составе - главы регионов, представители федеральных и региональных органов власти, общественных, научных и образовательных организаций. Шапша напомнил, что по поручению президента реализация нового нацпроекта начнётся уже первого января 2025 года, он направлен на преодоление дефицита кадров. Среди приоритетных задач: адаптация системы подготовки специалистов к меняющимся условиям рынка труда; повышение эффективности профориентационной работы со школьниками; обновление системы среднего профобразования под потребности реального сектора экономики и социальной сферы.

28 августа состоялось и внеочередное заседание Обнинского городского Собрания, где были приняты решения о досрочном прекращении полномочий Татьяны Леоновой и назначении исполняющим обязанности главы администрации города Вячеслава Лежнина. Проголосовали единогласно. Лежнин поблагодарил депутатов: «Обнинск - это мой родной город. Это налагает на меня огромную ответственность. Рассчитываю, прежде всего, на вашу поддержку для будущей работы на благо города».

Кадровая «рокировка», которую стремительно провёл губернатор, по здравому размышлению представляется вполне логичной. И конечно, не потому, что Вячеслав Лежнин в кресле областного министра был не на своём месте - знаний, профессионализма, опыта управленческого у него достаточно. А Обнинск сегодня в процессе «большой стройки». И это не только жилые кварталы, благоустройство, но и новые крупные инвестиционные проекты - кластер ядерного образования, завод радиофармпрепаратов и многое другое. А ведь, кроме того, нужно выполнять и социальные программы, проекты создания комфортной городской среды.

Одним словом, работы в родном городе у нового градоначальника будет много. Пожалуй, не меньше, чем в областном минстрое. Пожелаем ему поддержки горожан и надёжной команды.

М.Воронцова



Среднее – не значит недостаточное

По статистике Росстата, девять из десяти выпускников средних специальных учебных заведений находят работу в течение года или уже имеют её к моменту окончания обучения. В 2023 году СУЗы выпустили 812 тысяч человек, 129 тысяч из них уже нашли работу, а почти 338 тысяч определились с будущим местом работы.

В Калуге на этой неделе прошёл двухдневный Форум среднего профессионального образования «Создаём будущее своими руками». Его участниками стали представители федеральных и региональных органов власти, бизнеса, руководители и педагоги образовательных организаций, студенты учреждений СПО.

На пленарном заседании «СПО: образование размером с будущее» первый заместитель главы минпросвещения России Александр Бугаев отметил востребованность среднего профессионального образования и рассказал, что 60 процентов выпускников девятого класса выбирают колледжи и техникумы.

«Больше 3,5 миллионов детей учатся в наших колледжах и техникумах. И перед нами стоят очень важные задачи, поставленные президентом России в послании Федеральному Собранию. Среди них – запуск программы капитального ремонта колледжей со следующего года и законодательное закрепление демонстрационного экзамена как формы государственной итоговой аттестации. Серьёзно меняются подходы к распределению контрольных цифр приёма в наших регионах. Упор делается, прежде всего, на технические специальности и направления, востребованные нашей экономикой», – сказал Бугаев.

Сегодня российские колледжи часто выбирают те, кто хочет получить образование в таких областях, как туризм и сфера обслуживания, машиностроение, техника и технологии наземного транспорта.

Губернатор Калужской области Владислав Шапша, выступая на открытии форума, акцентировал внимание на важности интеграции колледжей и промышленных предприятий. Он подчеркнул, что в нашем регионе ежегодно открываются новые направления подготовки по востребованным специальностям, увеличивается число бюджетных мест в колледжах и техникумах.

«Система среднего профобразования быстро меняется. Сегодня колледжи интегрируются с экономикой. Нельзя готовить специалистов, не учитывая реальные потребности наших производителей», – отметил Шапша.

Для повышения квалификации преподавателей СПО в Калуге работает первый в стране федеральный технопарк профессионального образования. Уже более полутора тысяч человек прошли подготовку, до конца года их будет порядка пяти тысяч.



Формула успеха

ФТШ – это обнинская Физико-Техническая Школа. В минувшем году она отметила своё 35-летие, а также поразила весь город (и не только город) рекордами, достигнутыми при сдаче ЕГЭ.



РОЖДЁННАЯ ПЕРЕСТРОЙКОЙ

Физико-Техническая школа была создана при Институте атомной энергетики для того, чтобы увеличить количество абитуриентов, «просевшее» в непростые годы конца 1980-х – начала 1990-х. Ну и конечно, для того, чтобы уровень подготовки тех, кто поступает в один из главных «атомных» вузов страны был надлежащий.

«Это были сложные времена, когда в Советском Союзе менялось всё. И ректором ИАТЭ Юрием Алексеевичем Казанским было принято решение о создании школы-интерната для одарённых детей из «атомных» городов, хотя тогда их так ещё не называли», – рассказывает директор ФТШ Елена Степановна Сенина.

Первоначально в школе было немало и иногородних учеников, но при этом она всегда была муниципальной образовательной организацией. То есть, обучение было бесплатным, и при этом очень высокого качества.

Здесь углублённо изучали математику, физику, информатику – в соответствии с направлением и названием школы. Позже, когда в ИАТЭ открылся медицинский факультет, добавилось ещё одно перспективное направление – естественнонаучное, включающее химию и биологию.

С годами снизилась и возрастная планка учеников ФТШ. Если сначала там учились лишь старшеклассники, а позже принимали с седьмого класса, то сейчас в лицей принимают с пятого класса. И сегодня там учится порядка 440 ребят.

ЖДЁМ НОВЫХ ПОБЕД

ФТШ была создана для сильных учеников, чтобы сделать их ещё сильнее (в плане образования, конечно), и марку свою держит по сей день.

Лицей уже не первый год занимает лидирующие позиции в различных региональных рейтингах, входил и входит в ТОП лучших школ России.

А в этом году из 52 выпускников ФТШ на ЕГЭ – 15 стобальников (причём трое из них набрали 100 баллов аж по двум предметам!), 19 медалистов (13 – «золотых» и шесть – «серебряных»).

«Это просто потрясающие результаты! Всего пять лет назад в руководство ФТШ пришла Елена Степановна Сенина, но она очень быстро погрузилась в учебный процесс, и в этом году мы увидели очень серьёзные результаты и в ЕГЭ, и в олимпиадном движении. Они молодцы! Я поздравляю их с такими замечательными результатами, и мы ждём новых побед», – так оценила успехи педагогического коллектива лица заместитель главы администрации города в сфере образования Татьяна Волнистова.

Елена Степановна, конечно, рада таким рекордам, но, в целом считает это нормальным итогом работы:

«Мы никогда не ставили конкретной цели – стать лидерами. Мы просто даём хорошее образование. У нас есть отработанные программы и свой подход к образованию, и это, в комплексе с внеурочной деятельностью и дополнительным образованием, даёт такой результат. Конечно, теперь надо будет держать высокую планку. Но давайте не будем забывать, что лицей – это всё-таки школа для одарённых детей, которых мы отбираем.

Так что, это успехи наших талантливых учеников. А мы... мы просто работаем.

МИР НЕСТАНДАРТНЫХ ЗАДАЧ

В наше время очень важной частью школьной жизни являются предметные олимпиады.

«Олимпиадное движение, это вообще «наше всё», – улыбается Сенина. – И самое главное для нас – Всероссийская олимпиада школьников. На школьном этапе олимпиад у нас участвует почти 80 процентов всех детей, начиная с пятого класса. То есть мы погружаем их в этот мир и показываем, как это классно – решение нестандартных задач!

А ещё в лицее второй год реализуют совместную программу вместе с НИЦ «Курчатовский институт» – Курчатовские классы. По сути, это дополнительное образование в области НБИКС-технологии и генетики.

«Под руководством своих наставников, учителей, которые прошли специальные курсы, наши дети создают научные проекты, а мы смотрим, что из этого выйдет. Но уже понимаем, что проектная деятельность подкрепляет наше образование», – поясняет Елена Степановна.



Поддерживать профильное образование помогают и другие партнёры, например, РХТУ им. Д.И. Менделеева, Университет Иннополис и родной ИАТЭ НИЯУ МИФИ.

«А ещё мы получаем серьёзную поддержку от обнинского бизнеса, например, от ГК SINTEC Group. Они поддерживают одарённых детей, финансируют проведение тренингов, сборов, подготовку к различным олимпиадам. Также они учредили стипендию для призёров и победителей заключительного этапа олимпиад. И в прошлом учебном году участниками заключительного этапа у нас стало четверо учеников – по математике, физике и химии, и одна из них – десятиклассница Арина Лужецкая стала призёром по химии», – делится директор ФТШ.

РАБОТАЮТ ПРОФЕССИОНАЛЫ

Впрочем, быть учителем в ФТШ очень даже непросто. Это высокопрофессиональная команда, начиная с руководителя – Елена Сенина в этом году стала лауреатом Всероссийской олимпиады учителей физики. Она не только классный управленец, но и практикующий учитель, в этом году выпускает одиннадцатый класс.

А заняв свою должность, Елена Степановна сохраняет тот коллектив, который был до неё:

«Профессионалы остались на своём месте. Это был принцип моей работы. И это тоже даёт результат. И каждый учитель тоже постоянно учится. И их курсы повышения квалификации – это не просто фиктивная галочка, а трудная, но нужная работа.

Сейчас в лицее порядка сорока педагогов, и это не считая совместителей, основное место работы которых – в ИАТЭ.

Поддерживать высокопрофессиональный уровень педагогической команды ФТШ помогают и материальные стимулы. Доплаты учителям предусмотрены местным законодательством, а ещё 30 процентов надбавки даёт статус базовой школы Российской Академии наук. Так что сегодня, вакантных мест в лицее нет.

В. Смазнова

Страна советов

Специи: польза и вред

Специи и пряности делают наши блюда ярче, интереснее и разнообразнее. Но кроме этого, многие специи способны оказывать значительное влияние на наше здоровье.

Если говорить о пользе специй, острые и жгучие пряности (перец чили, чёрный перец, сушёный чеснок, имбирь) считаются природными антибиотиками, которые способны бороться с болезнетворными микроорганизмами.

А ещё, перец, чеснок и куркума содержат полезные антиоксиданты, которые работают как профилактика онкологических заболеваний.

Корица нормализует уровень глюкозы в крови и снижает тягу к сладкому, поэтому её рекомендуют диабетикам. Лавровый лист, гвоздика, тмин и укроп содержат эфирные масла, которые очищают верхние дыхательные пути, облегчают дыхание и останавливают кашель. Паприка известна способностью активизировать метаболизм и благодаря этому помогает избавиться от лишнего веса.

ГЛАВНОЕ – ЧУВСТВО МЕРЫ

В больших количествах пряности и специи могут навредить организму. Например, острый красный перец вызывает раздражение желудка. Поэтому, когда используете пряности, не забывайте о чувстве меры.

Кроме этого, в некоторых случаях пряности и специи вообще противопоказаны. Например, при обострениях любых хронических заболеваний пищеварительной системы, так как пряности и специи способствуют усилению выработки пищеварительных соков. С осторожностью следует использовать пряности во время беременности. Разумеется, не стоит пользоваться пряностями и специями, когда готовите для маленьких детей.

СОЛЬ, САХАР, УКСУС...

Соль – одна из самых популярных специй, которая вызывает множество споров. В последнее время часто приходится слышать призывы совсем от неё отказаться. Но полностью исключать соль из рациона нельзя. Дело в том, что основной элемент соли – натрий, без него невозможен нормальный баланс жидкости в на-



шем организме. В форме различных солей он входит в состав крови, лимфы и пищеварительных соков, доставляя кислород и питательные вещества во все органы.

В чём вред? Люди часто едят гораздо больше соли, чем нужно. Именно её избыток создаёт риски для здоровья: увеличивает вероятность сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонии. К примеру, ВОЗ рекомендует не превышать норму – 5 г соли (примерно чайная ложка) в сутки. При этом важно учитывать не только ту соль, что вы добавляете в пищу при приготовлении, но и ту, что содержится в готовых продуктах.

Сахар содержит глюкозу, а это эффективный источник энергии для работы практически всех систем организма. Но, как и в случае с солью, очень важно не превышать рекомендованную врачами норму – 25 г сахара в день (примерно пять чайных ложек).

В чём вред? Избыток сахара опасен главным образом повышенным риском развития сахарного диабета и ожирения.

Уксус – это раствор уксусной кислоты с кислым вкусом и характерным запахом. Существует множество его разновидностей – яблочный, виноградный, бальзамический, сыровоточный и т.д. Польза уксуса в том, что он расщепляет белки, поэтому, если добавлять его в блюда в небольшом количестве, они будут легче усваиваться. Маринованные продукты на основе уксуса делают пищу более мягкой и нежной. В небольших количествах уксус полезен при пониженной кислотности желудочного сока, в этом случае он будет способствовать пищеварению.

В чём вред? Людям с повышенной кислотностью нужно быть очень осторожными с употреблением уксуса. Он абсолютно противопоказан при воспалительных заболеваниях ЖКТ и язвах.

Подготовила А.Яковлева

День рождения Калуги

Жители областного центра 31 августа отметят День города. Программа празднования 653-летия основания Калуги обширна, и начались праздничные мероприятия ещё две недели назад.

В их числе творческие проекты, конкурсы и фестивали, выставки, концерты, спортивные соревнования, интерактивные площадки и выступления музыкальных коллективов – всего 55 разных событий, 32 из которых общегородские, а 23 – праздничные программы в микрорайонах.

Уже прошли городской конкурс «Калуга в цвету» и воркаут-фестиваль «Будь сильным!» на спортивной площадке в парке Театра юного зрителя. До первого сентября будут продолжаться гастрономический фестиваль «Калуга. Улица. Еда» в сквере Ленина и праздничная ярмарка на пешеходной части Театральной улицы.

30 августа стартует Ночной велопробег на площади Старый торг, а 31 – пройдёт Космический марафон на набережной Яченского водохранилища.

31 августа в 12.00 на Театральной площади праздничное открытие Дня города. Оно одновременно станет завершением фестиваля «Театральный причал»: московский театр «Чудаки» покажет спектакль «Поиск пиратских сокровищ»; на уличной сцене Калужского театра кукол зрителей будут встречать артисты питерского театра «КукАртель», которые сыграют «Петрушкину комедию»; а Курский государственный театр кукол покажет спектакль «Умная дочка».



На главной сцене Парка культуры и отдыха пройдут анимационные программы для детей, показ модной одежды, выступление цирковой студии. Гостем фестиваля станет коллектив «Тинто брасс бенд» из Москвы.

На площадке Дома народного творчества и кино «Центральный» – торжественное открытие V Всероссийского фестиваля-конкурса народных ремёсел «Хлудневское древо».

А ближе к вечеру калужан и гостей города организаторы праздника пригласят в городской Парк культуры и отдыха на концерт с участием солистов студии современного искусства «Тонус Арт» и студии эстрадной песни «Акцент».

Полную версию праздничной программы можно посмотреть по ссылке: <https://www.kaluga-poisk.ru/news/obshchestvo/v-kaluge-poyavilas-afisha-prazdnovaniya-dnyagoroda-2024>

Обнинское литературное объединение «Сонет» представляет к 1 сентября

БУДУЩЕЕ РОССИИ

Эльвира ЧАСТИКОВА
ДЕНЬ ЗНАНИЙ

Летом на Руси готовят сани –
Не заламывать зимой чтоб руки.
Лето упирается в День знаний,
Где - начало лестниц в храм науки.

Глянцевые доски, мел, страницы...
Час – потехе, остальные – делу!
Школа утверждает, что учиться
Предстоит, не ведая предела.

Точно чередует труд и отдых,
Побеждая разумом бессилье.
И слетается сюда под своды
Будущее мыслящей России.

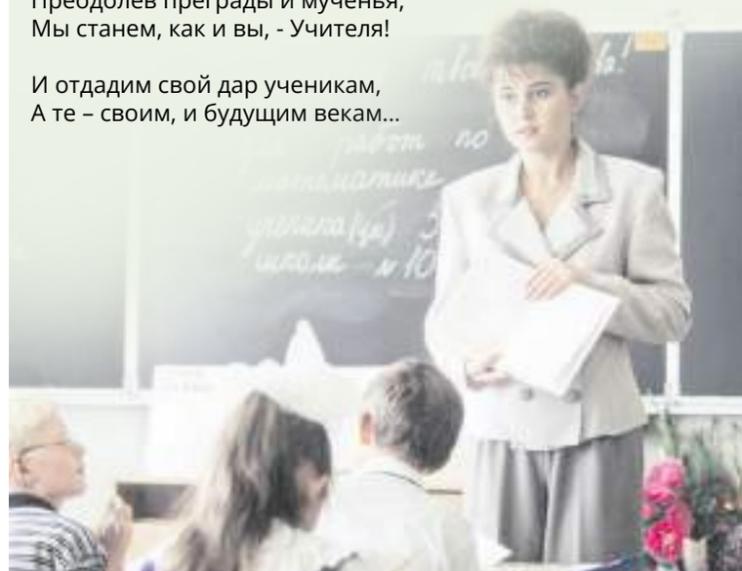
Юрий ЮРЬЕВ
УЧИТЕЛЯ

Учителям несём свою любовь.
Мы чтим вас добрым словом, славным делом,
Чтоб вы смогли в ученике умелом
Увидеть и плоды своих трудов.

И, принимая компас и штурвал
Страны, науки, дома, производства,
Мы видим в вашей школе благородства,
Терпения и воли – идеал.

На трёх китах вращается Земля:
На вере, на труде, на просвещенье!
Преодолев преграды и мученья,
Мы станем, как и вы, - Учителя!

И отдадим свой дар ученикам,
А те – своим, и будущим векам...



Площадь ГДК
2 сентября
16.00
ДЕНЬ ЗНАНИЙ
«ВРЕМЯ УЧИТЬСЯ НОВОМУ!»

В ПРОГРАММЕ:

- НЕСКОЛЬКО УРОКОВ ДЕТСКИХ КОЛЛЕКТИВОВ ГДК
- ПАРАД ПЕРВОКЛАССНИКОВ
- ПОДАРОК ВСЕМ УЧАСТНИКАМ ПАРАДА ОТ SINTES GROUP
- ЯРМАРКА ТВОРЧЕСКИХ ДЕТСКИХ ВАКАНСИЙ «ТОЧКА СТАРТА»
- ЗАЖИГАТЕЛЬНЫЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ ФЛЕШМОВЫ
- КОНКУРС РИСУНКОВ НА АСФАЛЬТЕ «ЗАМЕЧАТЕЛЬНО!»
- ВЕСЕЛЫЕ ТВОРЧЕСКИЕ МАСТЕР КЛАССЫ
- ТЕМАТИЧЕСКАЯ ФОТОЗОНА
- ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА БРЕНДА ТОВАРОВ ДЛЯ ПРАЗДНИКА SONEST
- ПРИЯТНЫЕ СЮРПРИЗЫ ОТ ВМ МЕДИА ГРУПП

ВСЕМ ГОСТЯМ ПРАЗДНИКА ВОЗДУШНЫЕ ЗАРКИ, ФЛАЖКИ И ПОДАРОК ОТ SINTES GROUP В ПОДАРОК!

ПРИХОДИТЕ УЧАСТВУЙТЕ В СОБЫТИИ НОВОГО УЧЕБНОГО ГОДА!

ПОНЕДЕЛЬНИК, 2 СЕНТЯБРЯ



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+



05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.35, 21.05 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+



06.30 Пешком... 12+
07.05 Звезда Валентины Караваевой 12+
07.25 Д/ф "Колонна для императора" 12+

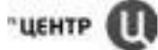


04.45 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+

05.25, 06.15, 07.05, 08.05, 09.30, 09.45, 10.45, 11.55 Т/с "Витязи" 16+
08.55 Знание-сила 0+
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25, 02.10, 02.50, 03.35 Т/с "След" 16+



06.00 Настроение
08.10, 05.05 Москва резиновая 16+
08.40 Х/ф "Орлинская. Стрелы Нептуна" 12+
10.35, 04.25 Д/ф "Голос за кадром" 16+



05.00, 18.00, 02.20 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+



06.00, 05.45 Ералаш 0+
07.00 М/с "Фиксики" 0+
07.10 М/ф "Царство против разбойников" 6+



06.30, 06.25 По делам несовершеннолетних 16+
07.15 Давай разведемся! 16+
08.15 Тест на отцовство 16+

ВТОРНИК, 3 СЕНТЯБРЯ



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+



05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.35, 21.05 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+



06.30 Пешком... 12+
07.05 Звезда Татьяны Окуневской 12+
07.20, 15.35 Д/ф "В поисках гробницы Клеопатры" 12+



04.45 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.10, 07.00 Т/с "Пуля" 16+

22.20, 23.05, 00.30, 01.20 Т/с "Дом с ментами" 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+



06.00 Настроение
08.10, 05.05 Москва резиновая 16+
08.40 Х/ф "Орлинская. Тайна Венеры" 12+



05.00, 18.00, 02.35 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Фиксики" 0+
07.30 М/с "Маша и Медведь" 0+



06.30, 05.25 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.35 Давай разведемся! 16+

СРЕДА, 4 СЕНТЯБРЯ



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+



05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.35, 21.05 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+



06.30 Пешком... 12+
07.05 Звезда Нины Алисовой 12+
07.20, 15.35 Д/ф "В поисках гробницы Клеопатры" 12+

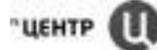


04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.30, 06.15, 07.05, 08.00, 04.35 Т/с "Пуля" 16+

09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/с "Контуженный" 16+
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 02.05, 02.40, 03.20, 03.55 Т/с "След" 16+



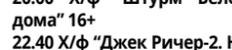
06.00 Настроение
08.10, 05.10 Москва резиновая 16+
08.40 Х/ф "Орлинская. Козни Амура" 16+



05.00, 18.00, 02.25 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Фиксики" 0+
07.30 М/с "Маша и Медведь" 0+



06.30, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+
07.15, 04.45 Давай разведемся! 16+

ЧЕТВЕРГ,



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+



05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.35, 21.05 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+



06.30 Пешком... 12+
07.05 Звезда Веры Марецкой 12+
07.20, 15.35 Д/ф "В поисках гробницы Клеопатры" 12+



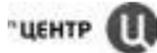
04.55 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 05.45, 06.35, 07.25 Т/с "Пуля" 16+

5 СЕНТЯБРЯ

13.30, 14.20, 15.10, 16.05, 16.55, 17.30, 18.15, 18.55, 19.40, 20.35, 21.25, 02.05, 02.45, 03.20, 04.00 Т/с "След" 16+



06.00 Настроение
08.10, 05.05 Москва резиновая 16+
08.40 Х/ф "Орлинская. Козни Амура" 16+



05.00, 18.00, 02.20 Самые шокирующие гипотезы 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00, 23.30 Загадки человечества 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Фиксики" 0+
07.30 М/с "Маша и Медведь" 0+



06.30, 05.30 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.40 Давай разведёмся! 16+

ПЯТНИЦА, 6 СЕНТЯБРЯ



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+



05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.35, 21.15 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+



06.30 Пешком... 12+
07.05 Звезда Лидии Смирновой 12+
07.20, 15.35 Д/ф "В поисках гробницы Клеопатры" 12+

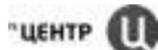


04.45 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня

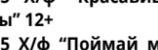


05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.30, 06.15, 07.05, 08.00 Т/с "Пуля" 16+

13.30, 14.25, 15.20, 16.05, 17.30, 18.20, 19.00, 19.55, 20.40, 21.25, 22.20 Т/с "След" 16+



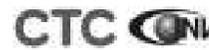
06.00 Настроение
08.20, 11.50 Х/ф "Орлинская. Молния Зевса" 16+



05.00 Утро России. Суббота 0+
08.00 Местное время. Вести-Калуга
08.20 Местное время. Суббота



05.00, 18.00, 01.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Фиксики" 0+
07.30 М/с "Маша и Медведь" 0+



06.30, 05.20 По делам несовершеннолетних 16+
07.20, 04.30 Давай разведёмся! 16+

СУББОТА, 7 СЕНТЯБРЯ



06.00 Доброе утро. Суббота 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости



05.00 Утро России. Суббота 0+
08.00 Местное время. Вести-Калуга
08.20 Местное время. Суббота



06.30 Библейский сюжет 12+
07.05 М/ф "Радуга", "Где я его видел?" 12+



04.45 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.20 Российская дипломатия 12+



05.00, 05.15, 06.00, 06.40, 09.40, 10.40, 11.35, 12.25, 13.25, 14.20, 15.15, 16.10 Т/с "Условный мент-2" 16+



06.10 Д/ф "Актёрские драмы. Москва слезам поверила" 16+



05.00, 02.25 Самые шокирующие гипотезы 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Три кота" 0+



06.30, 02.25 Т/с "За первого встречного" 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 8 СЕНТЯБРЯ



06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 23.35, 00.20, 01.05, 01.50, 02.35, 03.20, 04.05 Подкаст.Лаб 16+



06.40 Смотрим мультфильмы 6+
07.20 В кругу друзей 12+



06.30 Пешком 12+
07.05 М/ф "Скоро будет дождь", "Молодые яблоки", "В порту" 12+

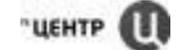


05.10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+

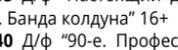


05.00, 05.10, 05.55, 06.45, 00.05, 01.05, 02.00, 02.45, 03.30, 04.15 Т/с "Морские дьяволы-4" 16+

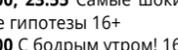
07.35, 08.25, 09.20, 10.15, 11.10, 12.05 Т/с "Настоящий" 16+



05.10 Х/ф "Любовь по-японски" 12+



06.40 Смотрим мультфильмы 6+
07.20 В кругу друзей 12+



05.00, 23.55 Самые шокирующие гипотезы 16+



06.00, 05.50 Ералаш 0+
07.00 М/с "Отель "У овечек" 0+



06.30 Т/с "Невеста" 16+

Газета «Обнинск» не участвует в составлении телепрограмм и поэтому не несёт ответственности за возможные изменения

Строительная компания строит дома, гаражи и др. постройки под «ключ». Выполняет все виды кровельных работ под «ключ» с гарантией и обслуживанием в г.Обнинске и ближайших районах. Служба собственной доставки, монтажные бригады (славяне); консультация, замер и помощь в выборе материалов бесплатно. Работаем с заключением договора.

ДОСТУПНЫЕ И ПРИЕМЛЕМЫЕ ЦЕНЫ ТОЛЬКО У НАС!

СКИДКИ пенсионерам, инвалидам и ветеранам ВОВ

☎ 8-961-123-83-75,
☎ 8-980-713-64-34.



ГОРОДСКОЙ ПАРК

До 1 сентября - выставка «Государственные символы России», посвященная 22 августа - Дню Государственного флага России. 0+
31 августа в 12.00 - детская развлекательная программа от агентства Персонаж.40 «Играем и смеёмся». 6+

31 августа в 16.00 - творческий вечер «Калитка в счастье» автора стихов и прозы Елена Гай. 6+

31 августа, 7 сентября с 17.00 до 18.00 - проект «Звуки Винила». Слушаем и танцуем под виниловые пластинки. 6+

31 августа в 18.00 - танцевальный вечер в парке «Калитка в счастье». 6+

1 сентября в 11.00 до 15.00 - мастер классы от наших партнёров. 6+

1 сентября с 11.00 до 16.00 - детская гаражка. 6+

1 сентября с 12.00 до 14.00 - День всезнайки от профсоюзов г.Обнинска - мастер классы, дворовые игры, турнир по шахматам, «весёлые старты», деловая игра для родителей и детей. 6+

1 сентября в 13.00 - музыкальный концерт «Ровесник» (детский состав) г.Мещовск. 6+

1 сентября с 15.00 до 16.00 - проект по безопасности от Центра социокультурного проектирования «МАРС». 6+

1 сентября в 16.00; 7 сентября в 12.00 - детский праздник от Агентства «Персонаж.40». 6+

1 сентября в 17.00 - праздничный концерт «А знаешь, всё ещё будет» артистов театра песни «ВокКАЛАН». 0+

1, 7 сентября в 18.00 - танцевальный вечер. 6+

1, 8 сентября в 19.00 - БАЧАТА - танцевальные вечера от фитнес клуба С.С.С.Р. 6+

2 сентября в 10.00, 11.00 - познавательный урок «Синичкины сказки в Лесной школе». 6+

6 сентября с 16.00 до 18.00 - концерт от Музыкальной Академии 20-20. 6+

6 сентября с 19.00 до 22.00 - OPENparty от школы танцев SDStudio, бачата и сальса на открытой площадке парка «Усадьба Белкино». 6+

7 сентября с 9.00 до 10.00 - Шаолинский Цигун. Суставные практики. Рефлексотерапевт. Жизнь без боли. Клуб «Северный Шаолин». 6+

7 сентября с 12.00 до 14.00 - экологическая акция «Верни букет в компостную яму». 6+

7 сентября в 16.00 - творческий вечер «Вот и осень» в гостях у парка виа «Транзит». 6+

8 сентября в 12.00 - шоу разных пород от клуба собаководства «АРТА». 0+

Режим работы аттракционов в парке уточняем по тел.: 8-953-325-54-48.

ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ (пр.Ленина, д.126)

21 сентября в 12.00 - музыкальный спектакль по сказке П.Ершова «Конёк горбунок». 6+

24 сентября в 19.00 - Маргарита Суханкина. Все хиты группы «Мираж». 12+

27 сентября в 19.00 - лёгкая лирическая комедия от режиссёра Р.Самгина «Неслужебный роман». В ролях: О.Железняк, А.Ягудин, А.Акатова, С.Сумченко. 16+

28 сентября в 12.00 - эстрадно-цирковое шоу «Кто живёт на крыше?». 0+

30 сентября в 19.00 - первый в мире танцующий симфонический оркестр CONCORD ORCHESTRA представляет новое симфоническое рок-шоу «Планета людей». 6+

5 октября в 18.00 - легендарный спектакль «Мастер и Маргарита». 16+

12 октября в 19.00 - Игорь Саруханов - «Лучшее за 40 лет». 12+

18 октября в 15.00 и 19 октября в 17.00 - комедия Н.В.Гоголя «Женитьба» - к 100-летию Веры Петровны Бесковой и 70-летию Обнинского Народного драматического театра им. В.П.Бесковой. Режиссёр - Е.Черпакова. 12+

27 октября в 18.00 - спектакль «Лица», по юмористическим рассказам А.П.Чехова в исполнении блистательного актёрского дуэта народных артистов РФ А.Калягина и В.Симонова. 16+

30 октября в 19.00 - «Ваши пельмени» - В.Мясников, А.Рожков, А.Пушкин. Лучшее. 6+

10 ноября в 18.00 - концерт Большого эстрадно-симфонического оркестра Санкт-Петербурга под рук. А.Тетерина - золотая коллекция из репертуара маэстро Поля Мориа. 6+

14 ноября в 19.00 - группа «Пикник» с новой программой «Один на один». 6+

21 ноября в 19.00 - победители шоу-проекта «Новые танцы на ТНТ» «DS CREW». 6+

Касса ГДК работает ежедневно с 13.00 до 19.00.

Телефон: 8(484) 393-20-95.
Сайт ГДК: gdk-obninsk.ru

ЦЕНТРАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА (ул.Энгельса, д.14)

Лекторий общества «Знание»

4 сентября в 17.30 - «Зачем А.П.Чехов ездил на Сахалин». 16+

11 сентября в 17.30 - психологический лекторий. «Всё о наших страхах: виды, функции, причины страхов и способы их преодоления». 16+

18 сентября в 17.30 - кинолекторий. «Король Лир» по одноименной трагедии У.Шекспира. Последний фильм, снятый режиссёром Г.Козинцевым. 16+

Вход на мероприятие свободный. Телефон: 58-40-270,
сайт: https://cbs-obninsk.ru

Обнинский театр сказок
14 сентября 12.00 ГДК
Театральная студия «МЕЧТА»
Куда пропал ДОЖДИК?
остросюжетная сказка 0+
режиссёр П. Колесникова

ГДК ОБНИНСК.RU
ОБНИНСКИЙ ТЕАТР СКАЗОК
393-20-95
ПУШКИНСКАЯ КАРТА

ДОМ КУЛЬТУРЫ ФЭИ (г.Обнинск, пр.Ленина, д.15)

2 сентября в 12.00 - «ПервоКЛАСное» шоу для детей. 0+

15 сентября в 14.00 - музыкальная сказка с песочной анимацией «Конёк-горбунок». 0+

13 октября в 12.00 - театральное цирковое представление для всей семьи «Белоснежка». 0+
Справки по тел.: 584-04-50.

ДОМ УЧЁНЫХ (пр.Ленина, д.129)

В связи с реорганизацией МП «Дом учёных» в Муниципальное бюджетное учреждение «Дом учёных» экскурсионные мероприятия переносятся на поздний срок, о чём будет объявлено дополнительно!

28 сентября в 18.00 - Российский государственный академический камерный «Вивальди-Оркестр» с программой «На бис!» - лучшее из программ оркестра. 6+

11 октября в 19.00 - концерт Виктора Салтыкова. 12+

13 октября в 18.00 - стендап-концерт Варвары Щербаковой. 18+

27 ноября в 19.00 - спектакль «Любовь и Голуби». 12+

Тел. для справок: 393-27-90; 393-18-31.

РАБОТА

МБУ «Городской Дворец культуры» требуется машинист сцены. ☎ 8(484) 393-56-89.

Требуется ОФИЦИАНТ на постоянную работу в грузинский ресторан. З/п от 80000 рублей. ☎ 8-900-578-73-03.

МБУ «Дом учёных» требуются: уборщица, контрактный управляющий (223 ФЭ, 44 ФЭ). ☎ 397-04-41.

Требуются комплектовщики на склад. До 5000 руб. за смену, от 135000 руб. за мес. (гарантировано). Вахта. Подмосковье. Выплаты еженедельно, жилье и обед бесплатно. ☎ 8-930-036-55-01.

НЕДВИЖИМОСТЬ

Продам совр. дом в отл. сост. из фин. панелей 70 м.кв. (сайддинг, ленточн. фундамент, отмостка) участок 14 сот. ИЖС (земли насел. пунктов) Наро-Фоминский г.о, дер. Лапино, 37. Септик, ст/пак., скважина, отопл. электр. Дом для круглогод. прожив., + хозблок 100 м.кв. (с водоснабж.) + летняя кухня 70 м.кв. и гараж на две а/м 65 м.кв. (из блоков), асфальт, автомат. ворота, электр. 30 Квт., встр. кухня и техн. Плод. и лесн. деревья, метр. забор. Межевание было, строения зарег., 3 мин./п. авт. ост., лес, река. ☎ 8-926-529-37-98.

Продам участок (14 соток ИЖС Наро-Фоминский г.о. дер.Васильево), электр., метр. забор на фундаменте, ворота, асфальт, соседи живут круглогодично, р.Протва. Цена 2 млн руб. ☎ 8-926-529-37-98.

Продам зем. уч-к. ☎ 8-960-525-90-42.

Продам зем. уч-к (3,8 га, близ д. Верховское Малоярославецкий р-н) - 540000 руб. ☎ 8-953-319-23-20.

Продам зем. уч-к, г.Белоусово, ул.Киевская, 12 сот. - 650000 руб. ☎ 8-953-319-23-20.

Продам зем. уч-к (8 соток, Ступинка-2) - 665000 руб. ☎ 8-953-319-23-20.

Продам зем. уч-к, (5 сот., СНТ «Монтажник», д.Дроздово, фундамент 4,6х9,2 м) - 385000 руб. ☎ 8-910-590-17-82.

Продам зем. уч-к (6,1 га, близ д. Михальчуково, 7 км от Медыни, 2 км от трассы Москва-Рославль, по гр. река Шаня, собств. пруд, земля с/х назначения) - 430000 руб., торг. ☎ 8-920-611-62-62.

Продам зем. участок (6 сот., СНТ «Городня», за плотиной). ☎ 8-910-705-67-69.

Продам дом, Передоль (деревянный, сайдинг, 48 кв. м, скважина, газ по границе, гараж, 10,5 сот.) - 1,85 млн руб. ☎ 8-953-319-23-20.

Продам гараж в Балабаново-1 (ГСК «Автотурист», 24 кв.м.) - 270000 руб. ☎ 8-953-319-23-20.

Продам дом (134 кв. м., уч. 11 сот., г.Малоярославец, ул.Совхозная, 2, газ, свет, вода, канализация, 6,150 млн руб., торг). ☎ 8-910-590-17-82.

Продам дом, 128 кв.м., уч. к. (7,5 сот., за школой №17, Обнинск, газ, свет, вода, канализация, 8,9 млн руб., торг). ☎ 8-910-590-17-82.

Продам 2-комн. кв-ру (ул. Комарова, 9,3/5 эт., 50 кв.м., с/у и комнаты раздельные, балкон застеклен) - 4,15 млн руб. ☎ 8-910-590-17-82.

КУПЛЮ-ПРОДАМ

Куплю дорого: монеты, значки фигурки из фарфора, столовое серебро, подстаканники, часы в желтом корпусе и многое другое. ☎ 8-920-613-77-63.

РАЗНОЕ

Ремонт холодильников и стиральных машин. ☎ 8-910-867-34-42, 396-59-14.

Ремонт: холодильников, стиральных машин на дому. Продажа оригинальных запчастей. Сервисный центр «Радиотехника»: г.Обнинск, ул.Курчатова, д.46. ☎ 395-31-31.

На улице Лейпунского, д.2 работает церковная лавка от церкви «Вера. Надежда. Любовь». ВСЕ УСЛУГИ.

Ремонт телевизоров кинескопных и жидкокристаллических. Возможна доставка. ООО «Радиотехника»: Треугольная, пл., д.1. ☎ 396-21-34.

ЖИВОЙ УГОЛОК

Ищем дом для котика (умный, понимает чел. речь, добрый). ☎ 8-903-635-12-22.

Если у вас еще нет пушистого друга - вам сюда! ЗЦ «Новый Ковчег» предлагает собак и кошек, щенков и котят разных окрасов, характеров и пушистости. Все они мечтают о доме! Животные привиты, здоровы и по возрасту стерилизованы. 6+ ☎ 8-910-519-18-57.

Если вы хотите помочь Зоозащитному центру «Новый Ковчег», то: Сбербанк-онлайн. Заходите в Платежи, в строке поиска пишете «Новый Ковчег» и находите организацию «НП ЗЦ НОВЫЙ КОВЧЕГ добровольные взносы» - это и есть мы. Далее вам придется указать фио и адрес, это нужно для Сбербанка как идентификация плательщика, ваши данные никто в группе (или еще где-то) не увидит. Видео-инструкция в комментарии. реквизиты счета: НП ЗЦ «Новый Ковчег» Р/С: № 40703810422240000653 в Калужское отделение №8608 ПАО СБЕРБАНК БИК 042908612, К/с 301 018 101 000 000 006 12 ИНН:4025421343; КПП:402 501001.

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ И ОБЪЯВЛЕНИЙ ПО АДРЕСУ: 249032, Калужская обл., г.Обнинск, ул.Звёздная, д.14. Т. 397-90-31.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции • Письма, незаказанные рукописи не рецензируются и не возвращаются • Ответственность за достоверность рекламы несёт рекламодатель • Помеченные значком v материалы - на правах рекламы

Учредитель и издатель: ООО «Обнинский вестник» Главный редактор В.В. Хлыстов	Адрес редакции и издателя: 249032, Калужская обл., г.Обнинск, ул.Звёздная, д.14, E-mail: obninsk@obninsk.ru. Электронная версия газеты: http://www.vreguod.ru. Секретарь, рекламный отдел: 397-90-31, с 9.00 до 17 час., без обеденного перерыва.	Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Калужской области, св. ПИ № ТУ40-00357 от 30.01.2024 г.	Газета выходит один раз в неделю Индекс 51740 Тираж 15000 экз.	Дата подписания в печать 29.08.2024	Отпечатано в ООО «Типография «КП - Москва» Адрес: 141407, МО, г.Химки, Нагорное ш., д.2, корп.9, пом.А	Заказ 3904
--	---	--	--	--	---	------------