



# БЕЛООСТРОВСКИЙ ВЕСТНИК

Декабрь  
2025 года

ГАЗЕТА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПОСЕЛОК БЕЛООСТРОВ

## С наступающим Новым 2026 годом и Рождеством!

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ПОСЕЛКА БЕЛООСТРОВ!  
ПРИМИТЕ САМЫЕ ИСКРЕННИЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ С НАСТУПАЮЩИМ  
НОВЫМ 2026 ГОДОМ И СВЕТЛЫМ ПРАЗДНИКОМ  
РОЖДЕСТВА ХРИСТОВА!**

Радость этих зимних дней мы стремимся разделить с близкими и дорогими людьми, искренне желаем друг другу счастья и добра, вспоминаем самые яркие мгновения года уходящего и верим, что впереди перемены только к лучшему.

Мы стоим на пороге нового, 2026 года. Каким он станет, что принесет – зависит от нас самих. Уверены, что ответственность и вера в свои силы помогут сделать нашу жизнь более благополучной, яркой и насыщенной.

Сегодня не все наши близкие могут разделить с нами праздник в семейном кругу. Это те, кто с оружием в руках защищает суверенитет нашей страны в зоне специальной военной операции. Пожелаем им мужества, силы и удачи при выполнении воинского долга.



Пусть новый год будет удачным и счастливым, запомнится новыми свершениями, исполнением задуманного и множеством ярких, позитивных моментов! Искренне желаем вам крепкого здоровья, уверенности в завтрашнем дне и радостного новогоднего настроения! Берегите друг друга! С Новым, 2026 годом и светлым праздником Рождества Христова!

**Глава внутригородского муниципального образования,  
Председатель Муниципального Совета МО пос. Белоостров –  
Алексеева Ольга Леонидовна**

**Депутаты Муниципального Совета МО пос. Белоостров:  
Васильева Александра Евгеньевна,  
Виноградова Маргарита Альбертовна,  
Воронкова Елена Викторовна, Горбунов Вячеслав Евгеньевич,  
Демин Игорь Олегович, Макаренкова Анастасия Сергеевна,  
Пантюшин Дмитрий Алексеевич, Соломенко Дмитрий Юрьевич,  
Стерхова Елена Николаевна**

**Глава Местной администрации МО пос. Белоостров –  
Граблин Алексей Николаевич**

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ПОСЕЛКА БЕЛООСТРОВ!  
ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ  
В ПРАЗДНОВАНИИ НОВОГО ГОДА**

**Пугания пройдут в ночь с 31 декабря на 1 января с 01:00 до 03:00  
по адресу: пос. Белоостров, Сестрорецкое шоссе, д. 4 лит. А (сквер у почты).**

**А для детей дошкольного возраста праздник состоится 28 декабря в 18:00  
по адресу: пос. Белоостров, Сестрорецкое шоссе, д. 4 лит. А (сквер у почты).**





## Поздравляем наших юбиляров!

**80 лет –**

*Виноградова Николая Николаевича*

**75 лет –**

*Петрова Алексея Александровича*

**70 лет –**

*Доронина Алексея Петровича*

*Доронину Татьяну Витальевну*



*Торжественно поздравляем с замечательным юбилеем!*

*Это целая жизнь, наполненная интересными событиями и значимыми свершениями.*

*Желаем самого крепкого здоровья.*

*Пусть в сердце всегда горит огонь, а в душе никогда не погаснут мечты. Радости вам, счастья и бодрого настроения!*

**Муниципальный Совет  
и Местная администрация  
МО пос. Белоостров**

### ЖИТЕЛИ НАШЕГО ПОСЕЛКА

## СЕМЬДЕСЯТ ЛЕТ УЛИЦЫ БЕЛООСТРОВСКОЙ

**Неотвратимо приближается 2026 год, и в связи с этим хочется вспомнить 70-летнюю историю одной из уютнейших улиц нашего поселка, пропитанную радостями и горестями, обретенными и потерями, соседскими пересудами на лавочках и залившимся детским смехом. А самое главное – взаимовыручкой, поддержкой и теплотой.**

Всё дело в том, что первые дома на улице Белоостровской в соответствии с Генпланом начали сдаваться в 1956 году, то есть ровно семь десятилетий назад. В числе новых поселенцев были родной и двоюродный дедушки Ольги Владимировны Ухляковой, нашей землячки, которая уже сейчас, в режиме реального времени, продолжает большие и благородные дела своих предков. Родилась она на заре 60-х в Ленинграде, и с раннего детства много времени проводила в доме своей бабушки в Белоострове.

Вот, что вспоминает женщина о том времени: «В 50-х годах XX столетия развернулось послевоенное строительство. К моменту моего рождения, в 1963 году, вдоль улицы уже стояло немало почти готовых к сезонному проживанию домов, где-то скромно ютились временки».

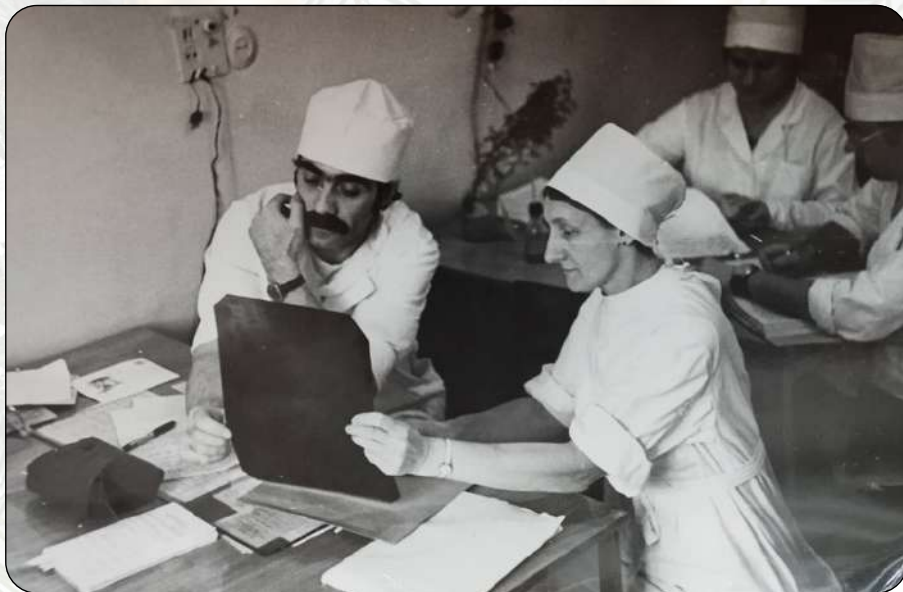
Исходя из существующих тогда законов, дома возводили по вполне определенным архитектурным правилам. Заборы не могли быть высокими или сплошными, это строго регламентировалось. Материалом для ограждений служил преимуще-

ственно деревянный штакетник, так редко используемый сейчас. Владелец каждого дома считал своим негласным долгом разбить у себя небольшой палисадник, а по обочинам улицы тянулись ввысь молодые березки и елочки. Посельчане очень хорошо знали друг друга, многих из них объединяли не только соседские отношения, но и служебные. Почти у всех рядом с калиткой во двор стояли самодельные лавочки, где счастливые хозяева и их гости любили посидеть, отдохнуть, обсудить текущие дачные дела, просто общаться. Улица не вызвала ассоциаций с большим и темным кори-





## ЖИТЕЛИ НАШЕГО ПОСЕЛКА



дород коммуналки, она была воздушной, жила и дышала.

По грунтовому покрытию уже вовсю гоняли дети на своих велосипедах, ездили не частые в ту пору мотоциклисты. Ребятишек было много, вокруг продолжалось активное строительство и благоустройство частных домов. Молодежь гурьбой носилась по улице. Игры были яркими и подвижными: городки, лапта, догонялки, мяч, пятнашки и прятки. Мальчишки мастерили рогатки и самострелы. Рядом в ручье, протекающем между Рошинской и Белоостровской улицами, ловили рыбу и лягушек. Те же, кому посчастливилось иметь сачок, могли в принципе ловить кого угодно, включая густо населявших кусты и траву бабочек и кузнечиков. По вечерам поздним летом повсюду загорались маленькие фонарики сверчков и слышалось стрекотание цикад.

Казалось бы, это ли не счастье? Но не все так радужно было в этой идиллической картине.

Дело в том, что эта территория во время Финской Зимней войны 1939 года и, особенно, в годы Великой Отечественной, подвергалась серьезным обстрелам. По рассказам местных краеведов на земли Белоострова могли в сутки быть сброшены по 500 фугасных бомб одновременно. В послевоенное время земли где-то были разминированы, но в большей части поселка оставались еще не сдетонировавшие снаряды. И нередко в этих местах любопытное подрастающее поколение находило огромное количество таких немых свидетелей ВОВ.

«Так в 1957 году, мой дядя Геннадий, 14-летний подросток, на глазах своих сверстников был смертельно ранен, когда в руки детей попал не разорвавшийся снаряд времен вой-

ны, – вспоминает Ольга Владимировна – Это было в лесочке в самом начале улицы. А мой двоюродный брат и сегодня недоумевает, как им удалось выжить, несмотря на регулярные игры с найденными патронами и другими смертоносными «игрушками» в близлежащем лесу?».

И хотя после Великой Отечественной и прошло порядка 15-20 лет, но земля по-прежнему была обильно наспигована небезопасным железом. Периодически продолжали звучать взрывы.

По воспоминаниям Ухляковой О.В., поляна, на которой в грядущем году планируется обновление детской площадки, также довольно долго была полна сюрпризов: многочисленные воронки, мотки колю-

чей проволоки, ржавые металлические коробки и прутья, консервные банки. Там же находился и расколотый наполам взрывом ВОВ гранитный валун.

Дети подрастали, их младшие братья и сестры следовали за старшими по тем же тропинкам, игры оставались такими же подвижными, как и вездесущие любознательные сорванцы. Родители, конечно же, были очень обеспокоены времяпрепровождением своих отпрысков. Они понимали, что их детей растит улица, и растит, подвергая порой скрытому долговременному риску.

Первым, кто занялся расчисткой и обустройством той самой поляны, стал двоюродный дед Ольги Владимировны, Михаил Иванович Романов. И это было начало начал! Он строил дом неподалеку, жил в нем и часто наблюдал, как детвора, резвясь на живописной местности вдоль ручья, получает раны, травмы от осколков стекла и колючей проволоки. Поляна и правда была очень красивой, без дикорастущих кустарников, но с обилием полевых цветов и стрекочущих кузнечиков. Не зарастала она и высоким бурьяном. Все потому, что многие соседи в ту пору заводили домашних животных: коз, коров, кроликов. Козы съедали кустарники, а траву скашивали на сено и корм. Но сохранившиеся со времен войны воронки от снарядов, их содержимое и каменные осколки гранитного валуна оставались неизменно опасными.

**Окончание  
на следующей странице**





## ЖИТЕЛИ НАШЕГО ПОСЕЛКА

СЕМЬДЕСЯТ ЛЕТ УЛИЦЫ  
БЕЛООСТРОВСКОЙ

**Окончание.  
Начало на предыдущей  
странице**

И вот дед Миша начал эту ситуацию исправлять. Посадил сосны по краю дороги, как смог выровнял площадку на поляне, вкопал два столба и натянул волейбольную сетку. Теперь стало значительно больше места для игр, а с учетом того, что чуть дальше от дома и ближе к лесу соорудили футбольное поле, то появилась возможность сражаться команда на команду, улица на улицу, всем, в том числе и взрослым. И правда, в то суровое послевоенное время не так часто удавалось загруженному ворохом забот советскому гражданину хоть на мгновение почувствовать себя юнцом. Ну, а сами ребяташки, закономерно, стали меньше интересоваться военно-полевыми раскопками.

Но время шло, многое менялось в стране, молодежь продолжала так или иначе искать приключения на улице. Прошли 80-е. В 90-е уже потомки первого поколения детей Белоостровской улицы играли на поляне. Наступили двухтысячные, и количество детворы значительно поубавилось. Веселый задорный смех сменился пустынной тишиной. Пара мальчишек слонялись, как неприкаянные, от одного угла до другого. Были у них уже и отличные велосипеды, и другие яркие игрушки. Но не было компании, команды с которой можно было бы играть в волейбол или в футбол. Очень тихо стало на улице.

В начале 2010-х один из жильцов, Сергей, смастерил на знакомой нам поляне баскетбольное кольцо! Это стало выходом из положения! Подрастающее поколение обрело возможность играть, не собирая большой команды. Даже вдвоем можно было покидать мяч.

Постепенно число детей снова стало увеличиваться. Речь зашла о необходимости в новом игровом комплексе. Администрация Белоострова с готовностью откликнулась на инициативу населения, среагировали максимально оперативно. И вот на поляне засверкала функциональная красочная детская площадка, прослужившая потом долгие годы. Правда не обошлось и без некоторых эксцессов. Вместе с грунтом на стройку площадки попали семена борщевика. И вот уже второе десятилетие совместными усилиями приходится бороться с этой зловердной растительностью. Чего только не предпринимали и сотрудни-

ки по благоустройству, и жители с улицы, и даже сами ребяташки. Сорняк и скашивали, и выкапывали, и закрывали молодые ростки... Но победить его на 100 процентов не удастся до сих пор, хотя благодаря старателям, борщевика все-таки становится меньше. И главное, на сегодняшний момент нельзя допустить его повторного осеменения. Цикл жизни растения 12 лет, и в конце его вредитель скидывает тысячи семян. Если цветущие зонтики срезать на стадии цветения и утилизировать, то растение по своей генетической сущности решит, что выполнило демографическую миссию, и само умрет. Важно не упустить время!

Верой и правдой прослужила та спортивно-развлекательная площадка более десяти лет. Круглогодично на ней веселились дети. Летом стайки ребят озорно резвились в периметре площадки. Укромные уголки служили им укрытием от солнца и дождя. Зимой горка становилась местом радостных встреч. На яркой площадке было комфортно и детям, и родителям. Площадка стала любимейшим местом для жителей близлежащих улиц и их гостей. Совсем рядом, кстати, растет и эпохальная 100-летняя сосна, которая видела и самое печальное жестокое военное время, и годы послевоенного восстановления, и счастливое настоящее. Эта величавая красавица по сути является свидетелем преобразования всей окрестности, и в том числе небольшой поляны с маленькой историей.

Сейчас та старая площадка демонтирована, и всплывает в памяти белоостровцев благодарной грустью. Но при этом возникают и нетерпеливые ожидания скорого будущего. Ведь уже в 2026-м году на этом месте будет построена площадка новая, красивая, оборудованная, современная. «Вместе с нашими соседями, с теми, кто здесь вырос, бегал и играл на всех этапах развития и изменения этой площадки, мы наблюдаем преобразования», – говорит Ольга Владимировна. И прежде всего благодаря усилиям нашей решительной героини прадедушки и прабабушки, бабушки и дедушки, мамы и папы, сами дети – смотря в будущее спокойно и уверенно, ведь все они приняли участие в обсуждении проекта нового комплекса, когда Ольга лично обзванивала и записывала пожелания буквально каждого своего соседа. Администрация снова прислушалась ко мнению жильцов и практически все замечания поста-



лась учесть. «К сожалению, – признается женщина, – есть ограничения по установке разных конструкций, игровых элементов детской площадки. Но мы справились. Вы только подумайте, представьте себе, как каждый, кто участвовал в дискуссии, примерял самого себя на этой территории. Вспоминал свое детство, мечтал вновь оказаться ребенком. Сейчас увлеченно мечтает, как приведет сюда своих детей и внуков, на эту современную, модную, уютную площадку. Дети не станут искать опасные приключения. Эта площадка станет эпицентром детского смеха, игр, обретения новых друзей».

Лавочки у домов безвозвратно ушли в прошлое. Но появится другое комфортное пространство. Душевная рекреационная среда для всех категорий граждан, где старшие смогут передавать свой жизненный опыт молодежи. Бабушки – внукам, мамы – детям, подростки – малышам.

А еще Ольга Владимировна робко надеется на то, что будущей площадке присвоят когда-нибудь... имя. Имя её, по сути, основателя, деда Миши, Михаила Ивановича. Что стало бы прекрасным подарком к 92-летию его дочери в 2026-м году, Галины Михайловны, врачу от бога. Всю жизнь свою она посвятила медицине, служила хирургом и проводила сложнейшие операции на высочайшем уровне. А в быту много времени отдавала своему белоостровскому дому, очень любила эти места, и продолжает это делать до сих пор. Каждое лето она приезжает сюда, разбивает огород, высаживает потрясающие цветники, пестрящие гортензиями и рододендронами, ухаживает за своим участком и радеет за благо всех, проживающих на Белоостровской улице.

**А.Е. Васильева**



# УНИКАЛЬНАЯ ЯГОДА КЛЮКВА

*Осень в этом году порадовала нас сентябрьскими теплыми днями, а Сестрорецкое болото подарило очень неплохой урожай клюквы. Связано это, конечно, с благоприятными погодными условиями на протяжении весны и лета, причем ягода сумела вырасти даже в тех местах, где традиционно ее было немного. Поэтому сегодняшняя статья будет посвящена этой самой ценной лесной ягоде, произрастающей в нашей местности, ее экологии и особенностям.*

На нашем болоте произрастает клюква обыкновенная, иначе называемая еще клюквой болотной. Является она родственником вереска и относится к так называемым кустарничкам-растениям низкорослым, похожим на травянистые, но с одревесневшим стеблем. К этому же семейству, вересковых, кстати, относятся черника, голубика, толокнянка и брусника.

Кустик клюквы болотной живет несколько десятилетий, стелющиеся стебельки достигают за это время метровой длины. Плодоносить растение при благоприятных условиях начинает на 7-8 год жизни. Клюква – растение вечнозеленое и ее мелкие кожистые листья с завернутыми краями зимуют под снегом. Они глянцевые, темно-зеленые сверху, белесые, покрытые восковым налетом снизу. Растение не требует плодородной почвы, предпочитая бедные кислые почвы. При этом на хорошо удобренной почве чувствовать себя будет очень плохо, будет болеть. Тем не менее, выращивать ее возможно и на приусадебных участках, создав, конечно, благоприятные условия, высаживая в торф с верхового болота и обеспечив избыточное увлажнение. Культурные сорта клюквы с успехом выращиваются в Белоруссии, Польше, Канаде. Это растение подвергается селекции, в результате чего плоды могут вырастать очень большими, например, размером с ягоду вишни.

У клюквы болотной, как и у многих других растений, есть для жизни незаменимые помощники. Она образует микоризу – симбиотическую ассоциацию мицелия гриба с корнями высших растений. Грибные гифы пронизывают все растение. Клюква делится с грибом сахарами, образуемыми при фотосинтезе, а гриб обеспечивает кустарничек соединениями азота.

Клюква зацветает в конце мая – начале июня. Невелики цветки, но изящны. На тоненьком цветоносе поднимаются над моховыми кочками колокольчатые бледно-розовые венчики. Тычинки сростаются в две

пыльцевых трубки. В центре цветка – короткий пестик с четырехгнездной завязью.

Летом на месте цветков образуются ягоды. Они сначала белые, к концу августа начинают краснеть. Ягоды круглые или продолговатые, и достаточно крупные – достигают в диаметре сантиметра и более. Их уже кустарничек удержать не может, поэтому ягоды как будто рассыпаны по мху.

Пользу клюквы сложно недооценить. Она обладает ценнейшими пищевыми и лечебными свойствами. К тому же, ягода эта уникальна по своей сохранности. Она может сохраняться свежей почти целый год. Достаточно перебрать ягоды и рассыпать в сухом месте. Природные консерванты в составе ягод препятствуют их гниению. На вкус она кислая. В составе сока высоко содержание кислот. Преобладает кислота лимонная. Есть кислоты бензойная и хинная. Много аскорбиновой кислоты – витамина С. Ягоды содержат много калия и микроэлементов, среди которых больше всего железа и марганца. Как источнику витамина С конкуренцию на севере клюкве болотной составляет разве что брусника. Клюквенный морс незамеченным при простудных заболеваниях и гриппе. Он обладает прекрасным жаропонижающим и общеукрепляющим действием. Клюквенным соком, особенно в сочетании с медом, лечат кашель и ангину. Сок и морсы из клюквы показаны при заболеваниях почек и мочевыводящих путей, как острых, так и хронических. Если заболевание вызвано бактериальной инфекцией, противодействует ей природный антибиотик бензойная кислота в сочетании с калием. Кроме того, клюквенный сок и морс способствуют очищению почек, выведению из них вредных веществ, профилактике образования камней. Обладают ягоды клюквы и способностью снижать артериальное давление.

Собирать ягоды следует после полного их созревания. А происходит это у нас не раньше середины сентября. Не стоит торопиться, пытаясь собрать ягоду ранее «конкурентов». Собранные незрелыми, чуть покрасневшими, они позже, конечно, покраснеют. Только вот и портятся такие ягоды быстро. А уж в качестве лечебно-профилактического средства и вообще не представляют никакой ценности!

Собирать ягоды лучше всего руками, «по ягодке», выбирая полностью созревшие, темно-красные, наиболее крупные. Только так обычно не бывает! Чаще всего для сбора применяют специальные сов-



Цветок клюквы



Ягоды клюквы

ки – «комбайны». На территории заказника «Сестрорецкое болото» да и на территории городских лесов Санкт-Петербурга сбор ягоды «комбайнами» запрещен. Запрет на использование подобного рода устройств содержится в п. 4 статьи 6 Закона Санкт-Петербурга «О регулировании лесных отношений в Санкт-Петербурге» от 01.04.2010 № 153-49. Несмотря на то, что в предыдущих статьях я уже упоминал об этом, повторюсь, что на данный момент сбор ягод и грибов, если при этом не причиняется вред растениям и животным, в границах заказника «Сестрорецкое болото» не запрещен.

Собранную ягоду перебирают, удаляя мусор, незрелые и поврежденные плоды. Хранить их можно в свежем виде, в сухом прохладном помещении. Иногда ягоды заливают холодной водой и сохраняют мочеными. По мере испарения воды ее просто нужно добавлять в емкость. Ягоды также замораживают и хранят в морозильнике в пакетах из пищевого пластика.

При сборе нельзя забывать, что ягода, произрастающая на территории заказника, является также и пищей для диких животных, обитающих там. Поэтому выбирать ее полностью нельзя. Многие птицы и млекопитающие с удовольствием поедают ее как в осеннее время, так и весной, до начала вегетационного периода у растений. В зимнее время, при условии, что зима малоснежная, ягода может являться спасением для многих обитателей заказника.

Д.П. Мячков-Зенькович



# НОВОГОДНИЕ БЛЮДА НАРОДОВ РОССИИ



*Оливье, мандарины, холодец и шампанское — вот, что приходит на ум, когда мы говорим о новогоднем столе россиян. Однако далеко не все семьи страны встречают Новый год именно так — в России проживают представители более чем 160 национальностей, в кухнях которых есть свои традиционные новогодние блюда. Пять регионов страны, жители которых готовят к Новому году не только очень вкусные, но и чрезвычайно необычные блюда:*

## РЕСПУБЛИКА ТАТАРСТАН

У татар есть свои уникальные новогодние традиции. Например, вместо Деда Мороза и Снегурочки к местным детям приходят Кыш-Бабай (имя которого переводится как «Дедушка Зима») и его внучка Кар-Казы. Герои не только дарят подарки, но и отпугивают нечистую силу и приближают приход весны. Готовясь к встрече с этими сказочными персонажами и новым годом, татары ставят на стол блюда, символизирующие достаток и счастье: вак беляш (сочные пирожки на кефире), губадия (праздничный пирог с многослойной начинкой) и ураму (фигурный хворост из теста).

Однако без чего действительно немислим праздничный ужин татар — это чак-чак. С этим десертом связано множество традиций и поверий: например, считается, что чем больше чак-чака съешь, тем слаще будет жизнь; а отправляясь в гости в новогоднюю ночь, обязательно принести хозяевам эту восточную сладость как пожелание богатства и счастья. Говорят, в каждой семье есть свой способ приготовления чак-чака и вариант украшения этого блюда: его посыпают орехами, конфетами или изюмом.

## СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЙ

На территории края проживают представители более 100 национальностей, в том числе большая ногайская диаспора. Новогодний стол ногайцев не обходится без короля кухни тюркоязычных народов бешбармака, который принято готовить по случаю больших праздников и к приезду дорогих гостей. Название яства в переводе с киргизского означает «пять пальцев», что неспроста — есть бешбармак принято руками.

Но как ни один король не обходится без свиты, так и бешбармак никогда не стоит на столе в одиночестве — новогоднюю трапезу ногайцев невозможно представить без хинкали и своеобразных пельменей казан-боьрек. Кроме того, особое место в национальной кухне этого народа всегда занимали супы, и именно их ногайцы готовят первого января. Особенно популярна в первый день нового года тонкая лапша на легком мясном бульоне.

## РЕСПУБЛИКА АДЫГЕЯ И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

Адыги — уникальный народ, которому удается сохранять свои традиции и культуру даже в нынешний век глобализации.



И сегодня торжественная трапеза представителей этого народа, проживающего в Адыгее и в соседнем с республикой Краснодарском крае, включает те же блюда, что и сто лет назад. К новогоднему столу местные жители подают жареную индейку и шипс, традиционный соус из бульона, без которого не обходится ни одно торжество.

Также на стол ставят ашрай – необычный луковый суп на молоке, который в Новый год должны отведать все члены семьи. Ашрай занимает особое место в национальной кухне, потому как его готовят из 7 ингредиентов, а число семь считается священным у адыгов. Что касается напитков, то шампанское представители этого народа часто заменяют басхымой – пряным слабоалкогольным напитком из кукурузной муки.

### РЕСПУБЛИКА УДМУРТИЯ

У удмуртов есть интересная традиция – в Новый год они наряжаются в персонажей потустороннего мира, обходят соседей, отпугивают злых духов и болезни, притягивают удачу в делах. Необычны не только обряды, но и праздничные угощения – к новогоднему столу удмурты готовят блины в печи и перепечи – корзиночки из теста с разнообразной начинкой: мясом, грибами, картофелем, кашей и даже редькой.

Особое место на праздничном столе жителей региона занимают пельмени «пельнянь», название которых переводится с удмуртского как «хлебное ухо». Как и перепечи, пельнянь готовят не только с мясом, но и с рыбой, овощами, ягодами и лесными травами — в каждой семье бережно хранится свой неповторимый рецепт этого национального блюда.

### РЕСПУБЛИКА БУРЯТИЯ И ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ

Именно в этих регионах проживает самая большая бурятская диаспора России. Буряты отмечают Новый год дважды: 31 декабря вместе со всей страной и в «Праздник Белого месяца» Сагаалган, который обычно приходится на конец зимы или начало весны. Наступающий год у бурят принято встречать с чистыми помыслами, что подчеркивают угощения белого цвета на праздничном столе: всевозможные молочные продукты (творог и сметана, брынза и курунга) и буузы – большие пельмени, по форме напоминающие юрту.

Также новогодний стол часто украшает похлебка саламат, которую считают жемчужиной бурятской кухни. Это блюдо из сметаны и муки относится к почитаемой «белой пище» и является старейшим в рационе бурятского народа – говорят, его рецепт известен еще со времен Чингисхана.

Статья взята из открытого источника <https://strategyjournal.ru/gosudarstvo/chto-gotovyat-k-novogodnemu-stolunarody-rossii-rejting-regionov-samyimi-neobychnymi-blyudami/>





## ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

## ПЕРЕВИЗИРОВАНИЕ

**Неожиданно, менее чем через пару месяцев после траурных мероприятий в стране и незадолго до Нового 198... года, второй штурман Роман Гудков был вызван в парток пароходства, для перевизирования.**

Признаться, большой неожиданности в этом не было – слухи среди плавсостава ходили давно об этой процедуре. Рома закончил мореходное училище Министерства морского флота, там же, в училище, ему и открыли визу. Было это уже годиков эдак семь-восемь тому назад.

Пароходство же, где он все эти годы успешно трудился, было Министерства речного флота, и какой-то «светлой» голове в очень высоких кабинетах пришла идея, что требуется перевизирование для специалистов, пришедших из других министерств, в том числе и учебных заведений. То ли министерства друг другу не доверяли, то ли им всем не доверяли – о том история умалчивает.

Как бы там ни было, Ромка шёл в пароходство с хорошим настроением. А почему бы и нет? Дома его ждала любимая жена с крохой-дочкой, учеба в институте ладилась – как ни крути, два курса забодал, середина третьего, осенью получил диплом второго штурмана, впереди еще половина недогуленного отпуска, да и Новый год «на носу»...

Как говорится – «всё в елочку». Ну, а перевизирование ... опять какая-то очередная бюрократическая процедура, не более. Лучше подумать, что своим домашним на Новый год подарить...

Примерно с такими мыслями Рома и подошел к старинному зданию в центре города, где уже долгие годы находилось пароходство. Открыв тяжелую дверь, он быстро поднялся по широкой мраморной лестнице в гардероб, скинул зимнюю куртку, подошёл к зеркалу. Внешний вид соответствовал событию – отутюженная форма сидела на нем как литая, на плечах тускло отсвечивали новенькие погоны.

Ромка подмигнул сам себе: ну, что, старик, пойдем, «повизирuemся»?

У актового зала стояла первая партия испытуемых, примерно человек двадцать таких же «золотопогонников».

Около них крутился ужом Инструктор парткома. Увидав Романа, Инструктор подскочил к нему:

– Так, Гудков, пришёл. Молодец! Ну, не тушуйся. У тебя всё нормально, перспективный, характе-

ристики с пароходов хорошие, хоть награждай...

Тут, видимо, он понял, что ляпнул лишнее, и добавил серьёзным голосом:

– Только время сейчас – не до награждений, товарищ!

Наконец, настал час «Х», и испытуемые зашли в актовый зал.

Практически от входа в зале начались ряды «театральных кресел» человек на пятьдесят, на середине зала был установлен стол, покрытый бархатной зеленой скатертью. За столом сидело человек двенадцать членов парткома. С торца стола сидел «САМ». Заходя в зал, народ, как это водится, несколько притормаживал в дверях, создавая некоторую давку – на первые ряды начинающегося действия желающих не было, и Рома, прикинув, какая разница – где сидеть, устроился на первом ряду. Его действия поддержал «САМ». Встав из-за стола, он обвел вошедших тяжелым взглядом и голосом уставшего после трудовой смены сталевара произнёс:

– Проходите, товарищи, проходите. Пора начинать, работы много...

Суровые лица членов парткома подтверждали эту мысль.

Наконец, все расселись. Первым заслушивался пожилой радист. Он вышел на середину зала, ближе к столу. Инструктор зачитал на него «объективку». Родился, крестился, учился, женился, дети, член Руководящей и Направляющей, высшее образование и т.д. Опыта работы – выше крыши, хватит на троих; администрации судов, где он работал, учитывая его квалификацию и опыт, рекомендуют использовать данного специалиста на судах заграничного плавания.

Выслушав это вступление, Ромка даже зевнул – скукота...

Он не подозревал, что шоу только начинается.

Вернее, не шоу а моноспектакль, и главный герой этого спектакля – «САМ».

«САМ», до того момента, как стать «САМом», был мало кому известным клерком в одной из судовых служб. Волею случая после ухода предыдущего «САМа» судьба забросила его на вершину, где был личный кабинет со столом под зеленой скатертью, секретарша, автомобиль. Т.е. к остальным «САМам». Видимо, от перегрузки при столь резком взлете что-то и переключилось, а может, и перемкнуло в его голове...

Итак, вернемся к Роме. Скучал он минуту или две, ибо из-за стола поднялся «САМ».

Поднялся и задал вопрос испытуемому радисту:

– Товарищ! А почему вы хотите работать на судах заграничного флота? У нас все суда ходят в море...

У Романа от услышанного вопроса открылся рот.

Направившись ответ из фильма «Сережа»:

– Дядя Петя, ты дурак?

Все присутствующие знали о разнице в заработке на «загранке» и «внутрянке». Да что там заработок – на «внутренних линиях» даже на кормежку давали практически в два раза меньше денег.

Знал прекрасно это и «САМ». Испытуемый радист не ждал такого подвоха.

Ответ типа «хочу быть в первых рядах строителей...» явно не прокатывал. Что-то промямлив про разницу в зарплате и запутавшись в дебри частных оборотов в повествовании про опыт, семью, бытовую неустроенность, он обреченно умолк, тем самым включив пустословие «САМа».

«САМ» набрал воздух в себя и залился соловьем. Начал он от времен голодомора, добрался до тяжелых послевоенных времен, потом вспомнил поднятие целинных земель, освоение космоса... И без перехода перешел на «волну непосредственного визирования»:

– А в вас, товарищ, чувствуется меркантильный душок... Не думаю, что нам нужны на загранике ТАКИЕ радисты. Да ещё с высшим образованием... Присаживайтесь пока.

Следующим на «прожарку» был вызван механик, лет тридцати. Лицо у парня показалось Роману знакомым, но как звать – убей, вспомнить не мог.

Инструктор зачитал очередную «объективку», и Рома вспомнил – это же Серега, пересекались как-то в одном экипаже... «Объективка» на механика была в целом положительная, но имела «пометку» в виде произошедшего развода пятилетней давности...





«САМ» после прослушивания молчал минуту-другую, затем изрек из себя:

– Товарищ, а почему вы развелись?

Лица членов парткома, до сего момента ничего не выражавшие, ожили: а и действительно, почему?

У механика заходили желваки, но сдержался...

– Как вам сказать, – начал он... «САМ» аж подпрыгнул:

– Вы не в Народном суде! Здесь говорят Правду!!!

У сидящих за столом от этих слов лица окаменели. А «САМ», не поняв, какую глупость сморозил прилюдно, продолжил:

– Как вам работать на судах за гранплавания после развода?!

Механик, подумав, что коль «в Народном суде правду не говорят», плюнул на вежливость и перспективы – в конце концов для него и траулер найдется – окрысился:

– Как работал, так и работать! Почитайте характеристики с судов и из экипажа – ни одной отрицательной!

«САМ» нашелся тут же:

– А это ваша обязанность – хорошо работать! – рявкнул он и продолжил торжественным голосом:

– У нас здесь работает, – и совсем уже возвышенно, чуть ли не с подвыванием, произнес, – Элита!

Услышав про «Элиту», сидящие за столом с любопытством посмотрели на «САМа», переглянулись и дружно закивали головами, механик же нахально подхвятил:

– Так я и не отказываюсь!...

Подобное заявление дерзкого «меха» привело «САМа» в изумление. Растерянно взглянув на членов местного ареопага, которые вновь сидели с видом поиска каких-то крошек на зеленой скатерти, он продолжил:

– Вы видите, члены парткома молчат!

Дальше последовал глубокомысленный вывод:

– Они не знают, что с вами делать...

Затем, видимо, поняв, что зря приплёл про Народный суд, утомленно завершил речь:

– Будем думать, будем думать... Присаживайтесь.

Механик не стал возражать и плюхнулся в кресло рядом с Ромкой.

Так или почти так продолжалось довольно долго. Моряки поочередно подходили к столу, повторялась процедура зачитывания характеристик и задавания дурацких вопросов. Кто-то молчал, кто-то пытался оправдаться (!!!), кого-то вообще и заслушивать не стали из-за неуставных ботинок – если вы в таком виде сюда пришли, можно представить, в чём вы на судне ходите! Но сольные выступления

всегда были за «САМом», а результаты, за малым исключением, оставались неизвестными.

Наконец, прозвучала фамилия Гудков. Рома в этот момент думал о чем-то своем...

– Гудок! Тебя! – сидящий рядом механик пихнул Рому в бок.

Штурман встал и отрешенно вышел на середину зала.

В очередной раз зачиталась характеристика. Теперь уже Романа. Опять последовало глубокомысленное молчание «САМа» и далее вопрос:

– Товарищ! А сколько орденов на эээ... – последовала пауза, – допустим, на здании Ленсовета?

Рому переключило – орденов или наград? С орденами ясно... А с наградами? (Тогда ещё на фронте исполкома была медаль «За оборону Ленинграда».) Молчание было истолковано «САМом» по своему:

– Вы что ж, не знаете?

Привыкший к четким вопросам и ответам Ромка ляпнул:

– Видите ли, я засомневался...

Это была его ошибка. «САМ» не стал копаться в сомнениях штурмана, а взвился соколом:

– Как? Как засомневались? А вас матрос на вахте спросит – куда рулить, влево или вправо? Вы тоже засомневаетесь? И будете сомневаться, пока не упретесь в берег, причал, другое судно, не знаю, куда еще можно упереться! Да, вы, вы ... вы – потенциальный аварийщик! Как вам можно доверить судно, грузы, жизни людей! Нет, на заграничье вам работать нельзя... Присаживайтесь.

Рома вернулся на место.

На этом торжественная часть была завершена. Захлопали откидывающиеся кресла, народ стал расходиться. На выходе, в коридоре опять подскочил Инструктор:

– Товарищи «непровизированные», – он назвал фамилии отверженных, среди них был и Роман, – пойдите ко мне.

Подошли человек шесть.

– Значит так, – продолжил инструктор, – вас всех вызовут в конце января. А пока – отдыхайте и с ... наступающим Новым годом! И обязательно поздравьте ваши семьи!

Последние слова Рома не понял. Как в полусне он вышел на улицу. Сыпал декабрьский снежок. Состояние было «раскардашное», что-то сжало внутри...

– Эй, Гудок! – кто-то окликнул его.

Роман оглянулся, позади стоял «нахальный» механик.

– Так и будешь стоять столбом, пока не заметет?

Пойдем, снимем стресс.

Роман не понял:

– Куда?

Механик смахнул перчаткой снег с воротника Ромкиной куртки и хмыкнул:

– Эк тебя шандарахнуло – куда! Так в «щель», куда же!

Между парходом и прилегающим к нему зданием гостиницы был буфет, известный среди моряков и местных жителей под названием «щель», где всегда можно было хлебнуть хорошего коньяка. Рома на секунду задумался и ... выдохнул:

– А, пошло оно всё. Идем!

Через минуту они были на месте. Взяли триста коньяка и по шоколадной «Аленке». Первые сто влетели без разговоров. Зажевали шоколадом.

– Ну, – спросил механик, – отпустило?

Роман мотнул головой:

– Не-а ...

– Тогда – повторим.

Механик наклонил графинчик и четко отмерил обоим по стопке. Повторили.

– А теперь как? – механик был настырен.

– Вроде... нормально, – ответил Ромка.

– Ну, и отлично, – подхватил vis-avis. – И не будем раскисать. Как закрыли – так и откроем – помяни мое слово.

– Послушай, – Ромку осенило, – а ты как проскочил? Случаем не из «этих», «дятлов»?

– Вот балбес, – посерьёзней механик, – штурман называется, думаю, что из «этих» там и не было никого. Зачем? Так бы все, по-тихому, сделали... А проскочил – так этот клоун вопросы стал задавать «не те». Сам же слышал – по работе все ОК, а за развод...

Тут мех на секунду задумался, затем продолжил:

– Видел, как «члены» встрепенулись? Еще не ясно, как бы все пошло. По его словам, в Народном суде можно врать... Вот он и «сдулся», смикитил, что сморозил лишнее ... Ладно, проехали, всё будет хорошо. Ну, или почти всё.

– Давай по последней и к дому. Прогуляемся до метро, продышимся. Погода вон какая хорошая, да и Новый год скоро...

Спустя месяц после описанных выше событий в конце января наступившего нового года, в том же самом актовом зале парходства собралось примерно человек тридцать не прошедших «чистилище перевизирования». К собравшимся вышел... нет, не «САМ», а самый что ни на есть «САМ из САМЫХ САМОВ» парходства. Речь его была короткой. Поздоровавшись со всеми, он заявил:

– Можете возвращаться в свои экипажи, товарищи, работайте.

Роман, вспомнив и оценив прошедшие тридцать дней, глухо матюгнулся.

А.А. Кузнецов



## КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОЖАР В НОВОГОДНИЕ ПРАЗДНИКИ

**В преддверии Нового года каждый из нас стремится создать в своем доме атмосферу тепла, уюта и праздничного веселья. Однако не стоит забывать о мерах пожарной безопасности, чтобы волшебство не превратилось в трагедию. Чтобы ваше торжество прошло безопасно и радостно СПб ГКУ «ПСО Курортного района» напоминает основные правила пожарной безопасности в новогодние праздники:**

- Проверка электрогирлянд. Перед тем как украсить дом, необходимо проверить исправность новогодних электрогирлянд. Не используйте поврежденные провода и лампочки, а также избегайте их перегрузки, подключая слишком много устройств к одному источнику питания.
- Безопасное размещение елки. Располагайте новогоднюю елку вдали

от отопительных приборов и не оставляйте включенные гирлянды без присмотра.

- Использование свечей. Если вы предпочитаете живой огонь, следите за тем, чтобы свечи стояли на негорючей основе и находились в недоступном для детей и животных месте.
- Осторожность с пиротехническими изделиями. При их использовании строго следуйте требованиям инструкции и не допускайте использования пиротехнических изделий детьми без присмотра взрослых.

- Проверка электроприборов. Не оставляйте включенными на ночь электроприборы, особенно те, которые могут перегреваться.

- Наличие исправного пожарного инвентаря. Убедитесь, что у вас дома есть рабочий огнетушитель и детекторы дыма.

СПб ГКУ

«Пожарно-спасательный отряд по Курортному району»



## ОХРАНА ВОДНЫХ БИОЛОГИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ ПРИ СБРОСЕ СТОЧНЫХ ВОД

**В соответствии с Водным кодексом Российской Федерации водные объекты (реки, каналы, пруды и другие) являются важнейшей составной частью окружающей среды, а также средой обитания объектов животного и растительного мира, водных биологических ресурсов.**

Понятие «водные биологические ресурсы» включает в себя рыбу, водных беспозвоночных, водных млекопитающих, водоросли, других водных животных и растения, находящихся в состоянии естественной свободы.

Значительное число рек и водоемов является средой обитания водных биоресурсов (водные объекты рыбохозяйственного значения).

Нормативы предельно допустимых концентраций вредных веществ, разрешенных к сбросу в составе сточных вод, определены приказом Минсельхоза России от 26.05.2025 № 296.

Сброс загрязненных сточных вод в водные объекты рыбохозяйственного значения влечет административную ответственность по ст.ст. 8.14, 8.33 КоАП РФ.

Кроме того, при отведении загрязненных сточных вод в такие водные объекты организации обязаны самостоятельно производить оценку воздействия своей деятельности и

рассчитывать ущерб, наносимый водным биоресурсам, которые подлежат согласованию с уполномоченным органом государственной власти – Северо-Западным Территориальным Управлением Федерального агентства по рыболовству.

Обращения о фактах массовой гибели рыбы, а также об иных нарушениях в сфере охраны биоресурсов необходимо направлять в Северо-Западное Территориальное Управление Федерального агентства по рыболовству по адресу: г. Санкт-Петербург, ул. Александра Блока, д. 3, лит. Б, или посредством электрон-

ного обращения в разделе «Электронная приемная» на сайте Управления (<https://sztufar.ru/feedback>). О чрезвычайных ситуациях сообщать по телефону дежурной службы рыбоохраны (тел. 8-921-931-32-16).

Природоохранная прокуратура г. Санкт-Петербурга также напоминает, что о фактах совершения экологических преступлений необходимо обращаться в органы внутренних дел по единому номеру экстренных оперативных служб «112».

**Помощник природоохранного прокурора г. Санкт-Петербурга  
Е.Е.Мажаров**



ПРИРОДООХРАННАЯ  
ПРОКУРАТУРА



## ОТКРЫЛАСЬ НОВАЯ АМБУЛАТОРИЯ

Уважаемые жители! Сообщаем вам об открытии амбулатории по адресу: Новое ш., д. 6, к. 1. Часы приема: с понедельника по пятницу с 08:00 до 12:00 утра. Запись на прием через регистратуру или через портал Госуслуги.



## ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД!

**Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Осенний лед в период с ноября по декабрь, до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.**

Правила поведения на льду: Не выходите на тонкий не окрепший лед. Не собирайтесь группами на отдельных участках льда. Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям на льду. Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лед.

Не переходите водоем по льду в запрещенных местах. Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости. Не выезжайте на лед на автотранспорте вне переправ.

Запомните, безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой. В устьях рек и протоках

прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.

Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%. Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком – ненадежен.

Если вы провалились в холодную воду: Не паникуйте, не делайте резких движений, сохраните дыхание. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение. Зовите на помощь: «Тону!» Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность. Не останавливаясь, идите к ближайшему жилью. Отдохнуть можно только в тёплом помещении.

Если нужна ваша помощь – просите кого-нибудь вызвать «ско-

рую помощь» и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112». Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду. Ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье. Остановитесь в нескольких метрах от находящегося в воде человека и бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест. Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу. Вызовите скорую медицинскую помощь.

**112 –  
ЕДИНАЯ СЛУЖБА  
СПАСЕНИЯ**

**СПб ГКУ  
«ПСО Курортного района»**





# О МЕРАХ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПЕРИОД НОВОГОДНИХ ПРАЗДНИКОВ

**Скоро приближаются Новый год и Рождество – долгожданные праздники, особенно по прошествии тяжелого для всех года. Игры и зимние развлечения надолго остаются в памяти детей и взрослых. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках в городе и на природе вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации. Чтобы избежать их воспользуйтесь следующими правилами:**

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ НОВОГОДНИХ ЁЛОК И В ДРУГИХ МЕСТАХ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ.

– Если вы поехали на новогоднее представление с детьми, ни в коем случае не отпускайте их далеко от себя, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.

– В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.

– Ведите себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.

– Не допускайте действия, способные создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.

– При получении информации об эвакуации действуйте согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая панику.

## ВО ВРЕМЯ ЗАГОРОДНЫХ ПЕШИХ ИЛИ ЛЫЖНЫХ ПРОГУЛОК МОГУТ ПОДСТЕРЕГАТЬ ТАКИЕ ОПАСНОСТИ КАК ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ И ОБМОРОЖЕНИЯ.

Морозы при сильном ветре, длительное воздействие низких тем-

ператур вызывают обморожение. и часто сильное. Обморожение возможно при небольшой температуре, но при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щеки.

**Первая помощь при переохлаждении и обморожении:**

– Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью ванны, температура воды в которой должна быть от 30 до 40 градусов (в случае обморожения конечностей, сначала опускают их в воду с температурой 20 градусов и за 20-30 минут доводят температуру воды до 40 градусов).

– После согревания, следует высушить тело, одеть человека в сухую теплую одежду и положить его в постель, укрыв теплым одеялом.

– Дать теплое сладкое питье или пищу с большим содержанием сахара.

**При обморожении нельзя:**

– Растирать обмороженные участки тела снегом;

– Помещать обмороженные конечности сразу в теплую воду или обкладывать теплыми грелками;

– Смазывать кожу маслами;

– Давать большие дозы алкоголя;

## ВО ВРЕМЯ ЛЫЖНЫХ ПРОГУЛОК СЛЕДУЕТ СОБЛЮДАТЬ НЕСЛОЖНУЮ ТЕХНИКУ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ИЗБЕЖАНИЕ ТРАВМ:

– При перевозке лыжи должны быть крепко связаны или скреплены между собой специальными креплениями, Верхние острые концы лыж должны быть прикрыты чехлом.

– Переносить лыжи следует в вертикальном положении, острыми концами вверх.

– Помните, что лыжные палки служат для отталкивания от поверхности снега и поддержания равновесия, а не для фехтования. Не следует махать ими и поднимать острыми концами вверх.

– Как разминуться со встречными лыжниками. Основное правило – лыжня «делится пополам», при этом перестраиваться необходимо вправо.

**При соблюдении всех этих несложных правил, Новогодние праздники пройдут весело и не принесут никаких разочарований.**

