следи за нами в соцсетях
КОГДА ХОЧЕТСЯ БОЛЬШЕГО

На крыльях «ДРОЗДа»
Стр. 2

Культурная среда
Стр. 3

Рецепты от Сергея
Стр. 4

№ 29 (999)
19 июля 2021
www.pro-volhov.ru
http://vk.com/provolhov

Тираж 30000 экземпляров

Провинция

северо-запад 16+

Ежедневное обновление новостей в сетевом издании «ПРО ВОЛХОВ»: www.pro-volhov.ru

Газета «Провинция. Северо-Запад». Газета Волховского района Ленинградской области.

Всерьёз и надолго

История повторяется, и эта аксиома не требует доказательств – достаточно посмотреть на историю нашего города. Девять лет назад в Волхове началась новая эра, связанная с приходом в его жизнь компании «ФосАгро». В город приехали «переселенцы»: инженеры и строители. На промышленной площадке началась большая стройка. Всё это уже было в 20-е годы прошлого столетия, когда на берегах Волхова начали возводить ГЭС, а чуть позднее – алюминиевый завод. Сегодняшний наш собеседник размышляет о судьбе Волхова, тесно переплетающейся теперь и с его личной судьбой. Знакомьтесь – Сергей Лобанов, заместитель директора Волховского филиала АО «Апатит».

– Сергей Андреевич, как Вы оказались в нашем городе?

– Моя жизнь связана с Волховом с апреля 2015-го года. Тогда, почти шесть лет назад, руководство компании «ФосАгро» сказало мне: «Едешь руководить волховским заводом». Так я стал директором одного из самых старых действующих производственных предприятий постсоветского пространства. Первенец алюминиевой промышленности, завод уже тогда не существовал, работало только химическое крыло, выведенное в «Метахим». «ФосАгро» приняла сложное решение развивать морально и физически устаревшие мощности. Я отлично понимал свою ответственность перед городом и сотрудниками, которые верили, что их завод будет жить.

И очень скоро влюбился в предприятие, мы начали приводить его в порядок. Компания, придя в Волхов всерьёз и надолго, стала выделять средства на развитие города. У нас собралась потрясающая команда людей, которые готовы творить в таком темпе, что иногда сам удивляешься. Ведь мы работаем по принципу не успеешь – опоздаешь на всю жизнь. Здесь бережно хранят лучшие традиции не одного, не двух и не трёх десятилетий людей с серьёзными профессиями: химиков, металлургов.

Работы было невпроворот, но я понимал, что при таком темпе надо себя восстанавливать. Без физических нагрузок – никуда. Занялся бегом, велосипедным спортом. Тихий, спокойный город к этому очень располагает. Так я начал влюбляться в город, его тихие улицы, парки. Город – это его жители, а они у нас очень приветливые.

Как и многие российские города, Волхов только сейчас всерьёз начал восстанавливать свою инфраструктуру. Да, конечно, многие вещи обидны и мне. Где-то у нас канализация не такая или дом разваливается. В чём-то это наша национальная трагедия, в чём-то – недоработка отдельных госструктур. Поэтому завод сегодня по возможности помогает Волхову.

– И люди знают, что «ФосАгро» всегда держит слово.

– Вот этим мы и отличаемся, работая в компании. Я никогда не скажу, что сделаю, если есть хоть маленькая толика сомнения. Но представляете, когда к тебе на улице подходят дети и говорят: «Здравствуйте, Сергей Андреевич! А мы знаем, что вы замдиректора завода. У нас там в парке поручни сгнили, можете сделать?». Я отвечаю, что надо посмотреть, но, конечно, постараюсь помочь, потому что мы несём социальную ответственность. Я и сам хочу жить в комфортном городе, работать на комфортном предприятии. И поскольку сегодня мне руководство компании доверило обеспечить исполнение обязанностей, в том числе и в улучшения качества жизни в Волхове, я хочу, чтобы это было на высоком уровне.

– В этом году «ФосАгро» отмечает 20-летие. Мы, горожане, тоже чувствуем себя причастными к вашему празднику, поскольку проходит масса мероприятий. Следующий год для Волхова будет не менее важным – заводу исполнится 90 лет. Поделитесь секретом: вы как-то готовитесь к этому юбилею?

– Что касается праздников… Их никогда не бывает много. И если ты хорошо поработал, то хочется и хорошо отдохнуть. А завод и заводчане хорошо поработали, мы заканчиваем первый этап реконструкции предприятия.

Огромной реконструкции, которая действительно является основой изменений заводской и городской жизни. И конечно, мы готовим праздник к 90-летию предприятия. Я не готов сейчас открыть какие-то секреты…

Скажу только, что создана рабочая группа, свёрстана программа, и по ней уже идут работы. Будет очень много всего интересного, но пусть это пока останется сюрпризом.

– Ну, если не хотите поделиться секретом, что ждёт Волхов в юбилейном для предприятия 2022-м году, расскажите, какие праздники любят в Вашей семье.

– Раньше я не любил свой день рождения, а сегодня люблю, потому что в этот день встречаюсь с семьёй дома: сын с невесткой, жена, тёща. Конечно, как и все, мы любим Новый год, когда в доме собираются родственники и друзья, человек до 15-ти. Этот шум, гам, атмосфера праздника! Мы отмечаем День химика, потому что мой тесть – потомственный химик, тёща отработала на заводе почти всю свою жизнь, супруга тоже трудилась на химическом предприятии.

И ещё один святой для меня праздник – День железнодорожника, потому что я окончил Санкт-Петербургский институт инженерно-железнодорожного транспорта. По моим железнодорожным стопам пошли одна из племянниц и сын. На самом деле, праздников очень-очень много и главная их ценность – возможность провести время с родными сердцу людьми.

Виктория ЛАЗАРЕВА

Провинция
№ 29, 19 июля 2021

На крыльях «ДРОЗДа»

Волхов – спортивная столица Ленинградской области. Такие слова в адрес нашего города в последние годы мы слышим всё чаще.

В 2015 году спортивная жизнь города получила новый толчок к развитию – сюда пришло Всероссийское движение «Детям России – Образование, Здоровье и Духовность – «ДРОЗД».

– В становлении нашей организации большую роль сыграл Сергей Андреевич Лобанов. В тот момент его как раз назначили директором производственного комплекса «ФосАгро». Можно сказать, что его работа в социальном направлении началась именно с «ДРОЗДа», – вспоминает директор АНО «ДРОЗД - Волхов» Михаил Говди.

С тех пор прошло шесть лет. И хоть в большой семье «ДРОЗДа» волховское отделение является самым молодым, в нём занимается каждый седьмой школьник по семи различным видам спорта.

В новостных заметках местных СМИ мы часто читаем о громких победах рукопашников или гандболистов. А чего стоит футбольная команда «Татьяна»? К женскому футболу соотечественникам ещё предстоит привыкнуть, но волховские девчонки уже входят в областную сборную «Ленинградочка» для участия в крупных турнирах.

Особенная пора для детворы – лето. Важно, чтобы освободившееся от учёбы время подрастающее поколение проводило с пользой. Эту задачу решает проект «Активное лето». В 2021 году проект получил региональный грант и теперь не только в Волхове, а во всём Волховском районе проводятся футбольные турниры.

– Этот проект встречают с радостью и теплом. Благодаря областной поддержке мы сделали спорт более доступным в поселениях, где спортивная инфраструктура развита не так, как в городах, – комментирует Михаил Говди. – Проект «ДРОЗД» создан для детей, но «Активное лето» и грант позволили нам охватить молодёжную аудиторию – от 18 до 35 лет.

Однако популяризацию массового спорта «ФосАгро» не ограничивается «ДРОЗДом». В волховских дворах уже появились три универсальные спортивные площадки, с радостью детвора принимала обновлённый скейт-парк. В этом году компания построит для волховчан ещё один скейт-парк и ещё две спортплощадки. Но, конечно, главным спортивным подарком стала лыжная база, возведённая по европейским стандартам.

За её строительством следили не только руководители ФосАгро, но и Дмитрий Ялов, вице-губернатор Ленинградской области - председатель комитета экономического развития и инвестиционной деятельности.

– Чем больше делает бизнес, тем лучше. Сделали не для «галочки», а по-настоящему, как для себя. По стилю это даже лучше, чем многие зарубежные спортивные базы, – дал свою оценку Дмитрий Ялов уже не как областной чиновник, а как приверженец лыжного спорта. – Я сам постоянно участвую в лыжных марафонах в России и за рубежом. Рассчитываю, что эта база станет комфортным домом для лыжников, бегунов, велосипедистов.

Так у жителей и гостей Волховского района появился современный объект для спорта и отдыха. То ли ещё будет?

Денис ТРУБИН

Комментарий

Дарья Прохорова, директор ФСЦ «Волхов»:

– Наш город сегодня активно развивается, и «ФосАгро» является одной из основных составляющих этого процесса. Спорту, как неотъемлемому аспекту социальной жизни, уделяется особое внимание!

Конечно, наиболее ярким событием за последнее время стало появление, благодаря компании, лыжной базы «Двугорье». Сделали новый асфальт при подъезде, благоустроили территорию внутри, поставили новый забор. Всё это уже успели по достоинству оценить волховчане. Огромное количество положительных отзывов и слов благодарности, которые мы получали на протяжении всего лыжного сезона, тому свидетельство. Но самое главное, что благодаря активному сотрудничеству предприятия и администрации Волховского района, развитие этого спортивного объекта продолжается. Сегодня начаты работы по подключению здания лыжной базы к сетям центрального отопления. В планах – строительство долгожданной освещённой лыжероллерной трассы.

ФСЦ «Волхов» активно сотрудничает с АНО «ДРОЗД - Волхов». Благодаря этому, мы можем чаще радовать волховчан совместными спортивными мероприятиями, получать дополнительную поддержку в обновлении спортинвентаря, формы, поощрении наиболее перспективных спортсменов.

Такое активное внимание к спортивной жизни города способствует постоянному увеличению количества занимающихся физкультурой и спортом, росту спортивных результатов. Всё это делает спорт популярным, комфортным и доступным!

Идеи от Лобанова

Сегодня только ленивый не видит, что в благоустройстве Волхова активно участвует Волховский комплекс «ФосАгро». Мы решили поинтересоваться, что предприятие планирует сделать в ближайшем будущем для улучшения качества жизни волховчан и облика города. Отвечает замдиректора ВФ АО «Апатит» Сергей Лобанов.

- Первое. Совместно с администрацией мы продолжаем работать над улучшением зоны призаводской территории. Вопросов много, некоторые требуют довольно длительной проработки и решения затягиваются. Тем не менее, мы продолжаем приводить в порядок парковки, озеленяем территорию. Волховское ноу-хау – реконструкция автобусных остановок около храма и заводского музея. Это будут так называемые умные остановки. Что они из себя представляют? Прежде всего, электронное табло, позволяющее пассажирам видеть, какие автобусные маршруты останавливаются здесь, их интервал движения, время прихода автобуса на эту остановку. Также это возможность пассажиру зарядить свой гаджет. Ждём ваших предложений на название остановок. Победителей в конкурсе ждёт приз.

Второе. Мы, безусловно, продолжим строительство спортивных площадок в городе. Уверен, зон для занятия физической культурой много не бывает, поэтому эту работу мы будем вести и в дальнейшем

Третье. Когда-то на въезде из-под ж/д моста в правобережный Волхов в так называемом «дорожном треугольнике» стояла некая архитектурная конструкция. Я ее не застал. Сейчас это место смотрится неухоженно и сиротливо. Поэтому мы предлагаем администрации установить за счёт средств «ФосАгро» на этом месте современную светящуюся стелу. Думаю, уже в 2022 году мы это сделаем, и на «лице» города появится ещё одно симпатичное место.

Учение – ключ к успеху

Есть в нашей культуре такая поговорка: «Тяжело в учении - легко в бою». О чём это? Безусловно, о том, что как бы сложно не приходилось за партой, полученные именно за ней знания станут во взрослой жизни настоящим подспорьем. Только парты раньше были другими, и другими были дети.

Сегодняшнее подрастающее поколение требует особого подхода во всём. В том числе и в учении. Этот факт диктует новые условия современной системе образования. Впрочем, в качественном образовании подрастающего поколения заинтересовано не только государство, но и работодатели. Подтверждение тому — образовательные проекты «ФосАгро».

Появившийся когда-то в Волхове «ФосАгро - класс» уже перерос в «ФосАгро - школу». Проект реализуется на базе СОШ № 1. Стоит ли говорить о том, что за эти годы школа изменилась не только внешне. Здесь интересно учиться: интерактивные доски, 3D-оборудование, персональные планшеты, мультимедийная аппаратура. Вспомним, с какой радостью в школе открывали библиотеку нового формата. А в этом году компания в честь своего 20-летия подарила ребятам необыкновенную доску с периодической системой Д.И. Менделеева, где каждый элемент представлен в своём физическом воплощении. Не на словах, а на практике ребята могут знакомиться с экспонатами.

– Сейчас дети чуть ли не с колясок владеют телефонами. Они продвинутые пользователи нашего технического мира. Вот и с этой доской ребята уже лучше меня разобрались, она вызвала у них неподдельный интерес. И мы с удовольствием будем использовать её в учении, – поделилась в день открытия доски Менделеева учитель химии школы № 1 Ольга Алексеевна Десятниченко. – Химия – экспериментальная наука, и здесь есть возможность познакомиться с веществами так, как будто они у тебя в руках – это большой плюс. Нашим детям повезло ещё и в том плане, что «ФосАгро» организует для нас выезды в Санкт-Петербургский Горный университет, где есть замечательнейший музей с образцами минералов и веществ. Такое знакомство ребят с химией повысит интерес ребят к науке.

Так «ФосАгро» взращивает будущих химиков и горняков. Ближе познакомиться с точными науками школьники могут, углублённо обучаясь на физико-математических и химических профилях, посещая масштабные форумы, образовательные центры России и предприятия компании. В ходе экскурсий на производственные площадки школьники погружаются в мир профессий – возможно, одну из них они и выберут в будущем.

Для этого в «ФосАгро» существует система «школа – вуз – предприятие». Так, выпускники волховской школы № 1 могут получить целевое направление, гарантировано отучиться в престижном отраслевом вузе, получая при этом повышенную стипендию, а потом гарантировано получить место работы на предприятии. Такая цепочка даёт подросткам уверенность в своём завтрашнем дне и формирует конкретные цели.

– Система «школа - вуз - предприятие» имеет большое значение в моей карьере, – уверена выпускница волховской «ФосАгро - школы», студентка Горного университета Екатерина Рахнова. – Думаю, что обучаясь в среднестатистической школе, вряд ли я получила бы такой опыт. Также благодаря обучению в «ФосАгро - классе» я близко познакомилась с Санкт-Петербургским Горным университетом и принимала участие в олимпиадах на его базе. Этот вуз вызвал у меня большой интерес, и я выбрала целевое обучение от компании «ФосАгро». Все мы знаем о проблеме трудоустройства выпускников. Но передо мной такая проблема не стоит. Система «школа - вуз - предприятие» – залог моего успешного будущего.

Впрочем, «ФосАгро» связана не только с первой школой. Свою поддержку компания оказывает и самой многочисленной школе Волховского района – восьмой.

– Два года назад мы обратились к заместителю директора Волховского филиала АО «Апатит» Сергею Андреевичу Лобанову, чтобы компания помогла нам отремонтировать спортивную площадку. В кратчайшие сроки в летний период вопрос был решён, – делится директор СОШ № 8 Андрей Юрьевич Романов. – В этом году мы снова обратились к Сергею Андреевичу с просьбой выделить средства на ремонт гравийной площадки перед самой школой. Мы используем её и для физического воспитания, и для игр группы продлённого дня. Так что, благодаря “ФосАгро” эта площадка к 1 сентября будет приведена в состояние боевой готовности. Приятно работать с компанией, когда мы обращаемся к Сергею Андреевичу Лобанову, все вопросы решаются оперативно и чётко.

Впрочем, это всё «взрослые» разговоры, а есть приятная новость и для самых юных – традиционно на торжественной линейке 1 сентября все первоклашки Волхова получат от «ФосАгро» подарки, которые обязательно помогут им в учении, чтобы потом в «бою» было легко.

Денис ТРУБИН

Провинция
№ 29, 19 июля 2021

ВОПРОС - ОТВЕТ

Сергей Лобанов об экологии, жилье для волховчан и безопасном транспорте

– Где и когда будет установлен экологический пост в Волхове-1?

– «ФосАгро» всегда выполняет все свои обещания и делает всё возможное для борьбы за чистоту воздуха в городе. Мы идём навстречу жителям в борьбе за экологию, выполняем мероприятия по снижению возможных экологических рисков со стороны своей производственной деятельности, разрабатываем проекты по установке экопостов за контролем окружающего воздуха. Напомню, первый пост был построен в прошлом году в правобережной части города.

В июне на выездном заседании экологического совета при главе администрации Волховского муниципального района, в котором приняли участие представители администрации, общественности города, ВФ АО «Апатит» и ресурсоснабжающих организаций, было определено место размещения второго стационарного экопоста в левобережной части Волхова. Участникам заседания было предложено три варианта для установки поста круглосуточного мониторинга атмосферного воздуха. Единогласно они определили место примерно в 50 метрах от фасада с восточной стороны дома № 1 пер. Железнодорожный.

Уже в этом году волховчане, проживающие в левобережной части города, так же, как и жители правобережного Волхова, в онлайн режиме круглосуточно смогут наблюдать состояние окружающей среды, в которой они находятся.

– «ФосАгро» планирует строить современные красивые дома в Волхове. Заводчанам, конечно, хорошо. А будет ли отведено какое-то количество квартир для волховчан, попадающих под федеральные и региональные программы: переселение из ветхого жилья, дети-сироты и т.д.? И будете ли строить жильё во втором Волхове?

– Мы же уже давно перестали делить город на два населённых пункта: Волхов 1 и Волхов 2. Компания «ФосАгро» активно инвестирует в социальные объекты города, расположенные по обе стороны реки.

Отвечая на вопрос по поводу реализации проекта, который предусматривает строительство жилого комплекса на 305 квартир в правобореженой части Волхова скажу, что в настоящее время проектная организация выполняет разработку проекта планировки территории (ППТ). Этот проект успешно согласован во всех 11 комитетах администрации Ленинградской области. Недавно утверждён очень важный документ – Правила застройки и землепользования города (ПЗЗ) - это приложение к его Генеральному плану. Принятие новых ПЗЗ потребовало внести корректировки в ППТ, в настоящее время проектная организация это и делает.

Что касается выделения квартир для нуждающихся категорий граждан города Волхова, то такая практика имеет место. В какой-то мере их количество зависит и от степени участия бюджета города и области в реализации данного проекта.

- В нашем городе всё популярнее становится такой экологичный вид транспорта, как велосипеды, а велодорожек, мягко говоря, маловато… Поэтому передвижение на двухколёсном «авто», хоть и экологично, не очень безопасно. Поможет ли «ФосАгро» в создании велосипедной инфраструктуры в городе?

– Друзья, вы видите, как «рванул» город в своём развитии, в том числе за счёт благотворительной помощи «ФосАгро». Лучше, конечно, последовательно совершенствовать начатые проекты, чем бросать их на полпути и браться за новые. Поэтому в текущем году администрация города планирует разработать за счёт своих средств проект лыже-роллерной трассы в районе лыжной базы «Двугорье». Мы в этом году подключим к сетям ЛОТЭК отопление на «Двугорье». В следующем году, если проект будет всеми одобрен, вернёмся к планам превращения базы во всесезонный объект.

А что касается велосипедной инфраструктуры – я сам заядлый велосипедист, проезжаю после работы по 20-30 километров. Согласен, вопрос создания велодорожек в городе тоже созрел. Знаю, что администрация уже вплотную начала проработку данной темы. Будем думать, обсуждать с руководством района, уверен, в ближайшее время найдём решение.

Культурная среда

Сколько бы не появлялось новых источников информации в современном интернет-пространстве, во все времена остаются востребованными классические музеи. Конечно, если они отвечают современным запросам и тенденциям в быстро меняющемся обществе. Ведь они – надёжные хранители исторической памяти и наследия прошедших эпох и поколений.

Для меня 2021-й год памятен двумя событиями: 30 лет назад был открыт наш заводской музей, и прошло пять лет со дня второго его рождения, когда он приобрёл современный вид.

Целый год (2015-2016) проходила его масштабная реконструкция: перепланировка помещения, замена отопительной системы, установка в новом интерьере архивного материала и оборудования и современного интерактива. Появились конференц-зоны и выставочные витрины, зоны отдыха для посетителей.

Тогда, в мае 2016 года, заводской музей снова стал принимать посетителей, а на бывшей водонапорной башне началась реконструкция. И уже через год был открыт ещё один музейный объект – интерактивно-познавательный центр «Пятнадцатый элемент».

Одновременно с реконструкцией музея и башни шла большая работа по благоустройству прилегающей к ним территории.

Всё это обновление проходило с непосредственным участием Сергея Андреевича Лобанова. Это действительно было так! Поначалу меня удивили его частые появления на объектах, не связанных с производственной деятельностью предприятия. За долгое время работы в музее видеть здесь руководство завода приходилось крайне редко. Вскоре я понял, что Сергей Андреевич по-настоящему «заболел» музеем. В нём я увидел неподдельный интерес к богатой истории нашего предприятия, а самое главное – огромное желание сделать наш музейный центр образцом для других производственных музеев.

Так и случилось. Сегодня музейно-выставочный центр «ФосАгро - Волхов» занимает ведущую роль в культурно-просветительской и профориентационной жизни Волхова, является центром притяжения волховчан и гостей нашего города.

Виктор АСТАФЬЕВ,
руководитель заводского музея
в 1991-2016 гг.,
почётный гражданин города Волхова

Пока не похоронен последний солдат…

В конце июля в Бережковском поселении состоится торжественное захоронение неизвестного солдата. Об обнаружении останков сообщил местный житель. 17 мая на место выехали поисковый отряд «Пересвет» и следственный комитет.

«Останки были на поверхности, стали копать. Обнаружили ещё часть тела. У бойца не было таза. На месте раскопок нашли личные вещи: кошелёк с монетками, ключи от дома, расчёску, бритву и православный крестик. К сожалению, медальона не было, надписей на личных вещах тоже. Боец Великой Отечественной войны останется неизвестным, но будет похоронен с почестями. Сейчас идёт подготовка к торжественному захоронению», – сообщил командир поискового отряда «Пересвет» Алексей Пунанов.

Такие события – редки, но именно ради этого существует поисковое движение России.

Начальник ПГСП (г. Волхов ЧГСО – филиала «Агрохимбезопасность») и заместитель командира отряда «Пересвет» Александр Анускин присоединился к поисковому движению в 2012 году. Тогда он служил в МЧС. В том году к 20-летию поисково-спасательной службы МЧС России был организован Всероссийский автопробег. Патриотические акции проходили по всей территории России – от Калининграда до Дальнего Востока, в том числе и на территории Волховского района.

Так, МЧС совместно с поисковым отрядом «Пересвет» установили в Кисельне памятник погибшим лётчикам. Обломки самолёта были подняты бойцами отряда неподалёку от деревни Кипуя Кисельнинского поселения. Было принято решение установить памятный обелиск в п. Кисельня.

Для подобных событий всегда нужны спонсоры. Одним из них стал волховский комплекс «ФосАгро». Тогда в состав предприятия ещё входило цементное производство. Из тонны цемента изготовили тротуарную плитку для благоустройства территории вокруг памятника.

Сотрудничество «Пересвета» с «ФосАгро» продолжается и сегодня. Компания принимала участие в установке монумента морским пехотинцам в Бережках, в захоронении неизвестного солдата в Усадище. Сотрудничают и по музейной линии. В позапрошлом году в заводском музейном центре была представлена выставка находок отряда «Пересвет». В этом году была другая выставка, но её дополнили экспонатами поискового отряда.

В этом году поисковики обратились к заместителю директора Волховского филиала АО «Апатит» с ещё одной просьбой – приобрести для бойцов форменное обмундирование. Дело сделано. 37 комплектов сегодня в распоряжении «Пересвета».

– Я всегда нахожу живой отзыв у Сергея Андреевича Лобанова, – говорит Александр Анускин. – Этот руководитель к патриотическим вопросам относится очень серьёзно, понимает их значимость. Взгляды бойцов поискового отряда в вопросах сохранения истории плотно пересекаются с его взглядами. Поэтому разговор всегда идёт на одной волне.

Быть бойцом поискового движения – работа далеко не для каждого. Недели жизни в лесу, под дождём, километры пройденных полей и болот, на плечах – килограммы оборудования, необходимого для поиска павших героев. Потребность к этому должна быть в сердце. Иначе никак.

– У меня отец воевал, – продолжает Александр Анускин. – Я сын ветерана Великой Отечественной войны. К тому же, я всю жизнь в погонах, и чувства патриотизма и переживания за историю страны мне близки. Это мой долг перед родителями и Родиной.

Ведь недаром говорят, война не закончена, пока не похоронен последний солдат.

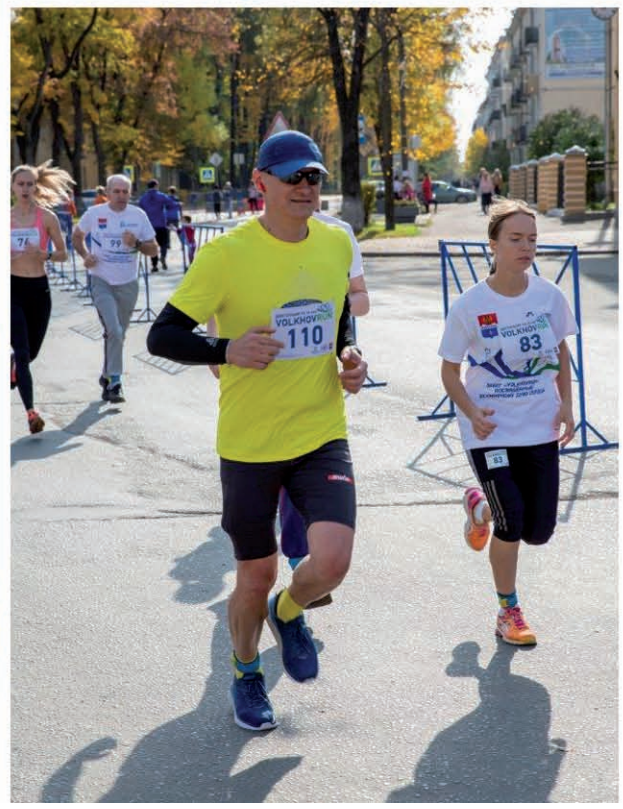
Денис ТРУБИН

Провинция
№ 29, 19 июля 2021

Пять советов от Сергея Лобанова

«Как сделать свою жизнь гармоничной»

1. Заниматься спортом по мере физических и материальных возможностей: бег, ходьба, велосипед, плавание и т.д.
2. Вести активный образ жизни вопреки «не могу» или «не хочу».
3. Ставить перед собой задачи и определять срок решения.
4. Планировать каждый свой день.
5. Оставаться самим собой и идти по жизни с оптимизмом.



Рецепты от Сергея

Я родом из Советского Союза: родился в Белоруссии, мама сейчас живёт в Молдавии. Поэтому и семейная кухня у нас многонациональная. Вот, пожалуй, любимые блюда нашей семьи.

Колдуны белорусские

В рецепт колдунов входят простые и доступные ингредиенты.

В 500 г мясного фарша добавляем приправу, соль и перец по вкусу, мелко рубленный свежий укроп, а также лук (100 г) и чеснок, наливаем 100 мл холодной воды. Фарш укладываем в пакет, завязываем его и отбиваем об стол раз сто. Так он станет более нежным и сочным. Кладём фарш в холодильник.

Чистим и моем картофель (2 кг), измельчаем его на мелкой терке. Из полученной массы отжимаем картофельный сок, сливаем его, а крахмал добавляем к отжатой картофельной массе. Туда же насыпаем приправу для картофеля и соль, перемешиваем. Делим картофельную массу на кусочки одинакового размера. Столько же заготовок делаем из мясного фарша. Шарик картофельного теста тонко расплющиваем в лепешку, в центр кладем мясную котлетку. После этого аккуратно заворачиваем мясную начинку в картофельное тесто, уплотняем её ладонями. Таким образом формируем все колдуны.

Укладываем колдуны одним слоем в форму для запекания, наливаем стакан кипятка (можно использовать овощной, куриный или мясной бульон). Затягиваем форму фольгой и ставим в предварительно подогретую духовку на средний уровень. Готовим белорусские колдуны при 200 градусах под фольгой 20-25 минут, после чего снимаем фольгу и допекаем их ещё 10-15 минут. Подаём в горячем виде со сметаной и свежей зеленью.

Мамалыга в горшочке

Для приготовления двух порций нам понадобится кукурузная крупа, топлёный курдючный жир (или любое масло по вкусу), соль.

Берём небольшой горшочек (900 мл), засыпаем в него неполный стакан крупы, заливаем кипятком, солим. Количество воды зависит от того, насколько жидкую кашу вы любите. Ставим на час в духовку на средний огонь. После этого вынимаем и заправляем жиром, который вам больше по вкусу (сливочное масло, оливковое, топленое сало), перемешиваем и оставляем постоять ещё минут 15-20. Мамалыгу можно есть как горячей, так и холодной, – она будет вкусной в любом виде.

Рыба под маринадом

Треску (или любую другую белую рыбу) 1 кг помыть и высушить бумажным полотенцем. Посолить, поперчить, слегка обвалять в муке и обжарить до золотистой корочки. Сложить в ёмкость, которую можно ставить в духовку.

Приготовить маринад:
– 0,5 кг лука репчатого порезать полукольцами.
– 0,5 кг моркови натереть на крупной тёрке.
Всё это обжарить на растительном масле.

В конце обжарки добавить 150 гр краснодарского соуса и протушить. Далее заливаем маринадом рыбу и ставим в духовку на 10 мин на 180 градусов.

Остудить и холодной подавать к столу!

Газета «Провинция. Северо-Запад». Учредитель: Смирнов А.Ю.
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-Западному федеральному округу. ПИ № ФС2-8188 от 25.07.2006. **Адрес редакции и издателя:** 187401, Ленинградская область, **г. Волхов, ул. 8 марта, д. 7., пом. 507.** Телефоны: 8 (81363) 71338, 73347, 78404.
Официальный сайт: http://pro-volhov.ru/ **Мы Вконтакте:** https://vk.com/provolhov
E-mail: vo_reklama@mail.ru, ognivo2002@mail.ru.
За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несёт и справок по ним не даёт. Мнения авторов и редакции могут не совпадать.
При перепечатке ссылка на газету «Провинция. Северо-Запад» обязательна.
Номер подписан в печать по графику и фактически: 18.07.2021 г. в 00 часов 15 минут.
Газета выходит: один - два раза в неделю. Распространяется по подписке и в розницу (цена - свободная). Часть тиража распространяется бесплатно.
Индексы издания в подписном каталоге: на 1-е полугодие - основной: **24734**; для ветеранов: **Л 4734**. **На второе полугодие** - основной - **ПИ 996**; для ветеранов ВОВ и инвалидов 1, 2 групп - **ПИ 999.**
Издатель: ООО «Волховская городская телерадиокомпания».
Главный редактор - Смирнов А.Ю.
Выпускающий редактор и корректор номера - Бакутина В.Г.
Вёрстка: Александр Смирнов, Маргарита Клешнёва, Роман Евсеев.
Художник по рекламе - Роман Евсеев.
Менеджер по рекламе - 8-921-44-22-999.
Отпечатана с готовых оригинал-макетов в типографии ООО "Типографский комплекс "Девиз". 195027, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корпус 2, литер А, помещение 44.
Тираж: 30000 экземпляров. Заказ № 3856