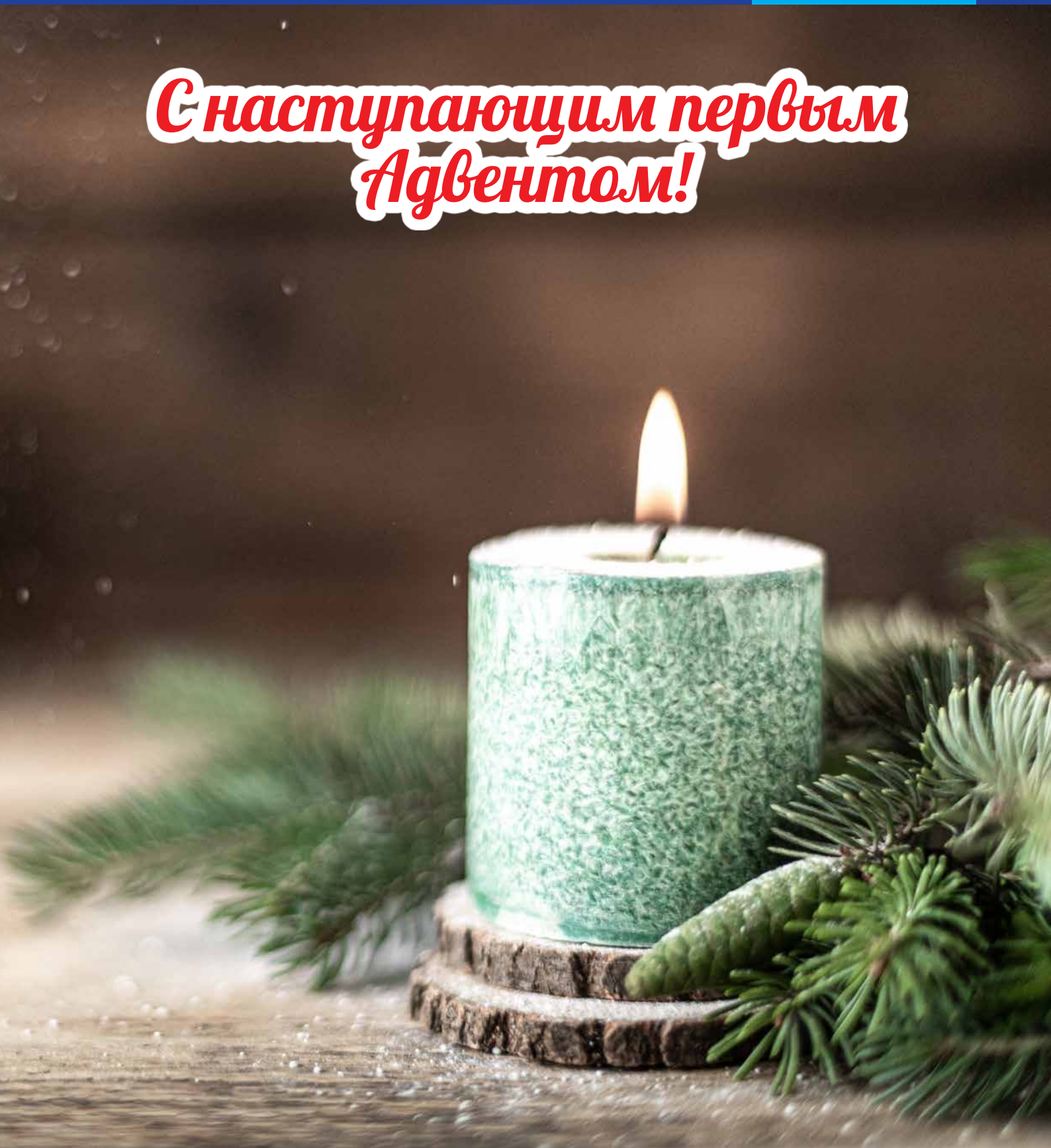
МААРДУСКАЯ ПАНОРАМА

MAARDU

Следующий номер выйдет 21 декабря

Вестник Маардуской городской управы

НОЯБРЬ 2022



Первый Адвент в Маарду

27.11.2022

13:00 - ЗАЖЖЕНИЕ СВЕЧИ ПЕРВОГО АДВЕНТА В КЕЛЛАМЯЭ ПАРКЕ

14:00 - "ORTHODOX SINGERS" ПРАЗДНИЧНЫЙ КОНЦЕРТ В ЦЕНТРЕ ДОСУГА

15:30 - ПОХОД С ФОНАРЯМИ В МУУГА

Maardu

MAARDU KULTUURI- JA INFOKESKUS

EMADE LINN

Издатель городской газеты «Маардуская панорама»: Маардуская горуправа
Главный редактор: Елена Вилльманн
Фотоматериалы: Елена Кацуба, Елизавета Мартьянова
Фотография обложки: https://www.freepik.com/

Адрес редакции: Кеэмикуте, 12b, 74116 Маарду
Эл. почта: toimetaja@maardu.ee
Тел: 519 74 358
Электронная версия газеты: www.maardu.ee
Тираж: 8300 экз.

НУЖНО СТАРАТЬСЯ БОЛЬШЕ ЗАБОТИТЬСЯ О ДРУГИХ

Дорогие жители Маарду!

В последние дни ноября все очевиднее ощущается приближение долгожданного праздника Рождества: на окнах детских садов и школ появляются вырезанные из бумаги снежинки и сказочные гномы, витрины магазинов напоминают о рождественских подарках, которые мы спешим приобрести для своих близких, а разноцветное сияние гирлянд и световых инсталляций преображает город, делая его по-настоящему праздничным.

Каждый год четырехнедельный период ожидания Рождества, именуемый Адвентом, наполняет сердце особенной теплотой, радостью и счастьем – наверное, поэтому Рождество считается самым любимым и самым долгожданным праздником года. Однако надо знать и помнить истинный посыл праздника – это проявление милосердия через благие дела и помыслы, когда каждому из нас нужно стараться больше думать и заботиться о других.

Милосердие, как одна из добродетелей, означает любовь и проявление сострадания к ближнему, а ближним является любой человек, независимо от того, знаком он вам или нет, то есть тот, кто оказался на вашем жизненном пути и нуждается в участии и добром внимании. Помощь, которую от вас ожидают и которую вы способны оказать, в зависимости от ситуации, может быть самой разной: протяните руку помощи пожилым людям, чтобы помочь им перейти через дорогу или донести до дома тяжелую сумку; окажите небольшое пожертвование – даже самая незначительная сумма поможет спасти чье-то здоровье или жизнь; добрый, практичный совет, подсказанный вами в трудную минуту, станет спасительным, разрешив чью-то сложную жизненную ситуацию; поверьте, что кого-то может ободрить ваше доброе слово, которое подарит надежду, а кому-то поднимет настроение ваша искренняя улыбка. Не забудем и о милосердии к родному краю, к его природе и братьям нашим меньшим – бережное отношение к городу, в котором мы живем, помогает сберечь красоту нашего Маарду, его уникальную природу и историю; заботу о животных можно проявить через помощь приютам, где всегда рады добровольцам. Другими словами, вариантов проявления милосердия огромное множество, нужно лишь посмотреть вокруг и вспомнить о том, что доброта заложена в каждом из нас. Многие из предложенных вариантов могут показаться ничего не значащей мелочью, но именно из этих мелочей и складывается наша жизнь.

Конечно, все мы разные, и не каждый готов с легкостью проявлять бескорыстное благородство по отношению к посторонним людям. Тем не менее, добрые дела в городе Маарду не редкость. И не только в декабре, который мы по традиции объявляем месяцем добрых дел. Благодаря тому, что в нашем городе живут участливые, неравнодушные люди, готовые прийти на помощь, которые с большим энтузиазмом участвуют в благотворительных акциях, создают волонтерские движения, являются донорами и жертвуют свое время и средства во имя помощи ближнему или попавшим в беду животным, – в нашем обществе возрастает гражданская ответственность, на правильных примерах вырастает новое поколение и мир вокруг нас становится добрее.

Дарите добро без колебаний и позвольте самым лучшим качествам, добрым делам и поступкам обосноваться в вашей жизни навсегда. Один хороший поступок влечет за собой другой, и однажды это становится нормой. Спустя время вы начинаете замечать, что каждое хорошее дело или сказанное от доброго сердца слово возвращается к вам, поскольку все, что вы посылаете в жизнь других людей, возвращается в вашу собственную. Кроме того, даже самое маленькое, казалось бы, незначительное доброе дело может доставить большую радость или даже сделать счастливым как минимум двух людей: того, кто его сделал и того, кто его получил. Последний, в свою очередь, рано или поздно проявит свое бескорыстие, сделав что-то хорошее другим людям. Так и возникает цепочка добра, цепочка неиссякаемых добрых дел.

От всего сердца я благодарю всех, кто делится частицей своего сердца, проявляя искреннее участие к ближним. Спасибо вам за ваши добрые дела и инициативы!

Дорогие жители города Маарду!

Пусть ожидание праздника Рождества будет наполнено делами милосердия, которые принесут с собой светлую радость и вернутся к вам заслуженными подарками судьбы.

Приглашаю всех на зажжение первой свечи Адвента, которое по традиции состоится возле нарядно украшенной ели в парке Келламяэ в первое воскресенье Адвента, 27 ноября, в 13:00. После провозглашения рождественского мира пожелаем друг другу добра и чудесного времени ожидания Рождества.

С наступающим первым Адвентом!

С уважением

Владимир Архипов
Мэр города Маарду

С РАБОЧЕГО СТОЛА ДЕПУТАТОВ – В РЕАЛЬНОСТЬ

АЙЛАР ЛИРА
Председатель Маардуского городского собрания

Октябрьское заседание горсобрания Маарду состоялось 25 числа.

Поддержка многоквартирных домов

Горсобрание дополнило действующий порядок, согласно которому в дальнейшем можно будет ходатайствовать о финансировании художественной настенной росписи многоквартирного дома и о финансировании строительства велосипедного домика.

Для создания настенной росписи квартирное товарищество может ходатайствовать о пособии в размере до 5000 евро. По предложению горуправы, расходы, связанные с создаваемой в общественных интересах росписью, несет город Маарду.

Строительство велосипедных домиков поддерживается с целью улучшения возможностей хранения велосипедов и скутеров в многоквартирных домах, особенно там, где нет подвалов и других подсобных помещений.

Действующее постановление дополнено также положением, согласно которому квартирные товарищества могут подавать в городскую управу ходатайство и после указанного в постановлении срока (30 апреля) в случае, если оно связано с улучшением условий передвижения людей с физическими недостатками.

По-прежнему поддерживаются ремонт проезжей части и тротуара, решение проблем ливневых стоков, благоустройство зеленых насаждений и зон отдыха, организация высокого озеленения, строительство игровых и спортивных площадок, улучшение парковки, организация управления отходами, улучшение уличного освещения, размещение дворового инвентаря, приобретение и установка камер видеонаблюдения.

Использование социального жилья в городе Маарду

В соответствии с Законом о социальном обеспечении, предоставление жилого помещения – это социальная услуга, организуемая единицей местного самоуправления, цель которой заключается в предоставлении возможности пользоваться жилым помещением лицу, которое вследствие социально-материальной ситуации неспособно обеспечить наличие жилого помещения, соответствующего потребностям самого лица и его семьи.

Горсобрание отменило постановление от 2018 года и приняло новое. Новый порядок позволяет рациональнее задействовать принадлежащие городу социальные жилые помещения и объективнее оценивать нужды пользователей такой социальной услуги. По сравнению с прежним постановлением изменено его название, унифицированы используемые понятия, упразднено понятие найма и введено понятие пользования и размещения, добавлены основания для отказа в предоставлении социального жилья, скорректированы условия продления договора и уточнены условия расторжения договора.

С обоими постановлениями подробнее можно ознакомиться на сайте города Маарду https://maardu.ee/eeskirjad-ja-korrad.

МААРДУСКИЕ МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ, МНОГОДЕТНЫЕ СЕМЬИ И СЕМЬИ С РЕБЕНКОМ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ ПОЛУЧАТ ОТ ГОРОДА ПОСОБИЕ К РОЖДЕСТВУ

В связи с приближающимися рождественскими праздниками Маардуская горуправа выплатит пособие зарегистрированным до 1.01.2022 в Маарду малообеспеченным и многодетным семьям (в которых 3 и более детей), а также семьям, где воспитывается ребенок с особыми потребностями.

Размер пособия составляет **от 75 до 125 евро** на семью.

Для получения пособия необходимо заполнить и дигитально подписать заявление и отправить его на эл. адрес natalja.fjodorova@maardu.ee

Заявление также можно представить на бумаге в горуправе.

Заявление можно подать **с 1 декабря по 23 декабря 2022.**

Желаем всем спокойного и радостного ожидания Рождества!

НЕ ОБЛАГАЕМЫЙ НАЛОГОМ ДОХОД В ВОЗРАСТЕ ПОЛУЧЕНИЯ ПЕНСИИ ПО СТАРОСТИ

MAKSU- JA TOLLIAMET SOTSIAALKINDLUSTUSAMET

С 1 января 2023 года не облагаемый налогом доход лиц, достигших возраста получения пенсии по старости, будет равен средней пенсии, то есть 704 евро. Это значит, что Департамент социального страхования перестанет удерживать подоходный налог с пенсии менее 704 евро, и человек будет получать больше. Если размер пенсии превышает указанную сумму, Департамент социального страхования будет удерживать подоходный налог с той части пенсии, которая больше 704 евро.

При этом с нового года для лица, достигшего возраста получения пенсии по старости, сумма не облагаемого налогом дохода будет зафиксирована в размере 704 евро в календарный месяц

1 месяц = 704 € (2023 г.)

и 8448 евро в год и не будет меняться, даже если пенсионер продолжит работать и будет получать, помимо пенсии, зарплату.

1 год = 8448 € (2023 г.)

Это – важное изменение, поскольку раньше в отношении лиц, достигших возраста получения пенсии по старости, действовала общая ставка не облагаемого налогом годового дохода, что на основании налоговой декларации могло приводить к обязанности по подоходному налогу.

Право на не облагаемый налогом доход в возрасте получения пенсии по старости имеет и лицо, достигшее такого возраста в течение 2023 года.

Размер не облагаемого налогом дохода лица, достигшего возраста получения пенсии по старости, составит в 2023 году 8448 евро, независимо от размера его годового дохода.

ТРИ СЦЕНАРИЯ

1 Вы достигли возраста получения пенсии по старости и получаете пенсию от Департамента социального страхования

Департамент социального страхования автоматически рассчитает в отношении Вашей пенсии размер не облагаемого налогом дохода в размере средней пенсии по старости, которая в 2023 году составит 704 евро в месяц. Заявления в Департамент социального страхования Вам для этого подавать не нужно.

Например, если Ваша пенсия в январе 2023 года будет 800 евро, то Департамент социального страхования удержит подоходный налог с 96 евро (800 минус 704) в размере 19,12 евро и Вы получите 780,80 евро. Если в 2023 году Ваша пенсия будет менее 704 евро, то Пенсионный центр может учесть неиспользованный остаток не облагаемого налогом дохода в Ваших выплатах по II пенсионной ступени, которые облагаются подоходным налогом по ставке 10%. Для этого тоже не нужно подавать никаких заявлений.

2 Вы достигли возраста получения пенсии по старости и работаете

Если в 2023 году Ваша пенсия и выплаты по II пенсионной ступени, которые облагаются подоходным налогом по ставке 10%, составят в общей сложности менее 704 евро, Вы сможете включить неиспользованный остаток не облагаемого налогом дохода в свою заработную плату. Для этого Вы должны подать работодателю заявление и указать остаток не облагаемого налогом дохода, который работодатель может включить в Вашу заработную плату.

Например, если Ваша пенсия составляет 600 евро, а заработная плата 800 евро, то Департамент социального страхования будет учитывать размер не облагаемого налогом дохода на пенсию в размере 600 евро. Остаток по не облагаемому налогом доходу в размере 104 евро (704 минус 600) Вы сможете учесть в своей заработной плате. Для этого Вы должны подать работодателю заявление. Работодатель тогда будет удерживать подоходный налог с 696 евро (800 минус 104) – это 139,20 евро, и Вы станете получать на руки 660,80 евро.

Использование не облагаемого налогом дохода можно проверить в e-MTA, в разделе «Регистры и запросы» «Мои доходы».

3 Вы работаете и достигаете возраста получения пенсии по старости

С января 2023 года работодатель будет применять к Вашей заработной плате размер не облагаемого налогом минимума в размере 704 евро. Для этого Вы должны подать работодателю заявление и указать не облагаемую налогом сумму, которую он будет для Вас учитывать.

Если Вы достигнете возраста получения пенсии по старости в течение года и начнете получать пенсию по старости, Департамент социального страхования автоматически рассчитает для Вашей пенсии не облагаемый налогом доход. Вы должны будете изменить свое поданное работодателю заявление о не облагаемом налогом доходе, чтобы размер Вашего не облагаемого налогом дохода не оказался больше, чем было обещано.

Более подробную информацию можно найти на сайте Налогово-таможенного департамента в секции «Частный клиент», в разделе «Необлагаемый доход в пенсионном возрасте по старости».

В МААРДУ ТЫ – ПРИОРИТЕТ. ЗАРЕГИСТРИРУЙСЯ ЖИТЕЛЕМ МААРДУ!

Маарду – это современный город, в котором созданы все условия для комфортной, приятной и безопасной жизни. Это история успеха международного транзита и промышленности. Здесь каждому доступны разнообразные качественные общественные услуги. Город Маарду – мультикультурный город с сильными местными общинами. Именно так говорит о будущем Маарду стратегия развития города до 2030 года.

Твое благополучие – это наше благополучие, Твое развитие – это наше развитие. Поэтому мы ценим каждого жителя и ставим заботу о людях своим приоритетом. Каждый день мы прикладываем усилия для того, чтобы каждому человеку было хорошо жить в Маарду, чтобы каждый смог найти в нашем городе возможности для благополучия, развития и самореализации.

Развитие города Маарду нуждается в Твоем вкладе!

Мы приглашаем зарегистрировать Маарду своим местом жительства всех жителей города, которые еще не успели сделать это или по какой-то причине отложили принятие такого решения.

За счет подоходного налога горожан, который является главным источником дохода города, дети получают образование, поддерживаются люди в трудных ситуациях, создаются рабочие места для специалистов и молодежи, обустраиваются пешеходные и велосипедные дорожки, строятся детские площадки, реновируется уличное освещение, ремонтируются дороги, благоустраиваются парки и места отдыха, выделяются деньги на льготы по транспорту.

Чем больше доходов получает городская казна, тем больше у города возможностей создать качественную и комфортную среду для жизни горожан. Поэтому вклад каждого официально зарегистрированного жителя города очень важен.

В интересах самого человека, чтобы информация относительно его места жительства в регистре была корректной. Являясь жителем Маарду, ты можешь решать, кому доверить управление своим городом, голосуя на выборах в местные органы власти. Быть жителем Маарду еще и экономически выгодно, потому что многие финансируемые из городского бюджета пособия доступны только маардусцам. **Например:**

Пособие на лекарственные препараты для неработающих, проживающих отдельно пенсионеров по старости и людей с особыми потребностями	До **90 EUR** в год
Пособие для людей с особыми потребностями на приобретение и аренду индивидуальных вспомогательных средств и средств по уходу	До **140 EUR** в год
Единовременное пособие на случай тяжелого финансового положения	До **190 EUR** в год
Пособие по рождению	· при рождении первого ребенка **400 EUR**; · при рождении второго ребенка **500 EUR**; · при рождении третьего и четвертого ребенка **1160 EUR** (при условии, что все дети несовершеннолетние и живут с родителями); · при рождении пятого и более ребенка **1540 EUR** (при условии, что все дети несовершеннолетние и живут с родителями).
Пособие для первоклассника Пособие к началу учебного года для учеников вторых и третьих классов Пособие на питание в группе продленного дня для малообеспеченных семей	**150 EUR** **50 EUR** Частичная или полная компенсация стоимости питания в группе продленного дня школы
Пособие для детей из детских домов, начинающих самостоятельную жизнь	**400 EUR**
Пособие ко дню рождения каждый год, начиная с 65-летнего возраста	**50 EUR**
Пособие для участников работ по ликвидации последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС	**300 EUR** в год
Пособие по земельному налогу для пенсионеров	До **32 EUR** в год
Пособие для людей с недостатками здоровья тяжелой или глубокой степени тяжести для покрытия дополнительных расходов	· для людей с недостатками здоровья глубокой степени **29 EUR** в месяц; · для людей с недостатками здоровья тяжелой степени **18 EUR** в месяц;
Пособия ко Дню матери, к началу учебного года и Рождеству	· многодетным семьям (3 и более детей); · малообеспеченным семьям с ребенком; · семьям, которые воспитывают ребенка с особыми потребностями; · Размер пособия от **50** до **150 EUR**

Также, например, город обеспечивает местами в детском саду только детей жителей города. Пособие на путевку в летний лагерь, пособие на питание в детском саду и в школе или пособие на частичное покрытие расходов, связанных с окончанием ребенком основной школы и гимназии, получают только лишь семьи, находящиеся в тяжелом финансовом положении, а также многодетные семьи, зарегистрированные в городе Маарду.

Если ты живешь в Маарду, но по какой-то причине еще не оформил город Маарду своим официальным местом жительства, то сделай это сейчас.

Зарегистрироваться можно:

- электронно на государственном портале https://www.rahvastikuregister.ee/;
- по электронной почте, подписав заявление дигитально;
- придя в местное самоуправление – регистр Маардуской горуправы принимает жителей по вторникам с 14:00 до 16:30, по четвергам с 9:00 до 12:00 и с 14:00 до 17:00 и по пятницам с 9:00 до 12:00;
- по почте, приложив копию страницы удостоверяющего личность документа, на которой содержатся твои личные данные.

Регистрируйся в Маарду. Помоги развитию своего города!

В ГОРОДЕ МААРДУ СОСТОЯЛОСЬ ЗАСЕДАНИЕ СОВЕТА СОЮЗА САМОУПРАВЛЕНИЙ ХАРЬЮМАА

16 ноября в Маардуском центре досуга состоялось заседание совета Союза самоуправлений Харьюмаа, на котором обсуждались важные и актуальные для городских и местных самоуправлений вопросы.

Союз самоуправлений Харьюмаа обсудил следующие темы: услуги по уходу за детьми, новые меры для самоуправлений от Центра инвестиций в окружающую среду, формирование фонда поддержки самоуправлений 2023, стратегию развития Харьюмаа 2040+, подготовку к кризисам и многое другое.

Встреча дала возможность поднять важные вопросы и найти подходящие решения в рамках заданных тем.

УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ!

Каждый год Маардуская горуправа выплачивает прописанным в городе Маарду пожилым людям начиная с 65 лет пособие ко дню рождения в сумме 50 евро.

Мы просим всех, кому исполняется в этом году 65 лет, сообщить отделу социальной помощи Маардуской горуправы номер своего банковского расчетного счета.

Сделать это можно, отправив письмо на эл. адрес natalja.fjodorova@maardu.ee, или позвонив по телефону 6060743.

Если Вам 65 лет и больше, вы получали ранее пособие и ваш номер счета поменялся – просим также сообщить новый номер счета в отдел социальной помощи.

С уважением

Маардуская горуправа

НОВОСТИ КАЛЛАВЕРЕСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ

Молодые орлята в Каллавереской средней школе

ЯАН КАУПМЕЭС
Завуч Каллавереской средней школы
МАРИН НААР
Руководитель деятельности по интересам Каллавереской средней школы

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ШКОЛА И ЕЕ ПОПУЛЯРНОСТЬ

В прошлом учебном году мы серьезно реорганизовали у себя подготовительное обучение и коренным образом изменили программу подготовительной школы. Мы считаем, что более современное решение более удобно для родителей с точки зрения логистики и помогает детям лучше адаптироваться к школе. В связи с ростом популярности и в силу необходимости занятия теперь проходят раз в месяц. Занятия в подготовительном классе начинаются в 8:15 утра и длятся четыре часа. Дети могут в школе поесть, а затем вернуться в детский сад, или их могут забрать родители. В этом году мы приняли рекордное количество дошкольников – в списке их 50. Больше всего из детского сада «Сипсик», но, что нас очень радует, родители из других детских садов города тоже нашли к нам дорогу, а значит, наше более современное решение получилось удачным и помогает детям лучше подготовиться к школе. Помимо детских садов города Маарду, есть и дети из-за пределов нашего региона, что тоже прекрасно.

ИНТЕРНЕТ-ГИМНАЗИЯ

С сентября на гимназической ступени в нашей школе можно учиться как непосредственно в здании школы, так и дистанционно – там, где удобнее. Прошло почти три месяца, и первые результаты уже видны. Почти половина учеников ежедневно приходят в школу, а другие выбрали интернет-обучение. Приятно отметить, что, несмотря на первоначальные опасения, учителя сделали для своих учеников учебную работу более гибкой и все обучение ведется через Teams. Это значит, что в соответствии с расписанием занятий у учащегося есть время для консультаций и встреч с учителями, при этом важную роль играют самостоятельные занятия и своевременная сдача работ. Ученики и учителя уже привыкли к новой системе, и мы считаем, что интернет-гимназия оказалась очень успешной, и такую форму обучения непременно надо продолжать.

МЕДОСМОТРЫ

Уже третий год мы организуем медосмотры учащихся и педагогов, чтобы узнать их текущее состояние здоровья и дать рекомендации, которым необходимо следовать и по которым нужно отчитаться. Результаты показывают, что очень высокий процент школьников находится в физически нездоровой зоне. Поэтому мы в школе постоянно думаем о том, как создать ученикам возможности для активной деятельности в течение учебного дня и после уроков. Для этого мы предлагаем им разные занятия с танцевальными движениями, для начальных классов работает кружок «Спорт – это круто», более старшие играют в волейбол. Кроме того, чтобы двигаться, каждый день на переменах дети могут пользоваться тренажерным залом. Эти возможности очень популярны, и ученики с удоволь-

ствием ими пользуются. Приятно отметить, что обновленная учебная программа по физическому воспитанию пошла по предполагаемому нами пути и делает упор не на сдачу определенных нормативов, а на более активное движение. Важно, чтобы ребенок приобрел привычку двигаться и быть физически активным и, следовательно, вести более здоровый образ жизни.

ГАЛА-МЕРОПРИЯТИЕ ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ

7 октября в спортивном корпусе Каллавереской средней школы при поддержке Маардуского центра досуга и горуправы Маарду прошло грандиозное гала-мероприятие, на которое были приглашены работники всех учебных заведений города Маарду. Состоялось награждение лучших педагогов, опорных специалистов, вспомогательного персонала и других работников образования в разных номинациях, внесших большой вклад в образовательную деятельность. Это уже пятое, то есть своего рода юбилейное подобное мероприятие, поэтому оно было таким масштабным. Около 250 человек, помимо грамот, порадовались и выступлению Уку Сувисте, на подтанцовке у которого выступил наш педагог по двигательной активности Эгерт-Сёрен Нымм.

ПРОСТРАНСТВО НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ УЧЕБЫ

С прошлого года мы тесно сотрудничаем с нашими выпускниками, организовавшимися в НКО Kallavere Vilistlased, под руководством которых раз в месяц собирается «Книжный клуб», где выступают интересные писатели и те, кто высоко ценят книги и литературу. Также раз в месяц проводится Каллавереская ярмарка, на которую приглашаются все желающие что-то продать или купить.

В быстро меняющемся цифровом мире мы нашли способ легко сдавать в аренду наши помещения, размещая объявления у себя на сайте. Этой возможностью уже воспользовались Молодые орлята (Noored Kotkad), которые 26 октября в здании нашей школы провели торжественный сбор и приняли в свои ряды новых Молодых орлят из Каллавере. Присягу принесли четыре мальчика и две девочки. Кроме того, были отмечены действующие члены и вручены знаки специализации.

29 октября состоялся 51-й международный турнир по греко-римской борьбе в честь А. Аберга, в котором приняли участие около 160 борцов из стран Балтии. Соревнования проходили в трех возрастных группах. Турнир был приурочен к 141-й годовщине А. Аберга.

В рамках Дня украинской культуры у нас в гостях побывала Маардуская украинская воскресная школа, подготовившая для наших 3- и 4-классников очень интересные мастер-классы, знакомящие с украинской культурой, на которых ребята узнали подробнее об Украине и об особенностях ее культуры. На этих мастер-классах дети красили яйца, делали национальных кукол и пробовали национальные блюда.

Во вторые выходные ноября в наших помещениях прошли очередные соревнования по спортивной гимнастике «Балтийская осень», на которых состязались участницы из Эстонии, Латвии, Литвы, Финляндии, Швеции и Украины.

21 ноября Маарду посетила министр культуры Пирет Хартман, которая встретилась с представителями различных учебных заведений города. В 15:00 в актовом зале Каллавереской средней школы прошел форум, в центре внимания которого были вопросы перехода обучения на эстонский язык, вопросы о взаимной важной роли культуры и образования, а также о связи культуры и безопасности.

Под руководством учителя истории и руководителя кружковой деятельности запущена новая увлекательная серия интеллектуальных игр «Ты – гений Каллавере», направленная на учащихся 6–9-х классов. **В рамках Дня гражданина 25 ноября состоится викторина**, на которую приглашаются также представители горуправы и учителей, чтобы попробовать посоревноваться с учащимися. Кроме того, в этот же день школьники смогут побеседовать с мэром Маарду Владимиром Архиповым.

ПРИХОДИТЕ НА МЕРОПРИЯТИЕ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ «ЗИМНЯЯ ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА»

Мы рады сообщить вам, что после долгого периода ковида, когда крупные мероприятия не приветствовались, Каллавереская средняя школа вместе с детскими садами «Сипсик», «Руккилилль», «Рыым» и детским садом «Муугa», а также Маардуской гимназией, Маардуской основной школой и Маардуской школой искусств приглашает принять участие в общегородском мероприятии «Зимняя волшебная страна». **Праздник пройдет 17 декабря, с 12:00 до 16:00, в Каллавереской в средней школе.** На нем можно будет насладиться выступлениями талантливых детей нашего города. Кроме того, все приглашаются на мастер-классы и на ярмарку, где можно будет отведать самые разные блюда из самых разных кафе. Конечно, будет и Дед Мороз, с которым разрешается делать веселые снимки в фотобудке. Вход свободный. Чтобы забронировать на ярмарке торговое место, отправьте запрос по адресу huvijuht@kallavere.ee.

“UNA GIORNATA DA PROF”

В течение Международной недели итальянского языка, прошедшей во второй половине октября, в Маардуской гимназии в рамках проекта «Читательское гнездо» состоялось мероприятие по чтению под названием «Один день как учитель» (“Una giornata da prof”). Мероприятие было организовано усилиями гимназистов, посещающих курс итальянского языка. Ученики 10-12-х классов успешно презентовали свои исследования перед учителями, одноклассниками и представителями итальянского посольства, посетившими нашу школу.

Подаренные нашей школе книги помогут тренировать навыки чтения на итальянском языке

МАУРА ПАГЛИНО
Учитель итальянского языка Маардуской гимназии

Вот уже второй раз наша школьная семья имеет удовольствие продемонстрировать нашу сильную мотивацию сохранять отношения с официальным органом итальянского правительства. Мы глубоко гордимся нашими учениками, так как их вовлеченность и усилия делают нашу школу гостеприимной для людей с другими привычками, происхождением, иностранным культурным и художественным багажом. Мы действительно чувствуем и верим, что, содействуя уникальности и ценя разнообразие, мы делаем наше общество лучше.

Мне, как организатору мероприятия, хотелось, чтобы ученики почувствовали себя настоящими протагонистами (главными действующими лицами), поэтому «Читательское гнездо» было решено организовать в нашей школьной библиотеке. Идея заключалась в следующем: демонстрируя другим свои знания и умение читать, это даст возможность ученикам почувствовать гордость за себя. И действительно – ребята поняли, как много они знают и умеют и, соответственно, смогли распознать свой потенциал.

Правильное и ровное чтение на иностранном языке, особенно на итальянском, очень сложно из-за специфических звуков и фонем, но, тренируясь понемногу каждый день, мои ученики смогли справиться с текстами даже выше их нынешнего языкового уровня. Я была очень удивлена, обрадована и благодарна, когда посетила их представление. Наши высокие гости тоже захотели выразить благодарность ребятам за их усердную работу.

20 октября Грета Карина Кантер (координатор по культуре), Лаура Вангур (координатор по социальным медиа) и Марко Баттисти (глава бухгалтерского отдела и консультант по консульским/визовым вопросам) прибыли в нашу школу в качестве представителей итальянского посольства. После краткого приветствия мы разместились в библиотеке и приступили к мероприятию «Читательского гнезда».

Библиотека была украшена соответственно: на стене – итальянские флаги и красиво распечатанные слова, на столе – приветствие на итальянском языке, на книжных шкафах – два огромных плаката о Джанни Родари и Карло Коллоди, созданные учениками 11-х и 12-х классов.

После введения, которое было написано и прочитано на итальянском, ученики 12 класса провели презентацию о жизни Джанни Родари, его книгах и историях из “Favole Al Telefono”. 11 класс, в свою очередь, рассказал о биографии и работах Карла Коллоди, а также о его шедевре “Le Avventure di Pinocchio”. Аудитория была очень удивлена, когда ученики стали читать рассказы и поэмы на итальянском, ведь некоторые из них начали изучать язык только в сентябре. “Читательское гнездо” было завершено стихотворением “Filastrocca di Pinocchio” в исполнении учеников 10 класса.

На этом сюрпризы не закончились: посольство подарило нам множество итальянских книг для всех уровней, так что у всех учеников будет возможность тренировать навыки чтения, когда они пожелают. Теперь в школьной библиотеке есть специальный отдел итальянской литературы, которому предстоит обогатиться в ближайшие годы как переведенными книгами, так и текстами в оригинале.

“La Divina Commedia Raccontata ai Bambini" (Annamaria Piccione), “I Promessi Sposi Raccontati ai Bambini" (Annamaria Piccione), “Le Avventure di Pinocchio" (Carlo Collodi), “Dante e Giotto” (Pierdomenico Baccalario), “Br Sport” (Stefano Benni) и “La Gioia fa Parecchio Rumore” (Sandro Bonvissuto) – это только некоторые книги, полученные нами в подарок.

Мы искренне благодарны за поддержку и помощь, которые постоянно получаем в популяризации итальянской культуры, обычаев и языка в нашей школе. GRAZIE MILLE!

Что такое «Читательское гнездо»

Проект «Читательское гнездо», поддерживаемый Эстонской ассоциацией чтения, может стать примером для других событий, учебных моментов, школ, формальных и неформальных мест и мероприятий. Проведенный нами проект может вдохновить других членов общества (родителей, учителей, библиотекарей, авторов и редакторов и т.п.), которые желают создать среду, поддерживающую в детях способности читать и писать, среду, которая развивает креативность, многоуровневые навыки письма и мышления.

Неформальный и свободный подход к грамотности можно воспринимать как пример обучения сверстников: когда ученик читает или представляет историю одноклассникам, они будут более вовлечены в процесс, чем когда читает учитель. Это также помогает повысить способность вспоминать информацию и способствует запоминанию, потому что они учатся в игровой и комфортной среде. Оригинальное и творческое самовыражение через разнообразные формы (рисование, ролевые игры, рукоделие, театр марионеток, дигитальные презентации, дигитальные продукты, написание новых текстов, стихотворений и т.п.) также может быть полезным в образовательном процессе старших учеников.

Самоактуализация и чувство собственной компетентности являются важными потребностями не только у детей младшего школьного звена – чтение и производство чего-то нового из того, что уже освоено, особенно если применить эту способность в использовании иностранного языка, не является легко достижимой целью. На самом деле, это очень сложное задание, которое требует множества попыток до достижения успеха. Соответственно, чувство мотивации и уверенности очень важно и для учеников постарше.

Наша цель – сделать деятельность «Читательского гнезда» интегральной частью школьной жизни и дееспособным неформальным образовательным методом для поддержки любого предмета, не только итальянского языка.

Благодаря успеху мероприятия среди учеников и учителей, мы можем полностью подтвердить, что множество других будут организованы в ближайшем будущем.

ОБМЕН ОПЫТОМ МЕЖДУ ЕВРОПЕЙСКИМИ ШКОЛАМИ, ИЛИ НЕЗАБЫВАЕМОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ФРАНЦИЮ

На протяжении недели, с 16 по 22 октября, ученики Маардуской гимназии участвовали в международном проекте Erasmus+ под названием «Becoming a junior facilitator: discovering our and others' cultural heritage and sports facilities», что в переводе означает «Становление юным фасилитатором – изучение своего и другого культурного наследия и спортивных возможностей».

ЭВЕЛИН ВЕЙНЕР
Учитель английского языка Маардуской гимназии

Памятная фотография на фоне Эйфелевой башни

Проект был организован на английском языке и проходил в городе Шартр (Франция) с участием трех стран: Франции, Италии и Эстонии. Девять учеников из нашей гимназии отправились для участия в проекте в сопровождении учителей английского языка: Роксаны Файзовой и Эвелин Вейнер. Участники были полностью погружены в языковую среду, жили в принимающих французских семьях и посещали местную среднюю школу вместе с другими учащимися. За эту неделю ученики нашей гимназии успели посетить главные достопримечательности Франции и познакомиться с учебной программой французской школы.

Первый день был ознакомительным: ученикам провели экскурсию по школе, рассказали об учебном процессе и правилах школы; участники проекта познакомились между собой и отправились в Дом Пикассетт, состоящий из стеклянной мозаики. Также наших учеников пригласили на урок погружения французского языка и урок музыки и пения в школе.

«В этой поездке мне большего всего понравились французы и общение с ними. Из нового во время этой поездки я узнал, что уроки во Франции длятся один час и есть одна большая перемена длительностью в два часа! Я научился произношению некоторых французских слов. Большего всего мне запомнилась очень красивая архитектура Франции». *(Илья Устинов)*

Во второй день ученики посетили Париж, прогулялись по улочкам Монмартра и отправились в круиз по Сене, увидев главные достопримечательности Парижа: Эйфелеву башню, Триумфальную арку, Базилику Сакре-Кер и Собор Парижской Богоматери. После прошлись по общественному саду Тюильри в центре Парижа до музея Лувра.

«Мне очень понравилась поездка! Эта неделя была интересной, больше всего понравился вторник – день, когда мы были в Париже. Мне нравятся подобные проекты. Надеюсь, что их будет больше, и у меня будет возможность слетать еще раз!» *(Эвелина Анкудинова)*

«Больше всего мне понравилась поездка к Эйфелевой башне и вид на Париж с обзорной площадки. Очень запомнились световые инсталляции вечернего шоу на Соборе. Я научился некоторым французским словам: pardon, bonjour и bon appetit!

Я не ожидал, что Париж настолько красив. Очень хочу участвовать еще в подобных проектах. Спасибо большое за поездку и за замечательную организацию!» (Леон Корнилов)

В среду ученики нашей гимназии отправились в музей художественного стекла, где смогли изготовить цветные расписные витражи своими руками. Также учащимся провели экскурсию в Шартрский Католический Собор, который является шедевром готической архитектуры и всемирным наследием ЮНЕСКО. После посещения собора все участники проекта прошли квест-расследование с ориентированием в городе.

«Поездка мне понравилась. Больше всего запомнились Эйфелева башня, экскурсия по реке Сене, очень красочный в вечернее время Собор в Шартре. Но их школа мне не понравилась – она не комфортная и окрашена в холодные цвета. Веселым занятием было создание витражей. Семьи очень хорошо нас приняли, и мы обзавелись новыми друзьями. Поездка понравилась. Советую не упускать шансы». (Яна Ткачева)

На следующий день ребята поехали в Версаль, дворцово-парковый ансамбль, где смогли прогуляться по масштабному Версальскому саду (чтобы обойти весь сад, понадобилось два с половиной часа) и вместе с аудиогидом посетить Версальский дворец, который знаменит своей архитектурой, живописью и скульптурами.

«Во время поездки во Францию я не только посмотрела часть страны, но и завела много новых знакомств. Мне особенно понравились люди во Франции – они доброжелательные и по большей части общительные. Семья, у которой я жила, была очень щедрой, и я замечала, как им интересно и приятно принимать у себя гостей. Также мне невероятно понравились места, которые мы посетили: Эйфелеву башню, окрестности Лувра, сады и дворец Версаля. Поездка получилась прекрасной и незабываемой. Я бы, несомненно, посоветовала подобные проекты другим». (Виктория Балаххонова)

«Моя поездка прошла замечательно. Французы очень хорошо относились ко мне. Мне больше всего понравились архитектура Франции и Регулярный сад Версаля. Самым запоминающимся был музей витражей». (Игорь Козлюк)

В последний день проекта ученики были приглашены на различные уроки в школе (английского и немецкого языка, математики, истории, искусства и физкультуры), приняли участие в спортивных соревнованиях (ручной мяч, эстафеты) и отправились на торжественный прием к мэру города Шартр, где ребятам вручили памятные иллюстративные книги и сделали фото для местной газеты. Закончился проект праздничным ужином, вручением сертификатов, подарками и дискотекой.

«Мне очень понравилось во Франции. Я познакомилась с большим количеством людей, побывала во многих очень интересных местах и больше всего мне запомнился вечер пятницы. Я увидела, как организована учеба во Франции и выучила много новых слов. Замечательный проект!» (София Раудла)

«Поездка очень понравилась! За эту неделю я узнала много нового о том, как живут и учатся французы. Также мы гуляли по очень красивым улицам Франции, увидели Париж и парижские достопримечательности. Больше всего мне понравились поездка в Париж и новые друзья из Франции и Италии. Всем советую участвовать в таком проекте, так как это большая возможность практиковать свой английский с иностранцами, увидеть другую страну и завести новые знакомства». (Аделия Соловьева)

«Мне очень понравилась эта поездка. Я узнала пару некоторых слов на французском и мне очень понравилось жить в семье». (Полина Миссурагина)

Посещение Версальского дворца

ПАРАД В ЧЕСТЬ ДНЯ ОТЦА В ДЕТСКОМ САДУ МУУГА

СТЕЛЛА ЛУСМЯГИ
Директор детского сада Мууга

Накануне Дня отца в детском саду Мууга в честь этого праздника состоялся парад. Он прошел по улицам района Аэдлинна. В общей сложности пришлось преодолеть почти два километра. Было приятно видеть, что, помимо пап и дедушек, на мероприятии присутствовали и другие члены семьи, которые прошли со своими детьми от старта до финиша.

Всю дорогу прошагали бодро и в хорошем настроении. Перед стартом под руководством педагога по двигательной активности Ларисы мы провели разминку и научили держать единый ритм как маленьких, так и взрослых. Каждый выбрал удобный для себя темп ходьбы, а победителями стали все, кто подвигался.

Воспитатели подбадривали шагающих примерно такой речевкой:
Раз-два, дружно в ряд,
Пап парад, парад ребят!

На финише участников ждали сюрпризы. Дети получили красочные мячики-попрыгунчики, а папы – сделанные детьми подарки. После прогулки овсяное печенье, приготовленное в детсадовских группах, показалось особенно вкусным.

НОВОСТИ МААРДУСКОЙ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ

ЕВГЕНИЯ ДУШАКОВА
Организатор внеклассной работы

День 3 ноября в нашей школе оказался насыщен событиями – он был посвящен безопасности на дорогах в темное время суток, а также Международному дню борьбы с травлей в школе. Казалось, эти два мероприятия сложно совместить, но нам это удалось.

Под руководством Людмилы Ивановны Минской и девочек из 9 «А» класса был проведен мастер-класс для учеников начальной школы по изготовлению светоотражателей с символикой KiVa (программа по предотвращению травли в школе). Красивые светоотражатели, изготовленные своими руками, достались их авторам. После этого на перемене мы показали ролик, объясняющий принцип работы отражателя и, конечно же, по традиции вместе представителями Маардуской городской управы нарядили светоотражателями нашу ель.

В этот день мы не только говорили о безопасности на дороге в темное время суток, но и о дружбе, поддержке, принятии других. На переменах детям показывали добрые мультфильмы о дружбе. В рамках Международного дня против травли в нашей школе также был объявлен конкурс плакатов с тематикой KiVa. Все классы приняли в нем участие, показав свое неравнодушие к проблеме травли. Победителями стали:
7 «Б» класс – в номинации **«Художественность плаката»**;
4 «А» класс – в номинации **«Оригинальность плаката»**;
2 «Б» класс – в номинации **«Содержательность плаката».**
Специальную дополнительную премию за **«Особенные плакаты»** получили учащиеся **1 «А»** и **1 «Б»** классов, а также **8 «Б»** класс.

День отца

Каждое второе воскресенье ноября в Эстонии отмечают День отца. Вклад в воспитание будущего поколения каждого папы очень важен, поэтому этот день является особенным.

В нашей школе состоялся праздник для пап, организованный в виде спортивных эстафет. Папы вместе с детьми имели возможность проверить свою ловкость, смекалку, скорость и силу, а еще вспомнить детство и немного порезвиться вместе со своими детьми. Спасибо вам, папы, за участие!

ЭКСКУРСИЯ В МУЗЕЙ-ШАХТУ

ОЛЬГА РОДИОНОВА
Учитель географии и природоведения

4 ноября в рамках проекта KIK (Центра инвестиций в окружающую среду) ученики 6 «А» класса Маардуской основной школы посетили музей-шахту в городе Кохтла-Ярве уезда Ида-Вирумаа. Экскурсия была запланирована еще весной, так как на уроках природоведения ученикам 6 класса предстоит изучать полезные ископаемые Эстонии, а также необходимо познакомиться с процессом добычи главного и очень важного полезного ископаемого Эстонии – горючего сланца.

Сколько же впечатлений и незабываемых эмоций получили ученики, а также сопровождающие их родители и учителя! Сначала мы все надели каски и спустились под землю. Затем, как настоящие шахтеры, проехались в вагонетках. Стоит отметить, что экскурсию проводили не просто гиды, а бывшие работники шахты, поэтому ребятам подробно рассказали о том, как залегает сланец, почему в результате добычи образуется столько пустой горной породы и почему искусственные горы, сложенные этой породой, называются терриконы. Мы узнали, что подпорные балки в шахте вначале возводили из сосны и меняли их каждые три года, а теперь они все металлические. Мы увидели и известняковые сталактиты, которые свисали с потолка шахты. Правда, ребята их сначала приняли за сосульки. Но самые яркие эмоции были вызваны действующими машинами и оборудованием, которое нам включили, чтобы показать, как оно работает.

Если в большинстве музеев нельзя прикасаться к экспонатам, то в музее-шахте все можно было трогать руками и даже взять на память кусочек горючего сланца. По словам ребят, это была одна из лучших и интересных экскурсий. А на обратном пути из окон автобуса мы внимательно рассматривали искусственные горы – терриконы, которых в уезде Харьюмаа не увидишь.

Полученные на эксурсии знания обязательно пригодятся – когда придет время прочитать в учебнике о горючем сланце, то обязательно вспомнится все, что удалось увидеть в шахте.

О ТРУДНОСТЯХ ПЕРЕХОДА РЕБЕНКА ИЗ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В СРЕДНЕЕ ЗВЕНО

Переход из начального в среднее звено считается одной из наиболее сложных педагогических проблем, а период адаптации в четвертом/пятом классе – одним из труднейших периодов школьного обучения. Вроде бы ничего не изменилось – уроки, учителя, домашние задания, но родители начинают замечать, что ребенок стал хуже учиться, изменился его характер, он стал раздражительным или апатичным.

НАТАЛЬЯ МИРОНОВА
Педагог

Итак, попробуем разобраться в сложностях переходного периода. Для этого я выделила семь так называемых подводных камней, на которые стоит обратить внимание.

1. Новые стены

С кабинетной системой ребята знакомы с первых школьных дней, но при переходе в среднее школьное звено количество помещений для занятий увеличивается, и начиная с первого урока и до последнего ученики «кочуют» из кабинета в кабинет.

Совет родителям: До тех пор, пока ребенок не научится отслеживать информацию в e-kool, предложите ему написать номера кабинетов в дневнике. Рекомендуется ежедневно проверять готовность ребенка к школе и обращать внимание на содержание школьного рюкзака. Научите его укладывать школьные принадлежности так, чтобы можно было быстро собраться и выйти из класса.

2. Смена статуса

Еще совсем недавно дети были самыми старшими в начальном звене, а при переходе во вторую ступень обучения оказались в позиции младших. Многие в такой ситуации чувствуют себя неуверенно. Вдобавок повышается тревожность: «Справлюсь ли? Оправдаю ли ожидания родителей?»

Совет: Помочь школьнику преодолеть трудности, почувствовать себя успешным можно, если вы окажете ему помощь. Обеспечьте ребенку спокойную обстановку, пусть он соблюдает режим и обязательно гуляет. Поддерживайте его веру в себя, в свои возможности и способности.

3. Увеличение нагрузки

В новом классе увеличивается количество изучаемых предметов, объем и сложность материала, который нужно усвоить. То, что раньше давалось легко, теперь может потребовать гораздо больших усилий. На фоне происходящего могут резко снизиться результаты.

Совет: Не ругайте детей за плохие отметки, чтобы они не хитрили и не обманывали. Наоборот, пусть между вами установятся доверительные отношения. Чтобы избежать переутомления, нежелательно в начале года записывать ребенка в новые секции, кружки или, например, в музыкальную школу.

4. Изменение требований к ученику

Требования к ученику среднего звена отличаются от требований в начальной ступени. Ребенок должен уметь запоминать материал, понимая его смысл, уметь аргументировать ответ на тот или иной вопрос, логически рассуждать. Важно и наличие положительной учебной мотивации: если младший школьник может заставить себя сосредоточиться и упорно работать, желая получить пятерку или заслужить похвалу учителя, то в среднем звене школьник порой заставляет себя сосредоточиться на неинтересном, на трудной работе ради результата, который ожидается в будущем.

Совет: Ненавязчиво интересуйтесь успеваемостью ребенка каждый день, а не раз в неделю или, еще хуже, раз в триместр. Научите правильно организовывать себя, рационально планировать подготовку уроков. Помните, что большое количество времени, проводимое за выполнением домашних заданий, только усиливает перегрузку ребенка.

5. Привычка к контролю

В начальной ступени у детей один учитель (кроме некоторых предметов), который знает и учитывает индивидуальные особенности учеников. Учитель начальных классов контролирует степень готовности учеников к очередному уроку, помогает урегулировать конфликтные ситуации, находится в тесном контакте с родителями. Он внимательно следит, чтобы необходимая информация записывалась в дневник или в e-kool и доводилась до сведения взрослых.

При переходе в среднее звено такой индивидуальный подход нарушается. Порой дети предоставлены самим себе: должны самостоятельно переходить из кабинета в кабинет, готовиться к урокам, решать вопросы с учителями. С классным руководителем, который является еще и учителем-предметником в других классах, дети встречаются только на уроках, которые он ведет, и на классных часах. Вполне естественно, что и родители не в курсе происходящего в школе. Получается, что ученики, которые еще вчера были под постоянным контролем учителей и родителей, к новым условиям адаптируются сами, – как могут и умеют.

Некоторые дети в силу психологических особенностей не готовы к подобной самостоятельности, поэтому все путают и забывают. Другие настолько привыкли к постоянному контролю со стороны взрослых, что не могут самостоятельно организовать собственную школьную жизнь. Это, естественно, ведет к дезадаптации.

Совет: Не спешите критиковать нового классного руководителя и учителей-предметников, а лучше договоритесь с ними о встрече, чтобы получить информацию из первых рук и услышать полезный совет. Ни в коем случае не обсуждайте работу учителя в присутствии ребенка и в соцсетях. Помните: нормы морали в ребенке закладывает не школа, а семья. Неуважительное отношение к старшим – плохая черта и не лучший пример.

6. Рассогласованность требований учителей-предметников

Одни учителя просят приносить на урок тетрадь в 48 листов, другие – три тоненькие тетрадки; учитель русского языка просит все выделять зеленой ручкой, учитель математики – карандашом, кто-то из учителей предлагает использовать цветные карандаши. И так далее. Как тут быть? Эти мелочи поначалу так затрудняют школьную жизнь, но в то же время они приносят и пользу. Во-первых, ребенок учится принимать во внимание эти требования, соотносить их, преодолевать трудности, а значит, учится взрослой жизни, в которой огромное количество требований является нормой. Во-вторых, это учит ребенка строить отношения с разными людьми и выполнять предъявленные требования.

Совет: Предложите своему ребенку подойти к учителю на перемене и попросить помочь с тем, что не получается. Учитель будет рад оказать помощь ученику.

7. Адаптация к новым учителям

Сами учителя различаются по стилю общения, темпу речи. Одному нравится, когда ученик высказывает собственное мнение, другой требует придерживаться текста учебника, третий снижает оценки за небрежность.

Совет: Ребенку может быть действительно непросто перестроиться, поскольку он еще не отвык от любимого учителя начальной школы, однако не спешите обвинять учителей и бежать в школу защищать сына или дочь. Объясните ребенку, что замечания учителя и отметки не отражают отношения к нему как к человеку.

Задача ученика – выучить имена новых учителей, приспособиться к темпу и особенностям их речи. Стоит выработать отношения с новыми учителями, освоить много новых навыков, умений, компетенций.

В заключение хотелось бы пожелать родителям: выкраивайте ежедневно время, чтобы побыть с ребенком, ведь переход на новую учебную ступень – важный период в жизни ребенка. На этом сложном этапе ему нужны ваши помощь и поддержка.

ИТОГИ ВЫБОРОВ В МААРДУСКОЕ МОЛОДЕЖНОЕ СОБРАНИЕ

20 и 25 октября в Маарду состоялись выборы в Маардуское молодежное городское собрание.

ДАНИЛА КУЗНЕЦОВ
Главный специалист по молодежной работе

Молодежное собрание в нашем городе работает с 2016 года. Это добровольная и политически нейтральная организация, которая представляет и защищает интересы молодежи, а также консультирует представителей Маардуского городского собрания и городской управы по вопросам, касающимся молодежи.

Выборы проходят ежегодно. Каждый созыв по-своему оптимизирует работу молодежного собрания, и, кроме того, ищет новые пути и возможности вовлечения и мотивации местных молодых людей.

Выборы, по уставу, проходили в два этапа. Первый этап – мандатный (путем голосования в школах и в молодежном центре), второй этап – собеседование с избирательной комиссией.

Как и каждый год, в организацию баллотируются самые активные, идейные и работоспособные представители молодежи.

По результатам выборов членами VII созыва стали:
1. **Тигран Гюлумян** – председатель молодежного городского собрания
2. **Давид Васильев** – заместитель председателя
3. **Александр Шаклейн**
4. **Анастасия Габитова**
5. **Анна Кочуровская**
6. **Эрика Лавская**
7. **Андри Кульберт**

Поздравляем членов нового созыва Маардуского молодежного городского собрания!

Кандидатов, которые не прошли в состав, приглашаем к участию в открытых собраниях и в жизни города. Присоединяйтесь к обсуждению рабочих моментов и разработке новых идей вместе с основным составом Маардуского молодежного городского собрания.

Представителям VII созыва желаем удачи, сил и вдохновения в реализации всех идей!

КАЛЕЙДОСКОП СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

03.11.2022

Традиционно в этом году мы помогли школам и детским садам Маарду нарядить свои деревья светоотражателями – каждое наряженное дерево будет ангелом-хранителем и напоминанием о том, как важно быть внимательным и заметным в темное время суток. Отражатель поможет вам и вашему ребенку быть заметным для других участников дорожного движения. Любой, у кого найдется лишний отражатель, может повесить его на дерево отражателей. Если у вас еще нет отражателя, вы можете его оттуда себе взять. Заботясь друг о друге, мы можем вместе подготовиться к безопасному движению в темное время суток. Будьте заметными! #безопасныйМаарду

07.11.2022

В октябре Маардуская горуправа объявила конкурс идей «Сделаем город красивее 2023», в рамках которого жители Маарду присылали свои инновационные идеи по благоустройству родного города. К 20 октября на конкурс поступило 34 предложения, из которых на голосование были выбраны 6 идей по Каллавере и 5 по Мууга. Сегодня началось голосование за лучшие идеи конкурса. Каждый зарегистрированный в Маарду человек старше 16 лет сможет проголосовать за две идеи на портале VOLIS. Сообщить о своем выборе можно также по электронной почте: linnavalitsus@maardu.ee. В письме необходимо указать свое полное имя, личный код и идею (идеи), за которые вы желаете проголосовать. Голоса без личного кода не учитываются. Голосование будет проходить с 7 до 22 ноября 2022 года.

18.11.2022

Первый снег намекает на то, что Рождество не за горами, и с сегодняшнего дня город Маарду украшают и создают нам рождественское настроение пушистые елки, которые установлены на улице Вильяпуу в Мууга, возле «Рахвамая» и в нашем парке Келламяэ. Совсем скоро будет зажжена первая свеча Адвента и начнется спокойное и благословенное рождественское время. Желаем вам приятного ожидания Рождества и чтобы предстоящая зима была белоснежной. #вожиданиирождества

ТЕАТР «ВЕЕР И ШПАГА» ОТПРАЗДНОВАЛ СВОЙ 25-ЛЕТНИЙ ЮБИЛЕЙ ТЕАТРАЛЬНЫМ ФЕСТИВАЛЕМ

Памятная фотография с первого выступления театра (12 октября 1997 г.)

В начале ноября в Маардуском «Рахвамая» состоялся XV международный театральный фестиваль «Мой театр – Мой Каприз», истоки которого берут начало в городе Маарду в 2009 году. Участниками фестиваля стали театральные коллективы Таллинна, Нарвы, Кохтла-Ярве, Алитуса (Литва). Они представили свои спектакли, созданные в разных жанрах: классика, романтика, эпос, фантасмагория и мюзикл.
В рамках фестиваля его организатор – театр «Веер и Шпага» – отметил свой 25-летний юбилей, представив публике свои сценические постановки.

История создания театра

12 октября 1997 года на сцене Маардуского клуба состоялась премьера самого первого спектакля «Сны о любви», созданного командой молодых и смелых единомышленников. Первыми постановщиками театра стали Есения Антропова и Ольга Пароль. В то время театр еще не обрел свое имя и назывался просто «Маардуский любительский театр».

Прекрасное название «Веер и Шпага» появилось после одного из спектаклей под названием «Париж, Париж...». Пьеса была написана в совместном труде двух постановщиков начинающего театра и ребят, занятых в постановке. Сюжет был основан на приключениях трех девушек, которые отправились в Париж из провинции Гасконь. В процессе работы над пьесой и появилось название театра – «Веер и Шпага».

Благодаря интересному сценарию и прекрасной игре актеров спектакль «Париж, Париж...» очень понравился зрителям. С этим спектаклем был выигран театральный уездный фестиваль, на нем воспитано несколько поколений юных актеров.
На протяжении всей многолетней деятельности театра особенный вклад – от бессменного костюмера театра, Антонины Кузнецовой, которая работает над оформлением сцены, созданием костюмов и является настоящим ангелом-хранителем театра.

Конечно, главным вдохновителем театра «Веер и Шпага» является его создатель и режиссер – Есения Антропова, сумевшая из детского увлечения построить дело своей жизни. Экспериментируя в разных жанрах, Есения создала театр, в котором органично сочетаются музыка, пластика, танец, драма и слово. «Веер и Шпага» – это театр, в котором актерам нравится играть, а зрители с нетерпением ждут новых постановок.

Поздравляем театр «Веер и Шпага» с 25-летием деятельности и желаем вдохновенного творчества, успешных постановок и аплодисментов благодарных зрителей!

Дорогие дети, уважаемые родители, бабушки и дедушки!
В канун рождественских праздников мы перенесем вас в увлекательную страну с приключениями и сказочными героями. 18 декабря на сцене Маардуского центра досуга в 14:00 и 17:00 вы сможете увидеть полюбившихся героев диснеевских фильмов. Алладин и Мерида, Русалочка и снеговик Олаф будут ждать встречи с вами.
Ждем вас на сказочный спектакль «Тайна Хранителей Времени», созданный театром «Веер и Шпага».
Предварительная продажа билетов – в «Рахвамая» (Карьяэри, 4) и Маардуском центре досуга (Кеэмикуте, 12b), а также на месте перед спектаклем через банковский терминал.
Билет с подарком стоит 10 евро, без подарка (для взрослых) – 4 евро.
Для детей до 3-х лет вход свободный.

ТЕАТРУ МОД «NATALI» – 25!

У женщины не спрашивайте возраст –
Ей хочется быть долго молодой.
В душе ее один лишь только образ –
Той девушки с распущенной косой.
Антонина Ярошенко

Мода представляет собой особенный вид искусства, а умение красиво одеваться, бесспорно, считается важным для каждой представительницы женского пола. Именно такому виду искусства вот уже 25 лет обучает Антонина Романовна Ярошенко, создатель и идейный вдохновитель театра мод «Natali», организатор конкурсов «Мисс Маарду» и «Красота спасет мир».

Антонина Ярошенко, создатель театра мод «Natali»

Днем рождения театра считается 10 октября 1997 года, когда на сцене Маардуского «Рахвамая» состоялся первый модный показ, ставший для города Маарду новаторским. Яркое представление запомнилось зрителям начинающего театра на долгие годы, и в очень короткий срок театр мод «Natali» завоевал сердца своих зрителей – сначала жителей города Маарду, а затем жителей столицы и городов зарубежья.

Театр мод «Natali» – это своеобразный детский и взрослый театр с яркими театрализованными показами коллекций одежды на определенные темы. Своеобразность театра заключена в сочетании театральных постановок, режиссуры и сценографии, а также в возможности донести до зрителей нестандартные тенденции в одежде.

На протяжении своей 25-летней деятельности театр мод «Natali» принимал участие в творческих конкурсах и получал высокие награды. Театр побывал и за пределами Эстонии – в Латвии, Литве, в разных городах России, а также – неоднократно в Испании, из которой привез свои самые высокие награды.

Интерес к театру мод у Антонины Ярошенко возник не случайно – в 25-летнем возрасте она сама работала моделью на текстильном производстве и спустя годы этот опыт пригодился, став импульсом к созданию театра мод. Название же театра связано с именем дочери Антонины Романовны, Натальи Лиски, в честь которой театр и получил свое название. Поначалу Наталья была воспитанницей театра ее имени, а затем стала главным, незаменимым помощником Антонины Романовны. Теперь Наталья ведет в театре мод группу моделей и представляет публике свои дизайнерские работы.

За четверть века зрителям были показаны десятки костюмов, созданных искусными руками их талантливых авторов, продемонстрировано множество коллекций одежды. Одной из самых впечатляющих Антонина Романовна считает коллекцию дизайнера Дениса Мичурина, которая была представлена на юбилейном показе театра, состоявшемся 19 ноября 2022 года в Маардуском центре досуга.

Юбилейный праздник был полон сюрпризов. Особенным подарком для всех зрителей стали стихи Антонины Романовны Ярошенко. Трогательные стихи о любви, об осени и вообще о жизни прочла со сцены их автор. Помимо стихов Антонина Ярошенко поделилась с публикой своими впечатлениями о незабываемых творческих годах. По словам бессменной устроительницы театра, 25 лет – это условная цифра, которая одним может показаться огромной, а другим будет видеться всего лишь началом творческого пути.

Поздравляем Антонину Ярошенко и всех причастных к деятельности театра мод «Natali» с юбилейной датой и прекрасным творческим началом! Желаем неиссякаемого стремления к созданию прекрасных и гармоничных образов, которые будут радовать публику и каждый раз убеждать в непреложности жизненной истины, в которой красота спасет мир!

Фрагмент с показа театра мод «Natali» (2021 год)

МААРДУ БЫЛ И НАВСЕГДА ОСТАНЕТСЯ ДЛЯ МЕНЯ РОДНЫМ ДОМОМ

Моя семья и родственники перед нашим хутором Лоосауна. Я на руках у папы в первом ряду справа. Слева – мама с моей сестрой, в центре – мой брат

Хочу рассказать о счастливом детстве в кругу любящей семьи, поделиться воспоминаниями о своей жизни в моем родном городе.

Я родилась в городе Маарду и с первых дней своего рождения жила вместе с родителями и моими братом и сестрой на нашем хуторе Лоосауна. Хутор был построен в двух километрах от Маарду, между двумя другими хуторами: хутором Туулисея и хутором Тамме.

С нашими соседями мы были очень дружны и все праздники Янова дня проводили вместе, предварительно договариваясь о том, где будет разведен костер. Не менее яркие воспоминания и о подготовке к Рождеству. Дом украшали еловыми ветками, которые приносили из леса, для праздничного стола готовили рождественскую капусту, кровяные колбаски и кровяного колобка (verikäkk), в большой печи мама выпекала вкусные булочки. Это было прекрасное время, оставившее о себе самые теплые воспоминания.

Мои первые детские воспоминания начинаются с шестилетнего возраста. Все они связаны с хуторской жизнью, со школой и посещением магазинов в Маарду и Каллавере, в которых продавались разные игрушки и конфеты в коробках с медвежатами. Игрушки я, конечно же, просить у родителей не осмеливалась, но особенный вкус конфет, сопровождающий мое детство, помню до сих пор.

Мир моего детства был захватывающим и по-настоящему счастливым. Безусловно, детство хуторского ребенка заметно отличается от жизни детей, живущих в квартире. Прежде всего, это отличие заключается в том, что хуторские дети проводят много времени на свежем воздухе, растут и развиваются в тесном контакте с природой и животными.

Моим самым незаменимым другом была моя собака, которую я воспитала по своему усмотрению. На хуторе было две лошади, мы разводили кур и свиней, также у нас были коровы и овцы. То есть при наличии такого количества домашних животных у нас была настоящая хуторская жизнь с присущими ей радостями и каждодневными заботами.

Работы на хуторе было очень много. Мы выращивали овощи, фрукты, ягоды и зелень – для себя и на продажу. Однажды, когда мы сажали капусту, из леса вышли лоси, очень сильно напугав нас, детей, своим грозным видом. По дороге в школу мы также встречали лосей и не знали, идти ли нам дальше или вернуться домой. Однако страх перед большими и опасными животными не останавливал нас – в школу нужно было идти, другого выбора не было.

Да, лес был действительно полон опасностей, но все же можно сказать, что лес был нашим домом. Мы постепенно привыкали ко всем его проявлениям, учились не бояться и с нами ничего плохого не случалось. Иногда я думаю о том, что все детство мы бегали по лесу босиком и ни разу не были укушены змеей – ни одной змеи за свое детство мы даже не видели.

Семья наша была читающей, поэтому моя любовь к книгам зародилась в раннем детстве, когда мама читала нам книжки. Папа тоже любил читать, особенно исторические книги и научную литературу. А еще в доме звучала музыка: папа играл на гитаре, мой дядя – на аккордеоне, губной гармонике и скрипке, а я выучилась игре на мандолине.

По окончании всех обязательных хуторских дел вечера мы проводили все вместе: читали, играли на музыкальных инструментах, занимались рукоделием или играли в настольные игры.

Я и мои брат и сестра образование получили в Каллавереской средней школе. Для младших школьников, обучающихся на эстонском языке, уроки проходились в малом здании школы. После перехода из начальной школы в основную обучение было организовано в большом здании школы, в котором эстонские и русские дети учились вместе. В 1964 году, когда я пошла в первый класс, у нас было два параллельных класса, в каждом – более двадцати человек. Для поступления в девятый класс существовал строгий отбор среди самых успевающих учеников, поэтому из двух параллельных классов в девятый класс взяли только шестнадцать моих одноклассников. Мне очень хотелось продолжить учебу в средней школе и мое желание исполнилось, равно как и желание моей сестры, а брат после окончания восьмого класса пошел работать.

Из школьных лет запомнились уроки военной подготовки, которые казались нам увлекательными и, в отличие от всех других предметов, проходили на русском языке. В течение двух лет мы изучали правила оказания первой медицинской помощи, учились собирать автомат и осваивали другие навыки этой дисциплины, а к майским праздникам обучались правилам строевой подготовки.

В школе были уроки русского языка, которые проводил учитель Эльмус. Помню, в первый раз я написала слова на русском языке – всего было пятьдесят слов – и получила за них двойку. В следующий раз шпаргалка спасла мое плачевное положение, и мои знания выросли до четверки. На самом деле, та шпаргалка была лишь маленьким эпизодическим случаем. Русский язык я выучила в школе и прекрасно им владею до сих пор.

В первом классе домашние задания я выполняла при свете керосиновой лампы, так как электричества на хуторе не было. В 1964 году наш сосед, работающий электриком, помог провести электричество к нашему дому. Тогда мы обзавелись крошечным телевизором и стали смотреть детские мультфильмы.

В моих детских воспоминаниях живут также и улицы Маарду. В темное время суток они были погружены во мрак, а освещение на них появилось позднее. Улицы не были благоустроены, а дороги можно назвать ухабистыми. Правда, лесная дорога, ведущая к нашему хутору, тоже поначалу была не лучше, но потом проложили более основательную, по которой можно было проехать на машине.

Никогда не забуду дорогу в школу, особенно зимой, когда после большого снегопада папа первый проходил по сугробам, проделывая для нас следы на заснеженной лесной дороге, а мы ступали по его глубоким следам, по колено утопая в снегу. Все наши школьные годы в заснеженные зимы папа сопровождал нас в школу.

Развитие спорта среди детей и молодежи было заложено в системе школьного образования, поэтому в детстве я много занималась спортом, прежде всего – лыжами и волейболом, участвовала в соревнованиях. Кроме того, папа научил меня игре в шахматы. Однажды мне представилась возможность поехать на шахматный турнир в Латвию, откуда я вернулась с наградой.

Помимо диких животных, которых я боялась в детстве, страх вызывал оранжевый «лисий хвост» Маардуского химкомбината. Из-за действия кислоты воздух становился настолько отравляющим, что иногда было трудно дышать, а окна в нашем доме покрывались серым налетом.

В 1975 году, когда я закончила Каллавереcкую среднюю школу, мы были вынуждены оставить наш родной хутор, переехав жить в квартиру. Можно сказать, что химкомбинат выжил нас из родного дома – хутор находился в зоне отравляющего влияния от деятельности химкомбината и дальше оставаться там жить не представлялось возможности. Болезненное для всех нас решение о переезде в квартиру приняла моя мама. Если бы не эти обстоятельства, сопряженные с вредным действием кислоты, мы никогда бы не покинули наше родное гнездо. После переезда проходили месяцы, а мои мысли были заняты мечтами о нашем хуторе, и я часто возвращалась по лесной дороге к тому месту, где прошло мое детство. Но потом наш хутор кто-то поджег, а большие камни фундамента растащили.

Однако в моих детских воспоминаниях больше радостных моментов, чем грустных. Например, вспоминаются наши детские игры и счастливые лица родителей. Вспоминаю масштабные летние праздники, организованные городом неподалеку от нашего дома. Вспоминаю продуктовые магазины, где продавались вкусные и настоящие, в полном смысле этого слова, продукты: колбаса, кефир в стеклянных бутылках, шоколад, конфеты, булочки и др. А еще вспоминаю людей, которые, как мне кажется, были совершенно другими — они были человечнее, теплее и добрее. Я очень скучаю по этому времени.

К счастью, всю мою жизнь меня окружают хорошие люди. Было много возможностей уехать из Маарду, но я не воспользовалась ни одной из них. Этот город был и навсегда останется для меня родным домом: здесь красивая природа, дружелюбные люди и то, что напоминает мне о моем детстве.

С добрыми пожеланиями
житель города Маарду Мильви Хейнасту

Редакция газеты «Маардуская панорама» поздравляет Мильви Хейнасту с прошедшим Днем рождения и желает крепкого здоровья, душевного тепла и большого счастья в кругу близких и друзей!

На этой фотографии – мама с моим маленьким братом и мамина подруга. Фотография сделана в Маарду у доски объявлений, неподалеку от автобусной станции

МААРДУСКИЙ ЦЕНТР ДОСУГА

РОЖДЕСТВЕНСКИЙ КОНЦЕРТ

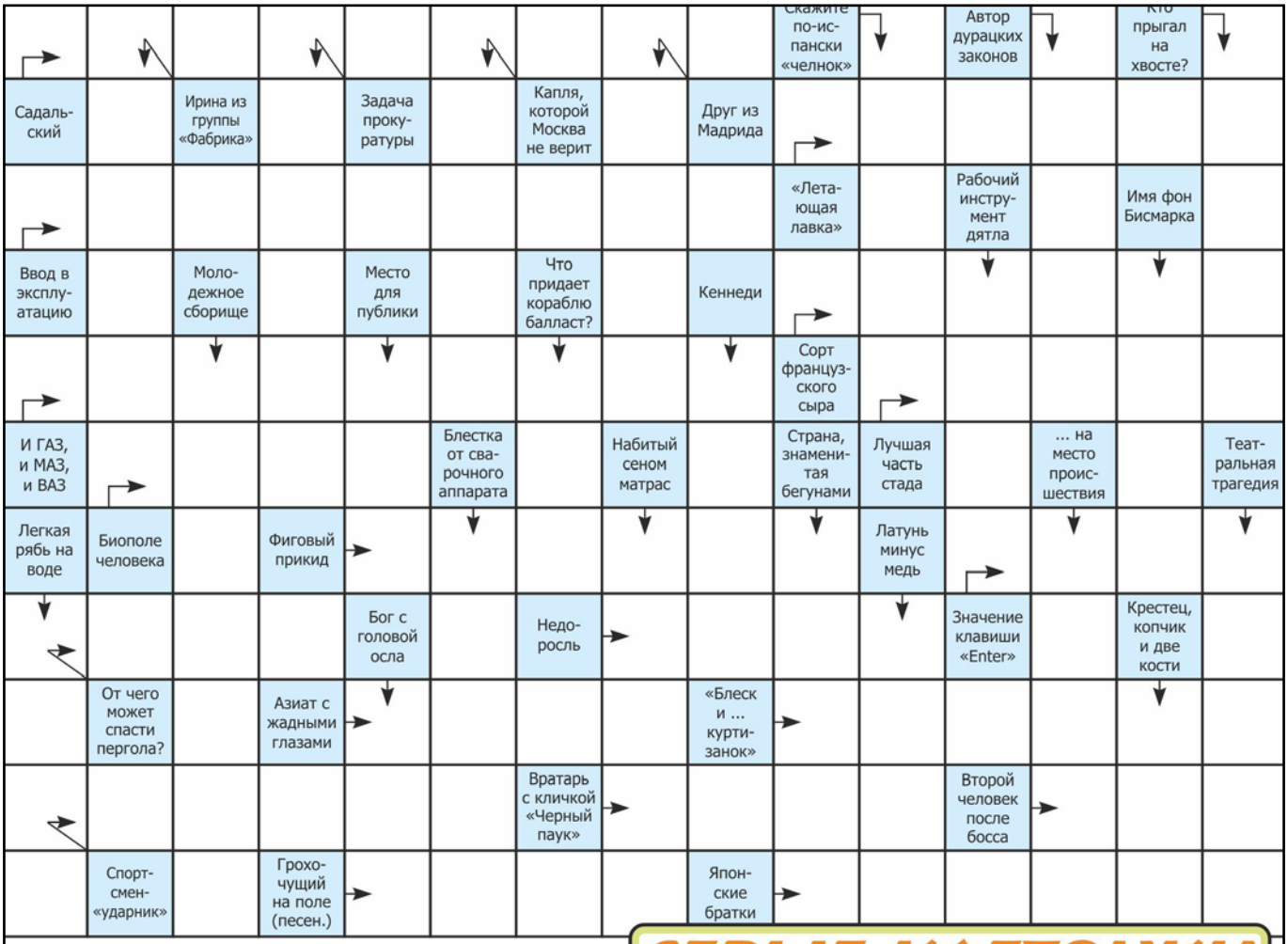
13.12.2022 14:00

ВЫСТУПАЕТ ЭДУАРД ТОМАН
ПРИ УЧАСТИИ ДУЭТА БАЯНИСТОВ
ИГОРЯ И ИВАНА ЕРМАКОВЫХ

NB!В 13:00 РАЗДАЧА РОЖДЕСТВЕНСКИХ ПОДАРКОВ ЗАРЕГИСТРИРОВАННЫМ В МААРДУ ПЕНСИОНЕРАМ

Maardu

MAARDU KULTUURI- JA INFOKESKUS



Кроссворд предоставлен сайтом кроссвордов graycell.ru

СЕРЫЕ КЛЕТОЧКИ
сайт сканвордов, кроссвордов и головоломок www.graycell.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ: В ЭСТОНИИ ПОЛОВИНА МУЖЧИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ИМЕЮТ ЛИШНИЙ ВЕС

Хотя наши мужчины оценивают свое здоровье в основном как хорошее, исследование состояния здоровья, проведенное среди более чем 3000 мужчин в возрасте 40–49 лет, показывает, что в Эстонии половина мужчин среднего возраста имеют избыточный вес, а каждый четвертый страдает ожирением. Избыточный вес становится все более важным фактором риска для мужского здоровья, способствуя развитию большинства болезней – от сердечно-сосудистых заболеваний до злокачественных опухолей.

КАССА ЗДОРОВЬЯ

На основании индекса массы тела (ИМТ) только четверть мужчин, участвовавших в исследовании, имели нормальный вес. Почти половина мужчин имели избыточный вес по ИМТ. Каждый четвертый мужчина (27%) имел ИМТ, указывающий на ожирение (более 30 кг/м2). Помимо индекса массы тела, для оценки ожирения также использовали окружность талии. Согласно исследованию данного показателя, чуть более трети мужчин имели окружность талии более 102 см, что определяет высокий метаболический риск для здоровья.

Доля мужчин с ожирением увеличивалась с возрастом и это состояние имело прямую связь практически со всеми показателями плохого здоровья. Согласно исследованию, у таких мужчин было более высокое кровяное давление и уровень холестерина, в том числе более низкий уровень тестостерона и более плохие показатели функций печени. Они также хуже оценили состояние своего здоровья, чаще принимали обезболивающие и чаще имели эректильную дисфункцию. У тучных мужчин также было больше проблем с психическим здоровьем.

Среди страдающих ожирением значительно чаще встречались мужчины, которые были женаты (официально или гражданским браком) или разведены, имели начальное или среднее образование, с небольшой или с очень большой рабочей нагрузкой, работали в ночное время и занимались физическим трудом. Также среди них были бывшие или ежедневные курильщики и те, кто употреблял алкоголь в количествах, угрожающих их здоровью.

По словам одного из ведущих специалистов исследования, доктора Маргуса Пунаба, врача-андролога Клиники Тартуского Университета, избыточный вес открывает двери для многих других заболеваний, поэтому очень важно держать его под контролем. «Для мужчин старше 40 лет индекс массы тела должен быть ниже 27 кг/м2, также следует следить за окружностью талии, так как жир, откладывающийся в области талии, оказывает самое больше негативное влияние на здоровье», — пояснил доктор.

Лишний вес тела является одним из основных факторов, вызывающих потерю здоровья, повышающих риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, хронической болезни почек, заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также онкологических заболеваний.

Анализируя предыдущие исследования поведения людей в отношении своего здоровья, проведенные Институтом Развития Здоровья, можно сказать, что, несмотря на увеличение числа мужчин, занимающихся оздоровительными видами спорта, с каждым годом мужчин с избыточным весом становится все больше. За последние двадцать лет доля мужчин с лишним весом почти удвоилась.

По словам аналитика Института Развития Здоровья Элизы Кендер, рост распространенности ожирения связан с урбанизацией и изменениями в системе питания. «Легкая доступность высококалорийных, но бедных питательными веществами продуктов по доступным ценам увеличилась наряду с активным маркетингом этих продуктов. Среда проживания тоже стала способствовать ожирению, короче говоря, люди стали меньше двигаться — для передвижения используется моторизованный транспорт, а также снизилась связанная с работой физическая активность», — пояснила Кендер.

Исследование состояния здоровья мужчин было профинансировано Кассой Здоровья, Председатель Правления которой, Райн Лаане, говорит, что забота о своем здоровье должна быть частью личной гигиены каждого мужчины. «Мужчина имеет привычку заботиться о своем автомобиле больше, чем о себе. Так же, как автомобиль нуждается в регулярном уходе, контрольных осмотрах и движении, так и каждый мужчина должен делать то же самое с собой. Позаботьтесь о своем психическом и физическом здоровье, занимайтесь спортом и следите за своим питанием. Ваше здоровье в ваших руках», — напоминает Лаане всем мужчинам.

Чтобы вести более здоровый образ жизни и чувствовать себя хорошо, вы можете многое сделать самостоятельно:

- **Питайтесь разнообразно. Ешьте больше ягод, фруктов и овощей, включая бобовые (500 г в день), рыбу и цельнозерновые продукты, а также орехи и семечки. Ешьте меньше сладких молочных продуктов, свинины и говядины, сладких и соленых закусок, а также сладких безалкогольных напитков и соков.**
- **Используйте меньше соли. Не превышайте рекомендуемую суточную норму потребления соли (6 г или 1 чайная ложка).**
- **Занимайтесь активной физической активностью каждый день. Чтобы поддерживать свое сердце, двигайтесь не менее 150 минут в неделю в темпе, при котором частота сердечных сокращений и дыхание учащаются, но при этом вы можете свободно общаться. Выполняйте упражнения для укрепления мышц не менее двух раз в неделю.**
- **Избегайте потребления табака.**
- **Употребление алкоголя должно быть умеренным. Для взрослых мужчин пределом низкого риска для здоровья считается в среднем 2 единицы алкоголя (около 0,5 л пива или 60 мл крепкого алкоголя) в сутки и в каждой неделе должно быть по крайней мере три безалкогольных дня.**
- **Высыпайтесь.**
- **Позаботьтесь о своем психическом здоровье.**

Проверьте с помощью калькулятора веса, где именно расположен ваш вес по сравнению с другими жителями Эстонии, европейцами и американцами, где находятся ваши показатели по сравнению с вашими сверстниками по возрасту и полу, и как вы можете улучшить состояние своего здоровья.

«ПРИБАЛТИЙСКАЯ ОСЕНЬ» УКРАСИЛА ГОРОД МААРДУ

СЕРГЕЙ ПЕТРОВ
Главный организатор спортивной работы в городе Маарду

Гимнастка Екатерина Молодцова
Автор фото: Дмитрий Дельмар

Международный турнир по художественной гимнастике «Прибалтийская осень», который традиционно проходит в городе Маарду в ноябре, отметил свое 11-летие зрелищными выступлениями гимнасток. Свое спортивное мастерство на ковре продемонстрировали 310 участниц из шести стран: Эстонии, Финляндии, Швеции, Латвии, Литвы и Украины.

Турнир «Прибалтийская осень 2022» был организован клубом художественной гимнастики «Tip-Top» под руководством старшего тренера клуба **Елены Агафонцевой**. С 12 по 13 ноября в спортивном зале Каллавереской средней школы прошли состязания гимнасток в возрастных категориях от 5 до 18 лет.

Самые маленькие две гимнастки города Маарду – **Мария Погоролюк** и **Оливия Кходас** (обе девочки 2016 г.р.) – уверенно выступили на ковре, проявив качества настоящих гимнасток.

Самая старшая гимнастка нашего города – **Екатерина Молодцова** (2008 г.р.) – заняла 4-е место в упражнении с мячом.

Выступления трех наших спортсменок были отмечены призовыми местами и зрительскими аплодисментами:

Аделина Корлюкова (2014С) – 2-е место;
Анастасия Николаева (2011С) – 2-е место;
Маргарита Николаева (2009С) – 2-е место.

Город Маарду поздравляет девочек-гимнасток с победами в новом спортивном сезоне и желает дальнейших успехов юным спортсменкам и их тренерам. Особенная благодарность руководителю и старшему тренеру клуба художественной гимнастики «Tip-Top» Елене Агафонцевой за прекрасную организацию мероприятия, за подаренный городу Маарду праздник!

Поздравляем победителей и всех участников турнира и благодарим за красивое зрелище, которое оставило в сердцах зрителей неизгладимое впечатление!

ОТКРЫТЫЙ КУБОК НАРВЫ ПО БОКСУ

ЕВГЕНИЙ ГОЛОВАЧ
Советник по спорту

6 ноября в рамках мероприятия «Кубок Нарвы» состоялись финальные поединки, которые принесли боксерам **клуба Maardu Kalev** заслуженные первые и призовые места.

Имена спортсменов нашего клуба, завоевавших первые места: **Игнат Мелкозеров** (на фото - слева), **Никита Абрамов, Матвей Шумяков, Дмитрий Белов и Артем Кириченко** (на фото - справа).

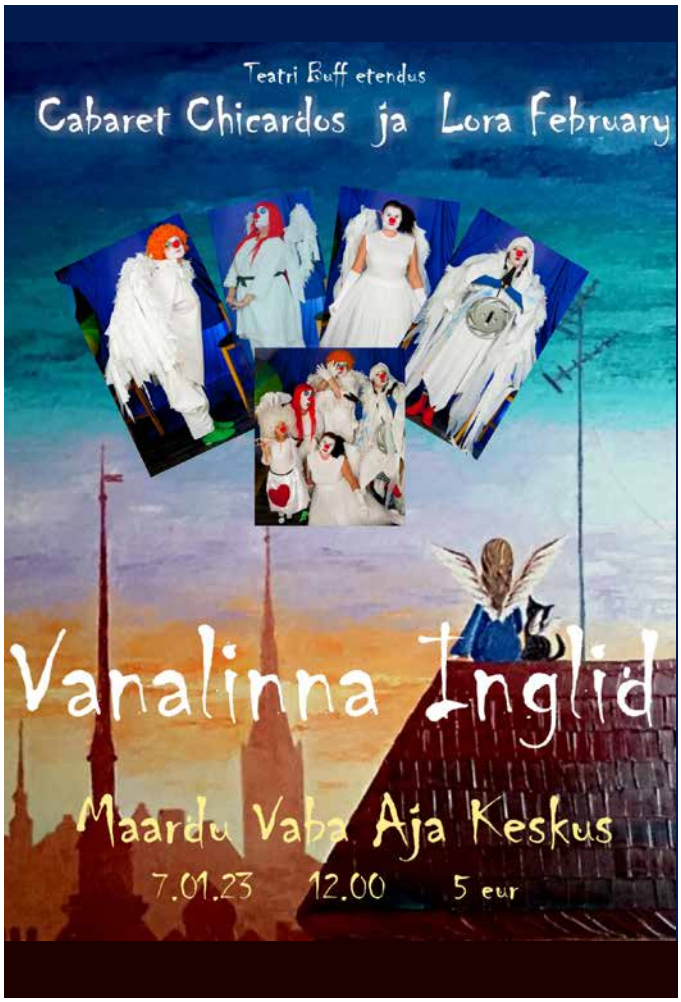
Вторые места достались **Феликсу Нерсесяну** и **Даниилу Хомутову.**

Третье место – у **Игоря Макарова.** Спортсмен провел бескомпромиссный бой с противником, Максимом Цветковым, который имеет международный опыт и сейчас готовится к участию в чемпионате мира. Стоит отметить, что это был первый бой Игоря в старшей возрастной группе.

Поздравляем спортсменов нашего клуба с достойными результатами!

СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ - ДЕКАБРЬ 2022

09.12.	ОБЩЕГОРОДСКИЕ ШКОЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ	09:00-14:00 ШКОЛЫ Г. МААРДУ
17.12.	ПЕРВЕНСТВО МААРДУ ПО ПОДВОДНОМУ ПЛАВАНИЮ	10:15- 12:00 СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
17.12.	РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ХОДЬБА СТАРТ ФИНИШ	11:00-13:00 11:00 МААРДУСКИЙ ЦЕНТР ДОСУГА КАЛЛАВЕРЕСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА
18.12.	ПЕРВЕНСТВО МААРДУСКОГО КЛУБА ПЛАВАНИЯ	10:30-12:30 СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС



Маардуская городская библиотека приглашает принять участие в бесплатном обучающем курсе «Библиотека — информационные возможности нового века».

Цель курса — помочь жителям г. Маарду получить необходимый уровень знаний и навыков, требующихся для работы на компьютере и в сети Интернет. Курс учебных занятий для возраста 50+ поможет ознакомиться с современными информационными технологиями, необходимыми для использования в повседневной жизни.

План обучения содержит работу с файловой системой Windows, текстовым редактором Microsoft Word, знакомство с интернетом, поиск и сохранение информации, подписание документов с помощью ID-карты (в том числе SMART -ID, MOBIL -ID) и использование их на государственных порталах. Также участники научатся регистрировать свой личный почтовый ящик и писать электронные письма. Поговорим о кибербезопасности.

По вопросам регистрации просим обращаться в читальный зал по рабочим дням библиотеки:

Вт. - Сб. 11:00-17:00, по адресу Оруметса, 8.

CityOptika
ОПРАВЫ или ЛИНЗЫ ДЛЯ ОЧКОВ
до -50%

Проверка зрения для заказчика очков БЕСПЛАТНО!
Для клиентов и пенсионеров ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА!
ИЗМЕРЕНИЕ ВНУТРИГЛАЗНОГО ДАВЛЕНИЯ!
Маарду, Кеемикуте, Maxima XX
Пн-Пт 10-19 Сб 10-16
6371 688

МААРДУСКАЯ ГОРОДСКАЯ БИБЛИОТЕКА ПРЕДЛАГАЕТ РАБОТУ БИБЛИОТЕКАРЯ В ОТДЕЛ ДЕТСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основные обязанности:
- обслуживание читателей, включая рекомендации по чтению, помощь в поиске различной информации;
- проведение библиотечных часов и литературных мероприятий для детей и молодежи;
- проведение мастер-классов;
- работа с книжным фондом и т.д.

Требования к кандидату:
- высшее или среднее специальное образование (библиотечное дело, педагогическое или филологическое образование);
- общительность, хорошие коммуникативные навыки;
- умение хорошо общаться с детьми и молодежью;
- хорошее владение компьютером и умение работы с IT -программами;
- самостоятельность, инициативность, способность планировать свое время;
- хорошие организаторские навыки и желание работать в команде, честность и надежность;
- знание эстонского языка на высшую категорию и знание русского языка как минимум на уровне общения.

Дополнительные навыки и умения:
- интерес и любовь к чтению;
- предыдущий опыт работы с детьми и молодежью;
- владение иностранными языками.

Мы предлагаем:
- разностороннюю и интересную работу;
- самосовершенствование и обучение;
- возможность применить творческий подход.

Дополнительная информация:
- полный рабочий день со вторника по субботу;
- приступить к работе с 01.02.2023;
- отпуск 28 календарных дней;
- брутто-зарплата от 1000 евро.

Место работы: город Маарду, Оруметса, 8.
Если вы считаете, что хотите стать новым членом нашей команды, ждем ваше резюме не позднее 17.01.2023 на адрес электронной почты: info@maardurk.ee

PRISMA
Качественный и недорогой.

BLACK FRIDAY

Предложения действительны 21-27.11 или до тех пор, пока товар будет в наличии.

25.11 БЕСПЛАТНАЯ доставка заказов из ePrisma на сумму от 20 €!
Код скидки: BLACKPRISMA22

Fazer
Черный хлеб
300 г (2,50/кг)
0,75 -29%
Обычная цена 1,05

Royal Gouda
Нарезанный сыр Black
150 г (9,93/кг)
1,49 -35%
Обычная цена 2,29

Magnum
Мороженое Mix, мультиупаковка 6 шт.
6 x 55 ml (0,63/шт.)
3,79 -42%
Обычная цена 6,59

Perwoll
Гель для стирки Renew Black
32 пак.
1,92 л (2,60/л)
4,99 -46%
Обычная цена 9,25

Rakvere
Сырокопченое внешнее свиное филе
100 г (14,90/кг)
1,49 -29%
Обычная цена 2,09

Elpozo
Сырокопченая салями Fuetec Iberico
150 г (16,60/кг)
2,49 -29%
Обычная цена 3,49

Saaremaa
Предварительно запеченный говяжий брискет
1 кг
12,99 -32%
Обычная цена 18,99

Sante
Обжаренные мюсли с фруктами
350 г (4,54/кг)
1,59 -27%
Обычная цена 2,19

Адвент-календарь Kultasuklaa
228 г (85,48/кг)
19,49 -24%
Обычная цена 25,49

С каждой покупки кешбэк до 3%.