# Nro 3 2019 • SUOMEN VENÄJÄNKIELINEN KUUKAUSIJULKAISU РУССКОЯЗЫЧНАЯ ГАЗЕТА ФИНЛЯНДИИ • № 3 2019





**Интервью посла РФ в Финляндии** стр. **5** 

**Яркая палитра финских выборов стр. 6–7** 

Защищаем компьютер от вирусов стр. 11

**Финские марки – лучшие!**стр. **13** 











# КУРОРТ ВЯРСКА - лечебная грязь и минеральные воды



# Это лечение действует лучше

По данным исследования Центра Курортного лечения и Реабилитации, процедуры курорта Вярска показали наиболее эффективный результат в Эстонии. Самочувствие после 6-дневного лечения грязью и минеральными ваннами было ощутимо лучше даже после шести месяцев.

348€ 274€

Цена за одного человека, при заказе на двоих

- 6 суток размещения (место в 2-местном номере)
- 17 раз питание
- индивидуальная консультация
- 15 эффективных процедур
- вход на танцевальный вечер
- скидка при заказе на двоих

Обычная цена на одного 348 €

тел. +372 7993901 | www.spavarska.ee | info@spavarska.ee





# Даниэль Сазонов

стью языками, в том числе русским языком.

# Наш человек в парламент!

На этих выборах у нас есть реальная возможность получить русскоязычного депутата в парламент.

Для этого нужен ваш голос.

Голосуйте в Хельсинки за Даниэля Сазонова!

> Депутат муниципального совета, председатель депутатской группы коалиционной партии и член правления города Хельсинки.

> > Специальный советник министра образования.

218

20.03.-17.04.2019

# Смена власти

До выборов в парламент остаются считанные недели, и под самое окончание срока своей работы финское правительство ушло в отставку.

Между тем, результаты четырехлетней работы команды Сипиля вполне можно признать хорошими, в особенности, если говорить об экономических показателях. Рост государственного долга удалось замедлить, а экономика страны растет. В течение последнего периода работы правительства в Финляндии создано 140 000 рабочих мест, и это повод для гордости. Огромное количество людей смогли трудоустроиться, а значит и устроить свою жизнь. Особенно радует, что 22 000 из общего числа это вышедшая на работу молодежь, чье трудоустройство особенно важно с точки зрения будущего страны.

Помимо масштабных реформ и проектов в системе народного хозяйства, за последние четыре года были проведены многочисленные изменения в самых разных сферах государственного управления. Например, ужесточена ответственность за сексуальные преступления, изменена политика приема беженцев с точки зрения введения более четких критериев для принятия соответствующих решений, магазины стали работать по праздникам и выходным дням, в школах организованы дополнительные занятия спортом, а изучение иностранных языков теперь начинается с первого класса.

Хочу особо отметить одно конкретное изменение в сфере преподавания: возможность изучения родного языка. Работая специальным советником министра образования, я принимал активное участие в разработке семейной программы Коалиционной партии, которая была опубликована прошлой осенью. Партия «Кокоомус» выступает за введение гарантий изучения и сохранения родного языка для всех детей. На этом основании



при министерстве образования была создана рабочая группа, одной из основных задач которой стала разработка практических мер для усиления роли родного языка в образовательной программе начальной школы. Дело движется, если есть желание.

Какие вопросы предстоит решить следующему правительству? Лично я, как депутат, выступаю за Финляндию, в которой каждый может получить достойное образование и работать по призванию, в которой люди могут не боятся принимать вызовы времени и готовы своим трудом улучшить качество жизни, осуществить мечты и достичь поставленные цели. Нам надо и дальше оставаться обществом, где каждому гарантирована забота, где жизнь реально меняется в лучшую сторону. Финляндия должна быть обществом граждан, уверенных в завтрашнем дне.

Это возможно, если в стране будет достаточно рабочих мест, компании будут инвестировать в будущее, а экономика страны будет сильной. Поэтому нам необходимо принять ответственные решения, в частности, провести реформу системы социального обеспечения и снизить подоходное налогообложение.

Как житель Хельсинки не могу не заявить, что нынешнее правительство приняло ряд решений, противоречащих интересам столицы. Это нужно менять. Политическая практика «пирога с казенной начинкой» должна уйти в прошлое. Нельзя мириться с ситуацией, когда те или иные решения принимаются с целью продвижения интересов, предлагающих эти решения депутатов. В парламенте нужно отстаивать интересы городов, и в особенности Хельсинки. Это важнейший вопрос для всей страны!

В начале этого года я писал об активности на выборах среди разных языковых групп. Думаю, что сейчас самое время еще раз обратиться к этим показателям. На прошлых выборах избирательная активность среди русскоязычных жителей страны составила 19,7%. Для сравнения скажу, что среди говорящих на курдском языке проголосовали 31,4% имеющих право голоса. Активность граждан, говорящих на немецком языке, составила 50%, а доля проголосовавших избирателей из числа говорящих на сомалийском языке достигла 53%.

Именно от активности избирателей напрямую зависит то, какой политической повестке будут следовать органы власти, а также то, кто будет представлять ваши интересы в муниципальных советах и парламенте Финляндии. Не пренебрегайте своим избирательным правом! Голосуйте за своего кандидата!

Даниель Сазонов Депутат Городского Совета Хельсинки

# Голосуй на выборах!

История финской представительской демократии насчитывает более ста лет. Высшая власть в стране принадлежит двумстам депутатам, заседающим в парламенте Финляндии. На парламентских выборах каждый, кто имеет право голоса, может повлиять на то, каким будет состав парламента, то есть какой будет высшая власть в стране. При голосовании не учитывается ни положение в обществе, ни финансовая состоятельность гражданина. Все равны.

Известно, что свое право голосовать в основном используют люди с достаточным уровнем образования и стабильным доходом. Они понимают всю важность участия в выборах. Малоимущие граждане с низким уровнем образования часто пренебрегают своим гражданским правом. Подобная ситуация сложилась во многих странах. Даже в развитых демократиях не редкость, когда более слабые отдают право выбора более сильным.

Количество переселенцев в Финляндии постоянно растет. В стране насчитывается около восьмидесяти тысяч русскоязычных жителей, и данная группа занимает по численности второе место после шведоязычных финнов. Основная часть говорящих по-русски имеет право голоса на парламентских выборах.

На данный момент в Финляндии есть только одна партия, объединяющая людей по языковому принципу, – Шведская народная партия. Одной из основных ее задач является сохранение особого статуса шведского языка в Финляндии. На политической арене партия придерживается правого крыла, причем по многим вопросам занимает более правую позицию, чем даже коалиционная партия «Кокоомус». Уровень поддержки партии традиционно держится на отметке в пять процентов, что соответствует количеству финских шведов в стране.

Организация партии русскоязычных пока не представляется возможной, так как количество говорящих на русском языке не столь велико. Несмотря на это в среде русскоязычных есть весьма серьезные предпосылки для объединения.

Конечно, один депутат не сможет решить всех проблем, но активный и деловой человек в парламенте может сделать многое. Хорошим примером можно считать инициированную мною практику использования номера налоговой регистрации. Политикам и чиновникам никогда не пришло бы в голову выступить с подобной инициативой, а многие из них даже пытались препятствовать введению этой практики. Годы упорной работы увенчались успехом, и нам удалось



закрепить на законодательном уровне практику обязательного использования налоговой регистрации и систему контроля за расходами в сфере строительства. На данный момент это передовой опыт в мировой практике в борьбе с теневой экономикой.

Я не могу сказать, что в курсе всех проблем, которые тревожат русскоязычных жителей Финляндии. Однако я уверен, что многие из этих проблем можно решить. Главное, начать работать в этом направлении, ведь само по себе ничего не изменится.

На весенних парламентских выборах я баллотируюсь в избирательном округе Уусимаа как независимый кандидат по спискам «Левого Союза». Все свою жизнь я посвятил отстаиванию прав малоимущих и самых незащищенных членов нашего общества. Богатые и сильные не нуждаются в моей поддержке. На своем трудовом пути мне удалось добиться многого.

Когда-то я начал учить русский язык, и теперь у меня появилась отличная возможность стать автором постоянной колонки в газете «Спектр». Язык - это ключ к пониманию культуры и сближению народов. Мы говорим на разных языках, для одних из нас родным языком является финский, для других – русский, но мы очень близки по духу. Я уверен, что разнообразие языков обогащает наше общество.

Кюёсти Суокас

Заместитель председателя Профсоюза Строителей Финляндии

# Свои вопросы авторам колонок вы можете присылать по agpecy: info@spektr.fi



Издатель/Julkaisija: Spektr Kustannus Ov Unioninkatu 20–22, 00130 Helsinki

info@spektr.fi, www.spektr.fi Редакция/Toimitus: +358 50 513 49 66, +358 40 504 30 17

Маркетинг, продажа рекламы Markkinointi ja ilmoitusmyynti: Spektr Kustannus Oy

«Спектр» № 4 / 2019 выйдет 17.04.2019 подача материалов до 03.04.2019

Главный редактор Владимир Гусатинский Дизайн Алексей Иванов Волонтеры Эйла Хонкасало, Наталия Михайлова Амиран Зоидзе Владимир Пищалев Светлана Гирс Наталия Зиновьева

Päätoimittaia Vladimir Gusatinsky Ulkoasu Alexei Ivanov Avustajat Eila Honkasalo Natalia Mihailova Amiran Zoidze Vladimir Pishalev **Svetlana Girs** Natalia Zinovjeva

Макет и верстка/Taitto: Spektr Kustannus Oy Типография/Painopaikka: Botnia-Print Oy, Kokkola. Тел./puh. 06-827 2000 Тираж номера (экз.)/ Painosmäärä (kpl) 17.000 ISSN: 1456-7679

Обложка / Kuva:

Uusiutuva eduskunta, äänestä ydinvoima historiaan!

Свидетельство о регистрации средства массовой информации в РФ ПИ № ФС2-8525

Адрес: 196084, Санкт-Петербург, ул. Заставская, д.31, корп. 2. Тел.: +7 812 448 61 81

Редакция не несет ответственности за достоверность информации. опубликованной в рекламе. Точка зрения авторов не всегда совпадает с мнением редакции. Перепечатка любых материалов газеты допускается только с письменного разрешения редакции. Ссылка на «Спектр» обязательна. Не заказанные редакцией фотоматериалы и рукописи не

возвращаются и не рецензируются.

SPEKTR-LEHDEN SAAT mm. SEURAAVISTA PAIKOISTA: Helsingin Yliopisto • SokosHotellit • Aeroflotin toimisto • Helsingin matkailutoimisto • Suomi-Venäjä Seura • Makasiiniterminaali • Kirja- ja lehtikauppa RUSLANIA • Kaupungin kirjastot • Kulttuurikeskus Caisa • Työväenopisto • Suomalais-Venäläinen koulu • Venäjän Federaation konsulaatti • Moscow Trade House • Kohtaamispaikka Kasi • Venäjän tiede- ja kulttuurikeskus • Ortodoksiset kirkot • Inkerikeskus • Tvövoimatoimistot • Sosiaali- ia tervevsvirasto • Ulkomaalaispoliisi Pasilassa • Sadko-klubi • Itäkeskuksen uimahalli • STOA • Kierrätyskeskus • Satamat • Lentokenttä • Kanneltalo • Turku • Kouvola • Kotka • Hamina • Lappeenranta • Imatra • Loviisa • Vaalimaa · Nuijamaa · Moskovan, Pietarin, suurlähe-

tystön konsulaattiosastot

Спектр 20.03.–17.04.2019

# Успешное взаимодействие двух народов

# Интервью Посла России в Финляндии П. М. Кузнецова газете «Спектр»

Вы возглавляете российскую дипмиссию в Финляндии с 2017 года, но насколько я знаю, с Финляндией Вас связывает более долгая история. Как изменился характер отношений между нашими странами за время Вашей работы на дипломатической службе?

Я действительно начал дипломатическую службу в Посольстве на Техтаанкату почти 40 лет назад. Затем работал здесь в 1990-е годы. За это время мир вокруг нас существенно изменился, изменилась Финляндия, и, безусловно, изменения исторического масштаба произошли в моей родной стране. Но ключевые факторы, определяющие характер отношений между нашими странами, остались прежними. Это общая граница, многовековые культурно-исторические связи, экономические интересы и накопленный за последние десятилетия капитал взаимодействия и контактов между гражданами наших стран. Не изменилась и главная задача, которую ставят перед собой дипломаты обеих стран: сделать всё, чтобы российско-финляндская граница оставалась не только границей добрососедства и взаимовыгодного сотрудничества, но и гарантом стабильности и безопасности в регионе Балтийского моря и в Северной Европе в целом.

# В отношениях между нашими странами были разные времена. Как, можно охарактеризовать разные исторические периоды с точки зрения дипломатии?

Как я уже сказал, мы соседи. Столетиями наши народы живут бок о бок. Отношения между любыми соседями всегда многогранны. И в нашей совместной истории были разные периоды. Были трудные, к счастью, достаточно непродолжительные времена, но большую часть нашей истории народы России и Финляндии успешно взаимодействовали.

Благополучные в наших отношениях послевоенные десятилетия также пережили разные периоды. Была и эпоха Договора о дружбе, сотрудничестве и взаимной помощи. Был и непростой период 1990-х годов, когда пришлось перенастраивать всю систему политических и экономических отношений. В 2000-е годы сотрудничество между нашими странами, основанное на традициях добрососедского взаимопонимания и одновременно на принципах прагматизма, приобрело характер рав-

ноправного и взаимоуважительного партнёрства.

# Как бы Вы охарактеризовали период пребывания в стране в роли Чрезвычайного и Полномочного посла РФ, состояние и перспективы российско-финляндских отношений сегодня?

В последние годы российско-финляндские отношения сталкиваются с новыми вызовами, главный из которых - обострение отношений между Россией и Западом. Понятно, что это не могло не сказаться и на наших двусторонних связях. Но самое важное, однако, в том, что прочный фундамент добрососедства не позволил нашим отношениям разрушиться. Мы по-прежнему доверяем друг другу, по-прежнему готовы сотрудничать, вести диалог по любым вопросам, в том числе по тем, где наши взгляды расходятся. Очень важно, что и в нынешних непростых условиях Россия и Финляндия способны не только слушать, но и слышать друг друга. Это отвечает интересам российского и финляндского народов, на это нацелена и политическая воля руководства наших государств. Поэтому я с оптимизмом смотрю в будущее наших отношений.

# В этом году Финляндия будет председательствовать в ЕС. Как это повлияет на отношения между нашими странами?

К сожалению, отношения между Россией и Евросоюзом в последние годы очень сильно деградировали. Серьёзно подорвано взаимное доверие, над выстраиванием которого мы долго и упорно трудились. «Заморожена» многоуровневая российско-европейская архитектура сотрудничества, от саммитов до секторальных диалогов. Экономические санкции не способствуют развитию российской экономики. Хотя для всех должно быть уже очевидным, что попытки помешать экономическому и технологическому развитию России не удались и не удадутся. Европейские производители также терпят многомиллиардные убытки. Не думаю, что всё это в интересах европейцев.

Со своей стороны, мы открыты к развитию взаимодействия теми темпами, к которым готовы в Европе. Хотели бы видеть Евросоюз единым, крепким, самостоятельным партнёром, сплочённым не на искусственно поддержива-

емой антироссийской платформе, а на основе подлинных национальных интересов каждого народа Европы.

Как мне представляется, подавляющее большинство политических сил Финляндии выступает за нормализацию отношений России с Евросоюзом, за постепенное восстановление диалога между нами. В этой связи рассчитываю, что предстоящее председательство Финляндии в ЕС будет способствовать этим процессам, что в свою очередь будет расширять возможности для дальнейшего развития российско-финляндского двустороннего сотрудничества.

Наши страны связывают десятилетия взаимовыгодных торговых отношений. В последнее время в связи с политическими решениями ЕС, ситуация в сфере экономического взаимодействия между нашими странами осложнилась. Как обстоят дела в этой сфере и какие перспективы дальнейшего развития экономических отношений?

В торгово-экономической сфере, действительно, после принятия Евросоюзом ограничительных мер в отношении нашей страны, произошел существенный спад. Однако уже сейчас мы с удовлетворением отмечаем заметное восстановление объёмов двустороннего товарооборота, который за последние два года вырос более чем на 63% и достиг в 2018 г. отметки в 14,8 млрд. долларов США. Продолжает активно развиваться двустороннее инвестиционное сотрудничество. Совокупный объём инвестиций финских компаний в российскую экономику оценивается в 14-15 млрд. долларов США. Около 7 тысяч фирм и предприятий из Финляндии прямо или косвенно вовлечены в торговлю с Россией, около 650 компаний работают непосредственно в России, имеют там собственное производство или представительство.

Российские предприятия также успешно ведут свою деятельность в Финляндии в рамках крупных промышленных проектов в энергетике, горнодобывающей промышленности, фармацевтике, информационных и телекоммуникационных технологиях.

Главное, что бизнес наших стран настроен на восстановление и дальнейшее расширение деловых связей, на задействование новых направлений сотрудничества, прежде всего связанных с высокими технологиями, а также с теми отраслями, в которых традиционно сильны финны. Здесь и



Посол России в Финляндии Павел Маратович Кузнецов

лесобумажный сектор, и энергетика, особенно ориентированная на возобновляемые и безуглеродные источники, и тесно связанная с ней переработка отходов, призванная стать одним из элементов «замкнутого цикла» в экономике, и технологии, связанные с Арктикой, и информационно-телекоммуникационная отрасль. Санкции - дело временное, и рано или поздно они уйдут в историю. Важно сохранять созидательную повестку дня. Этой линии неизменно придерживается и будет придерживаться Россия.

# Что бы вы хотели сказать читателям газеты «Спектр»?

Думаю, что круг читателей «Спектра» достаточно широк, но, если я правильно понимаю, основная его аудитория – это выходцы из России, по разным причинам приехавшие в Финляндию на постоянное место жительства и обретшие здесь вторую родину. Обращаясь к российским сооте-

чественникам, хотел бы сказать следующее.

Проживая и работая здесь, вы вносите большой вклад в социально-экономическое и культурное развитие Финляндии, в дальнейшее процветание нашего доброго соседа - финляндского народа. Думаю, что и ваша жизнь здесь достаточно комфортна и созидательна для вас и ваших семей. У финнов много хороших качеств а хорошему не стыдно учиться. Поддерживая одновременно связи со своей исторической родиной Россией, сохраняя язык и культурные традиции, вы вносите большой вклад во взаимообогащение культур наших стран, расширяете базу для дальнейшего развития добрососедства и взаимовыгодного сотрудничества между нашими странами. Хотел бы пожелать вам успехов и благополучия, процветания вашей нынешней родине Финляндии и исторической - России.

а протяжении последних 20 лет в составе финского парламента и, как следствие, в составе правительства наблюдалось некоторое однообразие. В правительство парламентского большинства практически всегда входили три основные (в исторической перспективе) партии: Коалиционная партия (правоцентристская), Партия центра и Социал-демократическая партия. Различные комбинации из этих трех партий с периодическими вставками из числа других партий отлично покрывали весь спектр политических взглядов избирателей, так сказать, справа налево.

Деятельность же всей правительственной коалиции «Кокоомус-Кескуста-Истинные финны/ Синее будущее» вызывала за последние пару лет столько нареканий со стороны общества (вспомним хотя бы поддержанные профсоюзами многочисленные манифестации 2016–2018 года против политики сокращения социальных расходов), что возвращение социал-демократов на лидирующие позиции предвыборного рейтинга вряд ли кого удивило.

По данным последнего перед отставкой правительства 8 марта опроса, поддержка СДП составляла 21,3% против 16,2% у идущей на втором месте Коалиционной партии - хорошая заявка на ведущую роль в будущем правительстве. А вот нынешние лидеры Центристы чувствуют себя неуютно, опережая партию «Зеленых» всего на 0,4%, которым, в свою очередь, наступают на пятки «Истинные финны». Так что главной интригой выборов-2019 становится спор между «двумя оттенками синего и двумя оттенками зеленого» при явном лидерстве «красных», если обратить внимание на партийные цвета партий.

Понятно, что в ситуации отставки правительства и падения рейтинга Центристам приходится составлять предвыборную программу «Работаем во благо Финляндии» с особой тщательностью. Партия обещает своим избирателям Финляндию, где будет оказываться поддержка семьям во всем их разнообразии и особенно семьям с детьми и молодежи, так чтобы «никто не выпал из саней»; где будут расцветать бизнес и «шелестеть хвоей леса»; где старикам будет гарантирован не только почет, но и должный уход; где будет регулярно проводиться индексация пенсий, а минимальная государственная пенсия будет увеличена на 100 евро.

Подготовительный год и первые два года обучения в начальной школе станут отдельным модулем «школы для маленьких», а обязательность обучения предлагается поднять с 17-ти до 18-ти лет. Также всем школьникам обещаны доступные услуги психологов и всяческое искоренение случаев травли и агрессии. Молодежи в возрасте до 25 лет предвыборная программ партии Центра обещает бесплатные средства контрацепции.



# Цветовая палитра

Существенную часть предвыборных обещаний партии составляют программы поддержки работающего населения. Это и введение в долгосрочной перспективе базового дохода, не подлежащего налогообложению по мере увеличения дохода, и создание рабочих мест для более 100 000 человек, так чтобы довести уровень занятости до 75%, и улучшение положения самозанятых людей, и ослабление налогового пресса на предпринимателей, а также лиц со средним и низким доходом. Партии хотелось бы, чтобы новые технологии дали возможность тысячам чиновникам и служащим, живущим в столичном регионе, работать в иных регионах страны. Ну и было бы хорошо, чтобы в каждой из 19 областей Финляндии был хотя бы один

Что же касается экологической части, то партия Центра безусловно поддерживает работу по сокращению углеводородных выбросов, предлагает программу по восстановлению болот, развитию лесной промышленности и укреплению углеродсвязывающего потенциала лесов и угодий.

В вопросах внешней полити-

ки **партия Центра** выступает за усиление роли ООН и ЕС, обещая довести финансирование сотрудничества до международного показателя в 0,7% ВНД.

Единого с ЕС мнения партия Центра придерживается в политики сохранения экономических санкций к России, а на вопрос о вступлении в НАТО представители партии отвечают, что не видят причин для того, чтобы менять нынешнее положение дел, хотя все может быть.

А с чем идет на выборы **Коалиционная партия** (**КП**), весьма вероятный участник будущей правительственной коалиции?

Анализируя экономический раздел предвыборной программы КП «Верим в Финляндию», финские журналисты обращают внимание на обещание заморозить рост государственного долга страны (дополнительный бюджет на 2019 год уже сверстан с ростом на 200 млн евро с доведением общей суммы до 1,9 млрд).

Поднять экономику, по мнению **КП**, можно путем повышения уровня занятости с нынешних 72,6 до 75%, для чего нужно провести реформу налогообложения, социального обеспечения и трудовой жизни.

Важно, что все эти мероприятия рассматриваются как часть государственной программы, а не перекладываются исключительно на плечи самих граждан.

В области налогообложения КП предлагает перенести акцент с налогов, которые платят граждане, на налоги на алкоголь, табак и топливо. Так, предлагается ужесточение налогов на отопительное топливо, торф и другие отрасли топливного бизнеса, на табачные изделия, на безалкогольные напитки и на алкоголь, правда (правда, предлагается разрешить продажу алкоголя в продуктовых магазинах).

Все это, наряду с другими мерами (как то обязательная установка онлайн-касс, отмена льгот по НДС для товаров на сумму менее 22 евро, поступающих из-за пределов ЕС, увеличение налога на лотереи и др.), позволит собрать средства, достаточные, по подсчетам партийных экономистов, для того, чтобы избежать повышения налогов, которые выплачивают работающие граждане и пенсионеры.

Не обошла своим вниманием предвыборная программа КП и семьи с детьми. Им, как и пожилым, тоже обещаются всяческая

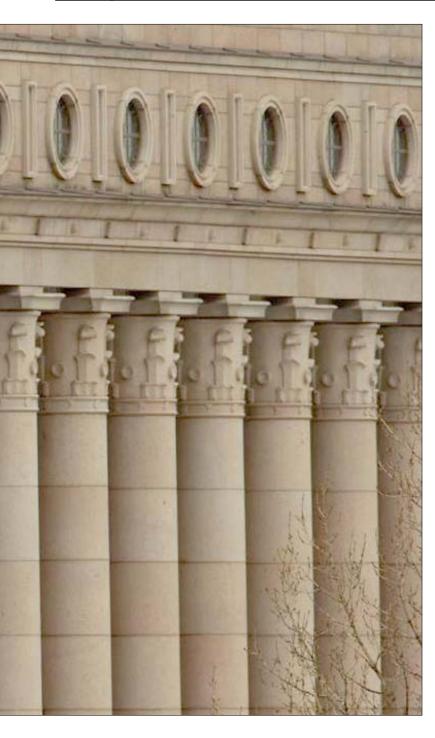
поддержка и помощь. Общая сумма инвестиций на действия, описанные в предвыборной программе, составляет около 500 миллионов евро, которые партия предлагает получить в рамках бюджета путем перераспределения структуры расходов.

Позиция **КП** по вопросам безопасности достаточно взвешенная. Особых угроз безопасности страны партия не видит, правда, для поддержания равноправия в обществе можно было бы ввести обязательную воинскую обязанность и для женщин тоже.

По вопросу вступления в НА-ТО партия выступает «за», считая, что членство в НАТО имело бы превентивный эффект, который улучшил бы безопасность Финляндии и укрепил бы международные позиции страны. Конечно же, не стоит снимать санкции к России, как и не следует отменять ранее заключенные договоры на поставку вооружения в Саудовскую Аравию и ОАЭ.

Трудно сказать, реализация какой из этих программ действительно улучшит жизнь финского обывателя. К сожалению, гадание на партийной гуще сбывается еще реже, чем на кофейной.

на кофеннон. Наталия Михайлова СПЕКТР 20.03.–17.04.2019



Синее будущее может стать непарламентской партией, так как ей вряд ли удастся преодолеть необходимый порог и набрать достаточное количество голосов избирателей. Последние рейтинги поддержки партии при проведении опросов не превышали двух процентов.

На нынешние выборы партия Истинные финны идет под председательством Юсси Халла-Ахо, известного своими неприкрытыми националистическими взглядами и неоднократно выступавшего с жесткой критикой правительства по вопросам национальной политики в отношении ми-

ты партии выступали с жесткой критикой решений действующего правительства, что позволило им не только восстановить рейтинг, но и более четко сформулировать основные тезисы программы партии.

Социал-демократическая партия Финляндии идет на выборы, выступая за сохранение принципов равноправия, уменьшение разницы в доходах, расширение гарантий образования, развитие международной деятельности рамках ЕС и других объединений государств, за продвижение принципа свободного перемещения трудовых ресурсов в

предвыборной программы Союза Зеленых вопросам экологии посвящено пять, а остальные пятнадцать касаются сферы социального обеспечения, равноправия и социальной справедливости, дополнительных гарантий в сфере образования, равных прав для всех членов общества, введения базового дохода и улучшения условий жизни для малоимущих, упрощения условий переезда для рабочих из третьих стран.

Согласно опросам, поддержку кандидатам Зеленого Союза могут оказать около четырнадцати процентов избирателей.

Левый Союз вступил в предвыборную борьбу за голоса избирателей под лозунгом «Справедливая Финляндия для всех, а не для избранных», который отлично отражает программу партии. Основные тезисы финских левых - это борьба с неравенством и бедностью, улучшение ситуации в сфере здравоохранения и социального обеспечения, снижение расходов на жизнь, повышение социальных выплат, ученических и студенческих пособий, выплат по безработице и пенсий, введение практики базового дохода и гарантий в области образования, а также обеспечение доступности занятий спортом для молодежи, предотвращение детской бедности, увеличение доходов семей с детьми, предотвращение т.н. регионального неравенства, борьба с безработицей и отмена введенной правительством санкционной «активной модели».

# СПРАВКА ПО ВЫБОРАМ:

# Парламентские выборы пройдут в Финляндии 14 апреля.

Предварительное голосование в Финляндии пройдет с 3–9 апреля. За пределами страны предварительное голосование закончится 6 апреля. Результаты голосования утвердят 17.4, а приступить к исполнению обязанности новый созыв парламентариев сможет уже 23 апреля 2019 года.

грантов. Лозунг предвыборной кампании партии «Голосуй за возвращение Финляндии» отлично характеризует консервативные взгляды партийных идеологов.

В экономической программе партии подчеркивается стремление к выходу из обременительных союзов и прекращение гарантий, ложащихся на Финляндию в рамках договоров ЕС. Особое внимание уделяется вопросу трудовой

рамках Союза, за развитие программ по интеграции переселенцев с сохранением всех социальных гарантий для жителей Финляндии.

Предвыборные тезисы СДП включают и конкретные предложения, среди которых увеличение базовых пенсий на 100 евро, расширение зоны бесплатного образования на гимназии и профтехучилища, увеличение студенческих

# финских выборов

В середине апреля в Финляндии пройдут парламентские выборы. Открепительные удостоверения для голосования были разосланы всем гражданам Финляндии в начале марта. Приводим краткий обзор политических программ некоторых парламентских партий страны.

ынешняя правительственная коалиция, объединившая дебютировавших в правительстве Истинных Финнов, партию Напиональная Коалиция и партию Финляндский Центр, сама по себе стала причиной скепсиса, и по началу многие аналитики высказывали уверенность, что страну ждет правительственный кризис. Однако, вошедшей в правительство партии Истинные финны удалось сохранить все министерские портфели, частично пожертвовав партийными принципами, что в какой-то степени стало причиной глубокого раскола в самой

Интересно, что партия, шедшая на прошлые выборы с обещаниями исправить экономику, урезать расходы на мигрантов, бороться с бедностью, усилить обороноспособность Финляндии, снизить безработицу, быстро пошла на компромисс с центристами и отчасти была вынуждена следовать противоречащей предвыборным обещаниям политике в отношении вопроса мигрантов и беженцев и ряда других позиций.

Это, скорее всего, можно считать одной из основных причин партийного раскола и появления на политическом небосводе Финляндии новой звезды под названием Синее будущее, объединившей всех основных «тяжеловесов» Истинных Финнов. К слову сказать, на выборах-2019

миграции и политике приема беженцев, которые расцениваются как чуть ли не основные вызовы экономике страны.

Партия выступает за приостановку реформы социальной системы и возвращение государственного контроля за сферой социального обслуживания и здравоохранения за счет передачи прав на предоставление услуг государственным и муниципальным компаниям. Возвращение государства всеобщего благополучия выдвинуто в роли основного тезиса, в тени которого предлагается ужесточить миграционную политику и провести законодательные реформы, которые ограничат участие страны в процессах на уровне ЕС.

По данным соцопросов уровень поддержки партии растет и к началу марта уже преодолел десятипроцентный рубеж.

Социал-демократическая партия Финляндии может возглавить правительственную коалинию

Именно так считают многие политологи страны. На выборы партия выходит под лозунгом «Человечная, равноправная и справедливая Финляндия – нам по пути». Находясь в оппозиции, депутапособий, проведение реформ систем школьного образования, социального обеспечения, здравоохранения с введением обязательных гарантий достаточного уровня предоставляемых услуг.

По данным предварительных опросов, рейтинг партии значительно вырос, преодолев двадцатипроцентный рубеж, а значит вполне возможно, что следующее правительство возглавит министр от социал-демократов.

Предвыборные лозунги партий **Левого союза** и **Союза Зеленых** отличаются, но в самих программах есть много общего.

Союз Зеленых начал предвыборную кампанию под лозунгом «Какое завтра ты хочешь выстроить? Покажи свою природу и проголосуй!». Лозунг получился достаточно размытым и не отражающим сути программы. Такое впечатление, что под этим слоганом может выступить любая политическая сила. Однако предвыборная программа партии начинается с тезиса сохранения столетней традиции общества всеобщего благополучия, что по духу совпадает с программными обещаниями всех партий лево-

Из двадцати основных тезисов

Основным моментом миграционной политики **Левого Союза** можно назвать обещание упростить процесс выдачи рабочих виз для жителей третьих стран.

Согласно опросам за кандидатов **Левого союза** может проголосовать около девяти процентов избирателей.

Объединившись, эти оппозиционные партии могут получить большинство мест в будущем парламенте. К работе в правительственной коалиции без Истинных финнов, скорее всего, будут готовы Христианские демократы и Шведская народная партия, набирающие, по прогнозам, в сумме около десяти процентов

Если результаты опросов подтвердятся, а победа на выборах достанется социал-демократам, то к правительственной коалиции также могут примкнуть центристы. С большой долей вероятности, можно утверждать, что абсолютным аутсайдером на грядущих парламентских выборах станет партия Синее будущее, которой, по всем прогнозам, придется продолжить работу вне стен парламента.

# В объективе: Николай Воскобойников

Средний возраст новорегистрирующихся в приходе – около 35 лет. С 1988 года начался численный рост прихожан в Никольской общине. Последние годы приход имеет положительный рост, примерно на 150-200 человек в год.

# Что было до Финляндии?

Николай родился в 1962 году в г. Ленинграде в семье священнослужителя, жил у Пяти углов на Загородном проспекте и учился в 308-й средней школе. После окончания школы в 1979 году стал готовиться к поступлению в Ленинградскую духовную семинарию. Церковно-практические навыки приобретал в Казанской церкви города Тосно, где исполнял обязанности певчего в хоре, чтеца и алтарника.

Как рассказывает отец Николай, «поскольку я с детства получил религиозное, христианское воспитание, то вопроса, кем стать, для меня не было. Несмотря на то, что господствующей идеологией в СССР был атеизм, это никак не отвращало меня от веры в Бога». Тем более, что, по словам отца Николая, советская атеистическая пропаганда проводилась на убогом уровне. Так, он вспоминает, как однажды школьников привели на экскурсию в Исаакиевский собор посмотреть на движение маятника Фуко. Продемонстрировав этот знаменитый физический опыт, доказывающий вращение Земли, учитель сделал вывод о том, что Бога нет.

«Подобный пещерный атеизм не только не отталкивал, а наоборот, закалял мою веру в Бога, мне хотелось послужить гонимой церкви, помочь ей», — говорит отец Николай. По той же причине он не вступил в комсомол, поскольку идеологией этой организации был тот же атеизм.

Весной 1980 года Николай

Воскобойников был призван на службу в Советскую армию. Его определили на службу в ракетные войска стратегического назначения связистом. Отец Николай отмечает, что как раз в армии были совершенно адекватные офицеры, которые спокойно относились к его религиозному мировоззрению.

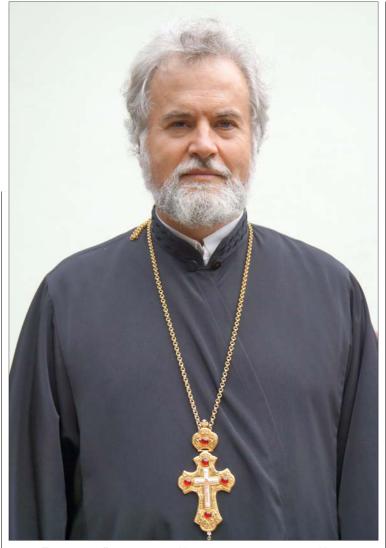
В 1982 году после демобилизации отец Николай поступил в Духовную семинарию, а затем в Академию, которую и закончил в 1988 году. Тогда же, в 1988 году отец Николай вступил в брак. Еще учась в Академии, отец Николай был связан по церковной службе с митрополитом Ленинградским и Новгородским Алексием, который позже стал Патриархом Алексием II. Как и почему Финляндия?

В 1989 году митрополит Алексий, который управлял тогда приходами РПЦ в Финляндии, озаботился проблемой нехватки кадров. В частности, в Свято-Никольском приходе не было священника и регента, то есть руководителя церковного хора.

Так отец Николай оказался в Хельсинки и приступил к обязанностям третьего священника Никольского храма, а его жена Таисия Николаевна стала регентом. Тогда же отец Николай стал студентом богословского факультета университета по линии студенческого обмена между духовными учебными заведениями.

### . Жизнь в Финляндии.

В 1999 году после смерти настоятеля Свято-Никольского прихода, приходское собрание избрало



Протоиерей, настоятель Николаевского храма в г. Хельсинки Николай Воскобойников

отца Николая новым настоятелем, каковым он и остается по настоящее время. В общине, которой руководит отец Николай, самые разные люди, приехавшие в Финляндию из самых разных стран. Средний возраст новорегистрирующихся в приходе — около 35 лет. С 1988 года начался численный рост прихожан в Никольской общине. Последние годы приход имеет положительный рост, примерно на 150-200 человек в год. Численность прихожан Никольской общины на конец 2018 года составляла 3460 человек.

Какие особенности Финляндии как страны, в которую приез-

# жает человек православной или какой-нибудь иной традиции?

По словам отца Николая, Финляндия как государство — это социально ориентированная страна, стабильная, с приоритетом права и, что важно, с неагрессивным толерантным обществом.

В Финляндии законы позволяют людям самых разных религиозных убеждений жить в соответствии со своей верой. По мнению отца Николая, своей атмосферой религиозной свободы и веротерпимости Финляндия во многом обязана в том числе и руководству евангелическо-лютеранской церкви, в особенности в послевоенный период.

Благодаря этой атмосфере в Финляндии в мире и согласии существуют две православные общины — Константинопольского и Московского патриархатов. Такая возможность духовно обогащает людей. Тем более, что обе общины плодотворно сотрудничают в деле проповедования Евангелия. Каждый православный может выбрать ту или иную общину совершенно свободно, без какого-либо павления извне.

Нынешний конфликт между Константинопольским и Московским патриархатами вызывает у всех глубокое сожаление. В столь сложной ситуации важно подчеркнуть, что несмотря ни на что православные Финляндии стараются сохранять мир.

На вопрос о том, как относятся люди к разнице календарей в двух общинах, в частности, к возможности празднования церковных праздников по двум календарям, отец Николай с юмором отметил, что если кто-то желает дважды праздновать одни и те же праздники, то было бы справедливо, если бы они так же соблюдали и посты — по обоим календарям.

# Как община помогает приехавшим в Финляндию людям устроиться на новом месте?

Отец Николай отметил, что православная община Никольского храма, как и любая живая община, кроме взаимодействия в вопросах исповедания веры предлагает еще и общение в социальной сфере. Люди знакомятся, вступают в брак, крестят детей, совместно празднуют и религиозные и светские праздники.

Разнообразие прихожан, среди которых есть и местные финны, помогает интегрироваться в общество. Члены общины могут поделиться опытом, даже дать юридическую справку. У новоприбывшего всегда есть, куда прийти за духовной и социальной поддержкой, что позволяет в итоге чувствовать себя здесь дома.

К. Р.

# WANTED

Редакция газеты «Спектр» приглашает:



❖ Волонтеров готовых выполнять различные редакционные задания: редактирование и корректирование текста, фото-, видеосъемка...

Желающих пройти учебную практику по профессиям:

- ❖ Секретаря
- Ассистента по продаже
- Графика и дизайнера

Дополнительная информация по тел.: 040-504 30 17

# Мировой дебют

Движение автобусов-роботов по городским транспортным магистралям городов Финляндии и других стран запланировано на 2020 год.

Первый в мире всесезонный беспилотный робот-автобус вышел на маршрут в Хельсинки. Автобус-робот Gacha, разработанный и произведенный финской компанией Sensible 4 и японской фирмой Мијі, способен передвигаться при любых погодных условиях.

Автобус выполнил первый рейс в марте на площади Кансалайстори, расположенной перед Центральной библиотекой Oodi. Haчало регулярных рейсов беспилотника запланированы на апрель в Эспоо. Позднее в этом году Gacha выйдет на маршруты в городах Хельсинки, Вантаа и Хямеенлинна. Движение автобусов-роботов по городским транспортным магистралям городов Финляндии и других стран запланировано на 2020 год. В планах компании интегрировать автономные автобусы в систему общественного транспорта к 2020 году. В связи с этим Sensible 4 ищет партнеров среди частных компаний и муниципалитетов, готовых к внедрению передовых технологий.

Создатели автобуса Gacha взялись за разработку автобуса-робота, способного передвигаться



в любых погодных условиях, так как погодные условия не позволяли использовать беспилотные транспортные средства, ориентирующиеся по дорожной разметке. Вскоре к работе специалистов подключились сотрудники известной японской компании Мијі мирового игрока сферы брэндов лайфстайл. Результатом совместных усилий стал удобный и стильный автобус Gacha.

Новый робот-автобус не похож на традиционные транспортные средства. Благодаря отсутствию кабины водителя и размещенным вдоль стен пассажирским сидениям, разработчикам удалось сделать пассажирский отсек более просторным и удобным. Главное отличие новинки состоит в том, что в автобусе Gacha нет передней или задней части. Он может двигаться

с одинаковой скоростью в обоих направлениях. Корпус автобуса оснащен мониторами, передающими сведения о движении по маршруту и другую полезную информацию и освещающими проезжую часть.

Свое название Gacha унаследовал из японского лексикона. Этим словом названа пластиковая капсула, служащая футляром для игрушек, продаваемых из специальных автоматов. Дизайн автобуса напоминает эти капсулы.

Кооперация компаний Sensible 4 и Мијіп служит подтверждением популярности Хельсинки на международной арене. В результате, Хельсинки смог подтвердить свой статус первопроходца в разработке и внедрении инновационных технологий. Совместная деятельность двух компаний стала результативной и в связи с зако-

нодательными актами Финляндии, допускающими использование беспилотных транспортных средств на дорогах. Город создал все условия для успешной работы в сфере инноваций. В Хельсинки функционирует несколько тестовых площадок, таких как Mobility as a Service, MaaS, позволяющих разрабатывать и развивать высокотехнологичные нововведения.

Важную роль в организации совместной работы сыграл Helsinki Business Hub (НВН). Это компания, находящаяся в собственности муниципалитета и Союза Уусимаа, основная задача которой – помощь в организации деятельности иностранных компаний в столичном регионе и развитие международных проектов финских компаний.

Дополнительная информация: www.helsinkibusinesshub.fi

# Строительство паркового комплекса Макасиинипуйсто продолжается

Строительство и обустройство парка, расположенного между Центральной библиотекой Oodi и Домом музыки, стало причиной некоторых изменений в порядке пешего прохода и велосипедного проезда по территории.

Пешеходная и велосипедная дорожки, соединяющие два здания, перекрыты на время выполнения работ. По плану, проход откроется вновь в конце мая, по окончании работ по укладке и облицовке покрытия дорожек.

На время строительных работ организован объездной маршрут через улицы Töölönlahdenkatu и Mannerheimintie.

Окончание работ по обустройству парка Макасиинипуйсто намечено на конец июня. Ожидается, что парк станет популярным местом для прогулок и отдыха среди горожан и гостей столицы.

В новом парке будет оборудована игровая площадка для детей разного возраста, рядом разместится огражденная площадка для игр с мячом. В парке установят монументальное произведение художника Аксели Лейнонен «Масса», напоминающего о старых кирпичных зданиях складов железнодорожной компании VR, размещавшихся на месте паркового комплекса. Посетители парка смогут проводить свободное время, гуляя или отдыхая на газонах, наслаждаясь видом многочисленных живых композиций.

Работы по обустройству и строительству парка ведет компания Destia Oy.

# Многообразие природы Хельсинки

Хельсинки – необычайно разносторонний город. Многогранность природы столицы проявляется во многом: в ландшафтах прибрежной зоны и густых лесах окрестностей города, замкнутой экосистеме архипелага, скудной растительности скалистых островов и заросших берегах многочисленных озер, ухоженных парках, садах, вписанных в городской пейзаж. Попасть на природу необычайно легко: она во всех своих проявлениях гармонично сосуществует с городом, придавая культурной жизни столицы свой неповторимый колорит.

Излюбленные места отдыха горожан тесно связаны с запахами моря, ароматами леса, журчанием бегущей воды в реках и ручьях, спокойной глади небольших лесных озер. Столичный регион предлагает возможности для любого

вида активного отдыха на природе, будь то рыбалка или фото-охота, виндсёрфинг или яхтинг, лыжные и пешие походы, исторические мини-экспедиции по островам архипелага или прибрежным районам города.

Говоря о хельсинкских природных достопримечательностях, стоит особенно выделить три точки: остров Вилласаари, залив Ванхакаупункилахти и центральный парк Кескуспуйсто. Это – абсолютные лидеры опроса общественного мнения, проведенного среди жителей столицы.

Опрос показал, что лес и разнообразие столичной фауны, а также реки занимают особе место в сердцах горожан, а вред, наносимый природе при городской застройке, является предметом особой обеспокоенности.

Многие респонденты подчеркивали важность сохранения прибрежной природной зоны, природных песчаных пляжей, охране районов гнездовья перелетных птиц и обустройству мест обитания тюленей.

Около половины опрошенных жителей столицы выразила готовность принять участие в мерах, направленных на сохранение многообразия столичной экосистемы. Большая часть опрошенных была заинтересована в участии в мониторинге ситуации, распространению полезной информации, а также в сборе мусора и борьбе с вредными растениями в природных зонах столицы.

Исследование общественного мнения было проведено в конце 2018 года в рамках муниципальной природоохранной программы.

# Сто лет физкультуры и спорту – сто легенд

Столичное управление физкультуры и спорта справит в текущем году столетний юбилей. В честь этого город проводит конкурс для отбора ста легендарных спортсменов, которые внесли значительный вклад в развитие физкультуры или спорта в Хельсинки.

Кто, по-вашему, достоин быть включенным в число легендарных спортсменов или деятелей спорта? Может, это яркая звезда хоккея Матти Хагман или мастер футбольных полей Атик Исмаил? Вариантов множество. В число легенд спорта могут войти и праотцы финского спорта, и известные тренеры, и спортсмены современности. Предложить свою кандидатуру можно до 31.3.2019, заявив о кандидате в интернете по адресу: 100legendaa.fi

Основные критерии отбора:

- Внес вклад в развитие столичного спорта (тренер, политик, ответственный работник спортивного объединения)
- Постоянно проживал или живет в Хельсинки
- Оказал влияние на развитие спорта в Хельсинки в течение всей истории города (в более чем столетний период)
- Кандидат может быть гражданином любой страны
- Кандидат должен быть физическим лицом

Отбор 56 легенд пройдет в апреле, силами авторитетного жюри, в которое вошли видные деятели спорта и историки.

Список ста легенд будет оглашен в День города Хельсинки, 12 июня, одновременно с награждением спортсмена года в Хельсинки.

Helsinki

# Только спорт поможет нам

Сегодня, глядя на то, как движется этот человек в свои 86 лет, можно позавидовать его физической форме.

Мир обуяла мода на Здоровый Образ Жизни (ЗОЖ). Не прекращаются дискуссии – какой вид физической культуры самый полезный для здоровья. Разумеется, стоит узнать мнение тех, кто в солидном возрасте сохранил физическую и духовную активность. Например, мнение знаменитого тренера Лео Хяйкеляйнена, которому не так давно исполнилось 86 лет.

Заслуженный тренер Эстонии Лео Хяйкеляйнен родился 10 июля 1932 года в городе Ораниенбауме Ленинградской области в ингерманландской семье. Ему не было и 6 лет, когда его отца, военного железнодорожника, арестовали и расстреляли. Вместе с матерью Лео пережил блокаду Ленинграда, принудительную эвакуацию в Сибирь и возвращение на новое место жительства в Эстонию. Это было тяжелое время, и спортивные секции были одним из немногих доступных для подростков вариантов досуга.

Лео учился в интернате в городке Кехре на севере Эстонии, где и полюбил легкую атлетику, самый простой и демократичный вид спорта с сильным соревновательным потенциалом. По окончании школы в 1949 году он поступил в Таллинский горный техникум, где продолжил занятия спортом. Лео с гордостью вспоминает, что ему довелось заниматься в одной группе с легендарным легкоатлетом, будущим чемпионом Олимпийский игр 1956 года в Мельбурне Владимиром Куцем. После окончания техникума Лео направили в город Кивиыли в восточной Эстонии, где он стал работать на обогатительном заводе. Но спортом продолжал заниматься.

Важным моментом в своей спортивной биографии Лео считает решение заняться тренерской работой. Несмотря на то, что он был в сборной Эстонии по ходьбе на 50 км, он понимал, что будучи блокадником, пережившим самое голодное время зимы 1941/42 года, ему будет очень трудно и даже невозможно, несмотря на все свое финское упорство, показывать рекордные результаты. Но тренерская работа — это другое дело.

Заслуженный тренер Эстонии Лео Хяйкеляйнен



Случилось так, что как раз в то время учитель физкультуры местной русской школы захотел перевестись из Кивиыли в Раквере, а по действовавшим тогда правилам нельзя было менять место работы, если не находилась подмена. Так в 1954 году Лео стал учителем физкультуры в средней школе.

Спустя некоторое время он с группой других энтузиастов открыл спортивную школу на общественных началах. Занятия в школе были бесплатными для учеников, но и зарплату преподавателям тоже никто не платил. Занимались входящим в моду баскетболом, настольным теннисом, легкой атлетикой.

В 1961 году в Таллине проходил семинар для учителей физкультуры, на котором рассказывали о гандболе в его современном варианте. Об этой игре Лео Хяйкеляйнен может говорить часами. И не просто говорить, а объяснять достоинство этого игрового вида спорта.

Прежде всего, гандбол (или ручной мяч) игра очень простая по своей идее. Не случайно достоверно известно, что в ручной мяч играли еще в Древней Греции, а возможно и раньше. Эта игра тесно связана с легкоатлетическими упражнениями, так как очень гармонично развивает человека — и ноги, и корпус, и руки. В ней нужны ловкость, глазомер, быстрота принятия решений.

Лео гордиться своими многочисленными воспитанниками. Он вспоминает свои команды, которые завоевывали высшие награды на первенствах Эстонии и СССР. Особенно удачными были женские команды: с одной стороны, потому что этот вид спорта очень подходил для девушек, а с другой, потому что отсутствие необходимости службы в армии не отрывало их от занятий спортом.

Основываясь на своем тренерском опыте, Лео как никто другой знает, что игровые виды спорта оказывают самое положительное влияние на молодых людей: они начинают соблюдать спортивный режим и приобретают полезные привычки, которые сохраняются с ними на всю жизнь. Кроме того, игровые виды спорта способствуют социализации людей, умению работать в команде, а эти качества нужны на любой работе, в любом бизнесе. Тренерская работа в значительной мере состоит в раскрытии потенциала игроков, их сильных сторон.

В начале 1990-х годов Лео Хяйкеляйнен, как и тысячи других ингерманландцев, отправился в Финляндию, но не как репатриант, а на основании трудового приглашения. Его пригласили стать тренером по гандболу в спортивном обществе Sparta. Сначала Лео тренировал мужчин и довел их до бронзы в чемпионате Финляндии, затем стал тренировать женщин, организовав клуб Vantaa Sparta. Его воспитанницы пять раз завоевали титул чемпиона Финляндии. Тренерскую работу Лео завершил в клубе Diken в 2010 году. Ему тогда было 78 лет.

Сегодня, глядя на то, как движется этот человек в свои 86 лет, можно позавидовать его физической форме. Секрет долголетия Лео видит в соблюдении простых, но одновременно сложных правил. Прежде всего, как спортивный человек, он не курит и никогда не курил. Во-вторых, он не употребляет алкоголь. Ну и в третьих, Лео постоянно уделяет время прогулкам: каждое утро до завтрака он проходит по 3 километра.

Что же касается режима питания, то здесь советы Лео довольно просты. Его дневной рацион разбит на 4–5 приемов пищи в день, чтобы не было чувства тяжести в желудке. После обеденного приема пищи можно немного вздремнуть в кресле, но именно вздремнуть. Последняя еда должна быть не позже 18.00, и потом до сна — ничего. Разумеется, это жесткий режим, но если втянуться, то его тяготы просто не замечаешь.

Физическая активность должна быть регулярной. Например, Лео давно обнаружил, что равномерная ходьба в среднем темпе действует как лекарство, снижающее давление. Спортивные игры в свою очередь полезны для того, чтобы сбросить нервное напряжение и вернуться в спокойное доброжелательное состояние.

К. Ранкс



MOJOKO) (MOJO) (

# Адреса и время работы магазинов:

ТІККURILA Пн.-пт.: 9.00-20.00 Сб.: 9.00-18.00 Вс.: 12.00-18.00 Asematie 10, Tikkurilla

Тел.: 050-467 62 03

ІТÄKESKUS
Пн.-пт.: 9.00-21.00
Сб.: 9.00-19.00
Вс.: 11.00-18.00
Станция метро Итякескус
Тел.: 045-155 03 65

www.kalinkahelsinki.fi

# Lakiasiaintoimisto NordLex Oy NordLex Law Offices Ltd

международное юридическое бюро

- ОСНОВАНИЕ КОМПАНИЙ И ФИЛИАЛОВ, ПОДГОТОВКА ДОГОВОРОВ, ВЕДЕНИЕ ДЕЛ В ФИНЛЯНДИИ И РОССИИ
- ПРАВО ПРЕЛПРИЯТИЙ ВОПРОСЫ НА ПОГООБЛОЖЕНИ
- ТРУДОВОЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО, КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ВОПРОСАМ РАЗРЕШЕНИЯ НА РАБОТУ И ПОЛУЧЕНИЯ ВИДА НА ЖИТЕЛЬСТВО
- СЕМЕЙНОЕ ПРАВО И НАСЛЕДСТВЕННОЕ ПРАВО
- КОНСУЛЬТАЦИИ ПРИ СДЕЛКАХ С НЕДВИЖИМОСТЬЮ
- ВЕДЕНИЕ ДЕЛ В АРБИТРАЖНЫХ, АДМИНИСТРАТИВ-НЫХ СУДАХ И СУДАХ ОБЩЕЙ ЮРИСДИКЦИИ
- ПОМОЩЬ В ПРОВЕДЕНИИ ПЕРЕГОВОРОВ И МИРОВЫХ СОГЛАШЕНИЙ

предоставляем услуги на финском, русском, английском, шведском языках

Vuorikatu 16 A 10, 00100 Helsinki, Finland Tel.: +358 9 6869 080, fax: +358 9 6869 0811. info@nordlex.fi

www.nordlex.fi Helsinki-Kiev-Moskow-St. Petersburg-Tallinn

JOPRINT ALEPAIN STALS

Салон печати в центре Хельсинки. Изготовим визитки, листовки, брошюры, плакаты и т. д.

Lönnrotinkatu 16 +358 46 923 7565 info@aleprint.fi www.aleprint.fi





Обслуживание на русском языке тел. 050 – 598 61 98 Тамара с 10 до 20 часов A-LIST LKV

Pohjoinen Hesperiankatu 11, Helsinki



Спектр 20.03.–17.04.2019 11

# Компьютерные вирусы и способы защиты от них

В последнее время мы всё чаще слышим об угрозе компьютерных вирусов, о хакерах и проводимых ими кибератаках. Но что же это такое – компьютерный вирус и как уберечь свой компьютер от такой «инфекции»?

Компьютерный вирус – это, в большинстве случаев, самостоятельная «вредоносная» программа, в основу работы которой заложен принцип самовоспроизведения. Подобный обычной вирусной инфекции: вирусные бактерии попадают в организм, поражая здоровый орган, и начинают активно размножаться.

В компьютере вредоносные программы поражают области памяти и операционную систему, что, в свою очередь, приводит к замедлению скорости работы устройства, ошибкам и сбоям, самопроизвольному удалению файлов и даже к физической поломке.

История создания компьютерного вируса началась ещё до появления Интернета. Создателем первых программ с теорией самовоспроизводящихся механизмов был американец венгерского происхождения Джон фон Нейман, который еще в 1951 году предложил метод написания таких алгоритмов. А само слово «вирус» в отношении к компьютерным программам впервые было употреблено, скорее всего, Грегори Бенфордом в фантастическом рассказе «Человек в шрамах», опубликованном в журнале Venture в мае 1970 года.

Первые вирусные эпидемии были зафиксированы в 1986—1989 годах, в период начала масштабного развития межсетевых коммуникаций. В это время появились такие известные вредоносные программы, как «Сетевой червь» и «Троянский конь», а также ряд других вирусов, способных проникать в систему и «заражать» файлы.

Не пускаясь в детальный разбор механизмов действия вирусов, постараюсь описать его в общих чертах. Для начала стоит разобраться, как работают дизассемблер и отладчик программ. Найти нужную информацию, изложенную в доступной форме, можно, введя, соответствующий запрос в поисковой строке Google.

Обращу ваше внимание на один важный момент. Как было сказано выше, вирус – это программа, имеющая свой алгоритм действия, а именно самокопирование и поражение рабочей области системы (или рабочего файла). При разработке первых антивирусных программ ставилась задача обнаружить отклонения в работе алго-

ритма файла или системы и тем самым выявить проблемную зону, то есть обнаружить вирус. Но создатели вирусов тоже не спали и, чтобы сделать вирус менее уязвимым, внедрили в разработку принцип полиморфизма.

Этот метод заключается в формировании кода программы, который в меру своей «изменчивости» не выдает постоянного сигнала и потому может остаться незамеченным для антивирусной программы.

Применение метода полиморфизма породило ряд направлений в развитии вредоносных программ и привело к созданию полиморфных «движков». Создателям антивирусов пришлось тоже изрядно потрудится над системой, которая могла бы отслеживать и анализировать отклонения в работе программного обеспечения и файлов компьютера. В результате, в антивирусных программах появилась система предотвращения вторжений HIPS (Host-based Intrusion Prevention System). Эта система применяется в антивирусных продуктах, разрабатываемых в Comodo Group с 2007 года и в «Лаборатории Касперского» с 2008 года, и по настоящий день является одним из неотъемлемых компонентов защиты во многих антивирусных программах.

Какие же антивирусные про-



граммы пользуются наибольшей популярностью?

Базовые версии этих программ можно бесплатно скачать и установить на своём компьютере.

1. Антивирус Comodo Free Antivirus предназначен как для технически подкованных, так и просто «осторожных» пользователей. У программы отличный потенциал для успешной борьбы с постоянно развивающимися современными вредоносными программами. Загрузить бесплатно базовую версию для некоммерческого использования можно с сайта разработчиков Comodo Group: https://antivirus.comodo.com/

2. Антивирус Kaspersky Antivirus «Лаборатории Касперского», одного из ведущих разработчиков в отрасли ИТ-безопасности, успешно защищает ПК от всех видов вредоносных программ, будь то боты, черви, руткиты, трояны, шпионское ПО или вирусы. Также включает в себя ряд дополнительных функций. Загру-

Попробуйте, а если у вас что-то не получится с первого раза, то не отчаивайтесь!

Не бойтесь задавать вопросы и пишите в газету «Спектр» или непосредственно мне по адресу spetroff223@gmail.com.

Я всегда рад помочь.

Сергей Петров

зить бесплатную базовую версию можно с сайта: <a href="https://www.kaspersky.com/free-antivirus">https://www.kaspersky.com/free-antivirus</a>

3. Антивирус BitDefender Antivirus блокирует и нейтрализует вредоносные программы. Поскольку Bit Defender создан для оптимизации и скорости, то, будучи чрезвычайно легким, он успешно защищает сети, не перегружая их. Адрес для загрузки: <a href="https://www.bitdefender.com/solutions/free.html">https://www.bitdefender.com/solutions/free.html</a>

4. Антивирус Avast Pro Antivirus и Avast! Pro предлагает несколько уровней защиты для ПК. Вредоносные программы, обычно обходящие традиционные сканеры, успешно отлавливается этим антивирусом. Программа также имеет функции виртуальной песочницы, что может быть полезно, если вы не совсем доверяете скачиваемому приложению и хотите его опробовать, прежде чем сделать полноценную загрузку на свой компьютер. Скачать антивирус можно по адресу: https://www.avast.ru/ free-antivirus-download

5. Антивирус McAfee Antivirus завершает пятёрку нашего обзора, что ни в коей мере не принижает его возможностей. Это идеальный инструмент для тех, кто часто совершает покупки в Интернете. Антивирус обеспечивает защиту от всех видов вредоносных программ, включая программы нулевого дня, а также проводит авто-обновления, что важно для пользователей. Загрузить базовую версию можно с сайта <a href="https://home.mcafee.com/downloads/free-virus-scan">https://home.mcafee.com/downloads/free-virus-scan</a>

Выбор в пользу перечисленных антивирусных программ был основан на следующих критериях:

- шпионское и вредоносное сканирование: возможность легко сканировать и удалять шпионские и вредоносные программы;
- защита при загрузке; защита от любых онлайн-загрузок, включая загрузку с диска;
- сканирование электронной почты
- скорость обнаружения вредоносных программ
- совместимость с другими устройствами
- авто-обновление через равные промежутки времени

И напоследок, совет от разработчиков «Лаборатории Касперского»: не рекомендуется устанавливать более одной антивирусной программы на один компьютер. При одновременной работе двух антивирусов, они пытаются установить средства перехвата в одну и ту же часть ядра системы. Это, как правило, приводит к конфликту между антивирусными средствами мониторинга и может привести к тяжелым последствиям.

С вами был **Сергей Петров**, ваш интернет-обозреватель и по совместительству ведущий курсов программирования и робототехники для детей в г. Лаппеенранта. Буду рад вашим письмам. Пишите в газету «Спектр» или непосредственно мне по адресу: spetroff223@gmail.com

Желаю всем хорошего весеннего настроения, а также не болеть и держать свои компьютеры в безопасности!



# Движение – жизнь

Материал Оксаны Челышевой о смелом человеке с четкой гражданской позицией, художнике Спартаке Хачанове и причинах его переезда в Финляндию.

Спартак Хачанов приехал в Хельсинки по программе Artists at Risk. Сейчас он живет и работает в резиденции художников на Суоменлинне. В декабре 2018 года Спартак должен был представить работу на свободную тему для сдачи экзамена в Национальной Академии изобразительного искусства и архитектуры в Киеве, где он учился на 4м курсе. Так в коридоре Академии появился парад фаллосоподобных солдатиков и ракетных комплексов. Работа вызвала ярость одного из преподавателей кафедры дизайна. Владимир Харченко, сам ветеран АТО из числа добровольцев, воспринял антимилитаристскую работу как оскорбление себя, армии и Украины. Скандал не закончился растоптанными фигурками. Преподаватель инициировал исключение Спартака из числа студентов Академии. На заседание, состоявшееся в январе, в Академию пришли члены парамилитарной группировки С14. Спартаку угрожали и угрожают. Студенты и художественные круги Украины разделились во взглядах.

А пока Спартака Хачанова и его работы пригласили в Берлин.

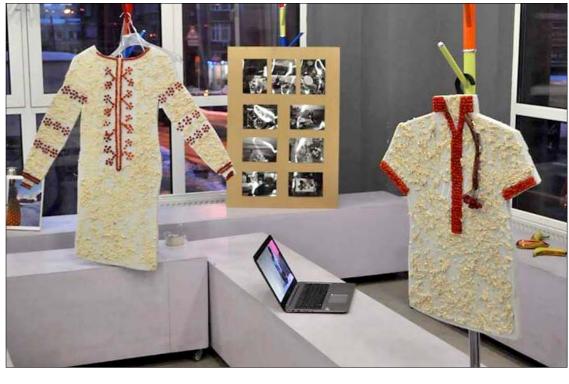
Но одно дело – сесть на самолет в Хельсинки и сойти с трапа в Берлине. Другое дело – вытащить из стен Академии те самые фигурки композиции о фаллосо-

подобных солдатиках и ракетных установках. Уже упакованные коробки не хотели отдавать. Они добрались до Берлина на следующий день после открытия выставки. Это стало возможным благодаря вежливому, но, жесткому письму ректору НАОМА, которое подписали Аки Каурсмяки и кураторы финской программы для художников: «Цензура, репрессии и конфискация произведения искусства в Украине - прямой путь, чтобы обеспечить негативное освещение НАОМА в международных СМИ и принести славу как художнику, так и его произведению».

Мне нравится реагировать на то, что тревожит общество. Я никогда не боялся делать то, что может вызвать волну обсуждения в надежде, что общество найдет решение проблемы, если они начнут говорить об этом.

Моя работа, связанная с темой военных парадов, не касалась исключительно Украины. Это глобальная тема. Художник должен быть тизером для начала дискуссии. Я вижу свою задачу в том, чтобы побудить людей открыться и начать разговор. Знаете, я - своего рода «доктор», который ставит диагноз.

Я в Финляндии недавно, но было много встреч и мне кажется, что даже если в прошлом у Финляндии были проблемы, подобные



Украине, финны смогли оставить их позади и жить дальше.

Мне не важно, с каким именно материалом работать. Порой идея диктует выбор материала. Иногда материал определяет форму. Мне дерево нравится больше, чем все остальные материалы. Дерево близко человеку. Оно живое. У него есть душа. Но для «парада» я выбрал гипс. Он такой же дешевый, как человеческая плоть во время войны. Гипс – расходный материал, который используется для производства моделей чего-то «вечного», так же как и жизни людей на войне.

Во многих моих работах затрагивается тема геноцида армян турками в 1915-1922 годах. Но я не хочу просто уходить в прошлое. Поэтому я использую символ колеса: Адам и Ева крутят педали колеса жизни. Или фигуры жертв геноцида, вписанные в колесо: этот символ – крайне важен. Он несёт глубокое значение: мы должны идти вперед, продолжать жить, не забывая прошлое, но не делая из него фетиш. Забвение прошлого – огромная угроза, потому что оно несет с собой возвращение катастроф, уже пережитых человечеством.

Я до сих пор в шоке, что моя работа вызвала такой шум. Им было бы выгоднее не заметить ее. Ну, или не засчитать, заставить пересдать... Но они пошли другим путём. Задумав парад, я не имел в виду какую-то одну армию. Мне претит все, что связано с милитаризмом или тем более с войной. Когда я видел, как по улицам тянут эти ракеты, я не мог не думать, что очень скоро эта же ракета может улетит, чтобы отнять жизни людей. А их стоимость? Да вместо одной ракеты можно пол-Украины прокормить. Об этом моя композиция «Товарищ», например: рвемся в Европу, а штаны не на что купить...

Мои работы не в первый раз вызывают гнев националистов. А я

не считаю их патриотами: сколько раз я видел переобувшихся и переодевшихся. Совсем недавно они были с Януковичем, и вот они же активно внедряют в массы вышиванку. Об этом моя «вышиванка» из 100%-но национальных продуктов. Я ходил на рынок за поросячьими хвостиками и спрашивал, точно ли это они были у наших свинок, а, например, не польских. Узоры из калины: тоже - национальный продукт. Вот только многие из тех, кто носит вышиванки, не знают, что я использовал орнамент, который был заимствован у французов. Многие украинские орнаменты - это заимствования из французского стиля вышивки «брокар». Знаете, эта работа из ка-

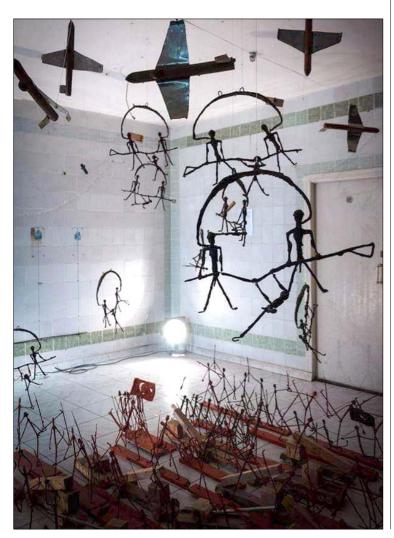
тегории «воняет национализмом».

Тема войны меня очень тревожит. Для меня война – эта старая проститутка, которая абсолютно опустошена. Лицо, груди: все обвисло, потому что из нее все выкачано. Но в руке – медаль. За заслуги.

В детстве я очень любил лепить машинки. Хотелось понять, как она устроена. Одна из самых важных для меня работ – это мой отсыл к Брейгелю. «Триумф войны». Я передал в этой композиции мое детское представление о войне как песочнице, в которой в войну играют не дети, а взрослые. Только у взрослых вместо игрушек – жизни людей.

Оксана Челышева







Спектр 20.03.–17.04.2019

# Лучшие марки Финляндии

Почта Финляндии подвела итоги общественного голосования на звание самой красивой марки 2018 года. Люди могли проголосовать на сайте Posti или отправив открытку. Всего, к концу 2018 года проголосовало 31683 человека.

Самой красивой маркой по мнению проголосовавших стала марка с фотографией моста в природном ландшафте, которую создал дизайнер Клаус Вельп (Klaus Welp). Юха Хярконен (Juha Härkönen) сфотографировал мост в Суомуссалми во время майского заката. Марка получила 13.7% от всех голосов.

«Мост в природном ландшафте» так же участвовал в конкурсе марок EUROPA по теме «мосты», организованном PostEurop. Жюри PostEurop сравнила марку, ее цвета с картиной импрессионистов. «Марку можно считать успешной, коль она получила такую оценку от финнов и европейского



экспертного жюри» - сказал дизайн-менеджер Posti **Томми Кантола (Tommi Kantola)**.

Второе место получила марка «Очарование Лапландии» дизайнера Стиины Хови (Stiina Hovi) собрав 12.8 процентов голосов. На марке напечатана фотография северного сияния, заполнившего небо Арктики. Стиина Хови так же разработала дизайн марки, получившей третье место в голосовании. Это марка с фотографией пары влюбленных лебедей, сфотографированных Микко Карьялайненым (Mikko Karjalainen). Эта марка набрала 11.9% и была издана в серии марок, изображающих символы финской природы.

Марки с символами природы Финляндии так же заняли 4–6 места. Марка с изображением финского шпица получила четвертое место. Марка с изображением медведя получила пятое место, марка с ландышем – шестое.

Седьмое место получила еще одна марка Клауса Вельпа с изображением моста, также опубликованная в серии EUROPA. Восьмое и девятое места заняли марки, посвященные Дню святого Валентина дизайнера Леены Рааппана-Луйро (Leena Raappana-Luiro). Еще одна марка Стиины Хови с изображением божьей коровки получила десятое место.

Станислав Воронин







# Наркотики – зло

В документах Всемирной организации здравоохранения распространение наркомании названо одним из самых серьезных вызовов будущему планеты.

Употребление наркотиков уже давно вошло в список основных причин преждевременной смерти и серьезных заболеваний. На проблему наркомании среди молодежи обращают внимание правительства многих стран. В редакцию газеты «Спектр» обратился житель столичного региона, который захотел поделиться с читателями своей историей. Известный спортсмен, чемпион Европы среди юниоров в одном из боевых видов спорта, он за несколько лет превратился в тяжелобольного зэка. Приводим сокращенный текст

«Начиналось все безобидно. В компании сверстников и ребят постарше кто-то предложил попробовать... Попробовали, потом перед дискотекой, потом на тусовке, потом еще, и достаточно быстро я вошел в систему (\*стал употреблять наркотики постоянно).

Родители заметили только тогда, когда из дома стали пропадать деньги и вещи. В этот момент было уже поздно. Ушел из дома, и все закрутилось с новой силой. В некотором смысле, мне стало даже проще: не надо было жить двойной жизнью и стараться скрывать свою зависимость. Спорт отошел на задний план, а на первом месте стояли только наркотики. Ведь как получается. Ты прекрасно знаешь, что наркомания – это эло и что наркотики убивают. И при этом каждый божий день находишь деньги и ставишь дозу. Без этого никак.

Старые друзья быстро исчезли. Их можно понять. У кого-то я назанимал денег, кому-то просто не по духу общаться с наркоманом, с кемто не стало общих интересов. Но я не слишком переживал по этому поводу, потому что в моем близком кругу появилось много таких же, как я. Хорошо помню ощущение, когда смотришь на нормальных людей, а они кажутся какими-то иными, неправильными, что ли.

Пристрастие к наркотикам не меняет твою жизнь, а как будто останавливает ее. Вспоминая время, прожитое с наркотиками, ты не можешь зацепиться за какие-то события. Такое ощущение, что вся жизнь – это постоянный поиск очередной дозы; все мысли, движения и дела направлены только на это.

Потом люди стали исчезать в прямом смысле. Смерть и тюрьма - вечные спутники наркоманов. Сначала слышишь новости о том, что где-то там кто-то передознулся, но не слишком заморачиваешься по этому поводу. Вроде как тебя это не касается. Потом умирает знакомый тебе человек. Только вчера виделись - а сегодня его уже нет.

Многие попадают в тюрьму: деньги-то надо где-то брать, и деньги немалые. Допустим, если вошел в систему и догнал даже до двух грамм героина (что далеко не предел), то это примерно двести евро в день. Где их взять? Или продавать дурь таким же, как ты, или воровать. Работа уж точно не вариант. Кто возьмет на работу наркомана, да и что это за работа, за которую можно получать столько денег?

Мысль о том, что все это надо прекратить, не покидает тебя с то-



го момента, когда понимаешь, что без этого не прожить. Такая мысль появляется после каждого укола и исчезает с появлением первых признаков ломки, так называемого кумара. Так и живешь: понимаешь, что убиваешь себя, но сделать ничего не в силах.

Из нашей компании в течение двух лет ушли двенадцать ребят, ушли по-тихому. На похоронах кроме родителей и нескольких близких никого и не было. После двух лет употребления наркотиков старых друзей у меня уже не осталось. Ну а мне самому просто повезло – попал в тюрьму.

Считается, что бросить наркотики можно, только по-настоящему захотев этого. Скорее всего, это так, хотя по опыту знаю, одного желания мало. Важно не только захотеть, но и оказаться в кругу людей, знающих, как это сделать. Людей, поддержкой кото-

рых можно заручиться, не боясь ничего. В моем случае я нашел такую поддержку в церкви. Молитвы в тюремном храме придавали мне сил, и в конце концов, с Божьей помощью мне удалось перебороть в себе наркомана. Последний раз я употреблял наркотики семь лет назад. Конечно, после тюрьмы жизнь пришлось начинать заново, но думаю, что у меня все получится.

Почему я пишу вам. Надеюсь, что мою историю опубликуют. Пусть она станет предупреждением для молодых людей, стоящих перед выбором. Я знаю, что кругом масса соблазнов. Знаю, порой кажется, что все ополчились против вас, и уход от реальности представляется выходом из положения. Это не так. Вам все равно нужно жить, любить, радоваться и радовать близких. Однажды став наркоманом, вы уже никогда не сможете жить по-прежнему».

# Повод обратиться к врачу

Разговор на деликатную тему с практикующим специалистом, главным врачем, хирургом-проктологом, Валерием Ратобыльским.

В современном обществе сложилась неофициальная классификация заболеваний: одни считаются априори «смертельными», другие – «легкими», а третьи – «стыдными», о которых неудобно говорить не то что в обществе незнакомых людей, но и даже с самыми близкими родственниками и врачами. Это в первую очередь проктологические заболевания, то есть заболевания, связанные с состоянием и деятельностью прямой кишки.

Самым известным из проктологических заболеваний является геморрой. Это заболевание стало синонимом противных проблем, от которых неизвестно как избавиться. О геморрое если и говорят, то отвлеченно, словно он существует как-то само по себе, у кого-то не из круга говорящих. Неслучайно в русском языке есть фраза, что «геморрой и сам не посмотришь, и другим не покажешь».

В разных странах установилась разная степень избегания этой темы, и в значительной мере она связана с тем, насколько в обществе принято говорить о функционировании своего тела без так называемого «табуирования». Не секрет, что многие люди считают недостойным вообще обсуждать столь «грязную» тему, при этом увлеченно рассказывая о своих походах к стоматологу или гастроэнтерологу, то есть к врачам, которые по сути заняты тем же самым пищеварительным трактом, только в других его участках.

Нужно понять, что анальное отверстие и прямая кишка — это уникальные и важнейшие изобретения Природы. Сотни миллионов лет питание примитивных организмов осуществлялось методом, который до сих пор практикуют морские звезды и актинии, то есть за счет втягивания пищи в пищеварительную полость с последующим выбрасыванием остатков через то же самое отверстие.

Этот метод очень плох с точки зрения энергетики: если желудок набит, то новую порцию пищи некуда девать. Поэтому у высших организмов развилась система со вторым выходом, который то открывается, то закрывается. Это дало возможность организмам питаться гораздо эффективнее, активнее расти и размножаться. Уже за одно это органы, оформляющие завершение кишечника, заслуживают уважительного к себе отношения.

Система, которая развита в анальной области, весьма сложна. Помимо мышц она оснащена целым узлом вен, которые напрочь перекрывают анальное отверстие даже от просачивания газов. У молодого здорового организма в нормальных условиях проблем в работе этой системы нет. Но с годами и особенно при сильной нагрузке начинаются сбои.

Они связаны с тем, что при усиленном притоке крови к органам малого таза геморроидальные вены кишечника растягиваются, а в результате длительной и регулярной нагрузки необратимо расширяются. Кровь застаивается, и в итоге образуются так называемые геморроидальные узлы. И если поначалу это неудобство еще можно перетерпеть, то с развитием процесса геморроидальные узлы вываливаются наружу, причиняя нестерпимую боль.

С геморроем в течение жизни сталкиваются примерно 80% жителей развитых стран. У кого-то он начинается рано, у кого-то позже. О геморрое знают не понаслышке более половины всех рожавших женщин. Он очень часто настигает мужчин, занятых сидячей работой или, наоборот, тяжелым физическим трудом. Его можно «заработать», занимаясь в тренажерном зале или питаясь всухомятку.

Однако хватит о грустном! Сегодня существуют прогрессивные методы борьбы с геморроем, и, как и всегда, важно прийти к врачу-специалисту в самом начале неприятного процесса. Какие же 5 «тревожных звоночков» побуждают нас записаться на прием к проктологу? С таким вопросом мы обратились к главному врачу, хирургу-прок-



Валерий Ратобыльский

тологу латвийского медицинского центра PROKTOklinika доктору Валерию Ратобыльскому.

По словам доктора Ратобыльского, первым сигналом можно считать появление регулярных запоров. Если это неприятное состояние носит не случайный, а систематический характер, то есть резон не только задаться вопросом, почему начались запоры, но и задуматься над тем, к каким последствиям они приведут.

Особое внимание стоит обратить на неспецифические симптомы, например, на зуд и жжение в области заднего прохода и так называемый межъягодичный дерматит, который развивается в результате постоянного расчесывания зудящей кожи между ягодицами.

Эти симптомы иногда возникают раньше других, более явных признаков геморроя и часто воспринимаются как повод посетить дерматолога. Но вообще-то стоит задуматься о походе к проктологу, особенно если при посещении туалета стало появляться ощущение инородного тела и тяжести в прямой кишке, чувство неполного опорожнения кишечника, а также болезненность при дефекации. Тревожным «звоночком» является выделение слизи или крови из заднего прохода.

Если у вас есть хотя бы один из этих симптомов, то стоит задуматься: не пора ли в обозримом будущем отправиться к врачу. Ну а если таких «звоночков» несколько, то нужно просто взять и записаться на прием к проктологу в ближайшие же дни. Тем более, что проктологи отнюдь не горят желанием сразу же забрать пациента в операционную.

Впрочем, и современные операционные выглядят сейчас совсем не так, как это было еще лет 10-15 назад. Прежде всего потому, что они оснащены новейшей аппаратурой, позволяющей проводить так называемые малоинвазивные операции. Например, после использования современного диодного лазера пациент уже через пару-тройку часов самостоятельно уходит или уезжает из клиники. В более запущенных случаях используется методика HAL-RAR, и хотя после таких операций приходится отдыхать в дневном стационаре целый день, вечером все равно можно отправляться домой.

Но главное, к чему призывают врачи-проктологи, это не запускать течение болезни. Как ни крути, геморрой – это плата за хождение на двух ногах и комфортное сидение на «пятой точке». Сила тяжести неминуемо создаст нам проблемы, в том числе и с геморроидальными сосудами. Это, как говориться, «вопрос времени». Но у нас сейчас есть возможности починить систему и обеспечить себе многие годы комфортной жизни.

Константин Ранкс



# ФИНЛЯНДИЯ НА ТВОЁМ ЯЗЫКЕ

Переезд в Финляндию Где найти работу? Работа и предпринимательство Жильё • Семья и дети Финский и шведский языки



VK: spektrnet FB: GazetaSpektr

> Рекламный отдел

Ilmoitusmyynti

Тел. / Puh. +358 40 504 30 17



Спектр 20.03.–17.04.2019 15

# Новый автобусный терминал в Тапиола

# Город получил новую станцию, а центральная улица в Тапиола ушла на шесть метров вниз

В районе Тапиола завершилось строительство нового автобусного терминала, длившееся шесть лет. Теперь к станции метро и к расположенным здесь торговым предприятиям можно добраться прямо с автобусной станции.

Шесть с половиной лет назад на центральной улице района Тапиола в городе Эспоо было закрыто движение транспорта, и прямо под действующим торговым центром, начали рыть огромный котлован. До этого события под зданием центра проходила часть улицы Merituulentie. Автобусы как внутренних линий Эспоо, так и следующие в Хельсинки останавливались здесь под сводами большой арки-тоннеля, и пассажиры поднимались по эскалаторам в торговый центр.

С началом строительства попасть в комплекс Тапиола и рас-

положенные здесь магазины и кафе стало заметно сложнее. Автобусы делали большой крюк, и пассажирам чаще всего приходилось добираться на торговую площадь с конечной остановки, построенной за плавательным бассейном.

Жителям ближайших кварталов пришлось привыкать к шуму и пыли, котлован становился все глубже, но временами движение и активность на стройплощадке замирала.

Было несколько причин задержки реконструкции центра. Главная из них – обилие собственников помещений на месте строительства. Благодаря страховой компании Lähi-Tapiola, которая выкупила большую часть недвижимости, строительство вновь стало набирать темп. И все же к открытию станции метро «Тапиола», которое состоялось в ноябре 2017 года, сдать в эксплуатацию новый авто-

бусный терминал и открыть сквозной проезд по улице Merituulentie строители не сумели.

Первые пассажиры, приехав на станцию метро, могли полюбоваться на гигантскую скульптуру Кима Симонссона «Эмма, оставляющая след», подняться по эскалаторам и переходам прямо в город и с удивлением увидеть, что гигантский котлован на близлежащей улице по-прежнему огорожен, а работы продолжаются.

Административный центр Эспоо Тапиола знаменит не только работами архитектора **Аарне Эрви**, но и таких именитых архитекторов, как **Алвар Аалто** и **Вильо Ревелл**, повлиявших на архитектуру района.

Не менее важен следующий исторический факт: именно в этом районе, был открыт первый в Финляндии большой комплексный торговый центр Heikintori. Находясь всего в 8 километрах от Хельсинки, он завоевал себе славу удобного места встреч и приятного шопинга еще 50 лет назад



в далеком 1968 году.

Удобное расположение торгового центра – один из важнейших аспектов торговли. Не менее важны и удобные подходы к нему.

И вот, наконец, пришла весна 2019 года, а с ней и приятные новости для тех жителей Эспоо и столичного региона, которым удобнее пользоваться общественным транспортом.

Автобусный терминал в городе Тапиола начал свою работу. Открылась для проезда и центральная улица города, скользнув вниз на шесть метров для гармоничного соединения всех частей торгового комплекса и метро. Эта часть улицы интересно оформлена бетонными колоннами и металли-

ческой крышей.

Несомненно удался продуманный дизайн новой автобусной станции. Теплые деревянные поверхности дают ощущение жизни просторному залу ожидания автовокзала, откуда пассажиры могут добраться до автобусов, а покупатели подняться к торговому центру Ainoa.

Стеклянная технологическая стена отделяет пассажиров от платформ отправления. В конце северного зала есть декоративная стеклянная стена, залитая естественным светом. И этот свет будто говорит: «Добро пожаловать. Удачных покупок и хорошей дороги!».

Владимир Пищалев

# Реконструкция улицы Хямеентие

В начале марта, после начала работ по реконструкции улицы Хямеентие трамвайное сообщение с районом Сёрняйнен перенаправлено по новым маршрутам. Изменения коснулись маршрутов № 1, 6, 6Т и 8.

Трамваи следуют в район Сёрняйнен через улицу Стуренкату, минуя район Каллио. Автобусы продолжают ходить по улице Хямеентие как и прежде, но, некоторые остановки в связи с работами перенесены. Одновременно ведутся работы по реконструкции крыши билетного зала станции метро Сёрняйнен, в связи с чем некоторые входы в метро временно перекрыты. Станция метро будет работать в течение всего периода строительных работ. Ремонт не повлияет на расписание движения поездов метро. Более подробная информация о переносе остановок и перекрытии входов в метро будет опубликована по мере уточнения графика работ на сайте www.hsl.fi.

Узнать о том, как изменится ваш маршрут следования, можно по адресу: https://reittiopas.hsl.fi/

Сервис расчета маршрутов будет показывать запрошенную информацию с учетом всех изменений связанных с реконструкционными работами.

На трамвайной остановке Хаканиеми приостановлена эксплуатация платформ 3 и 4, а все трамваи перенаправлены на платформы 1 и 2. Недалеко от Дома Спорта на улице Хельсингинкату построе-

на новая временная остановка на перекрестке с Брахенкату. Здесь останавливаются трамваи, следующие от Дома Спорта по направлению к Хаканиеми.

Дополнительная информация и карты на финском языке в интернете: www.hel.fi



# Изменился порядок проезда по улице Пиркколантие

В связи с работами по переносу электрического кабеля и трубопровода, проезд транспортных средств по улице Pirkkolantie на отрезке между перекрестками с улицами Metsäpurontie и Maunulantie закрыт. Объездной маршрут проложен через улицу Metsäpurontie.

В связи со строительными работами временно изменены маршруты. Автобусы 52, 550 и 552, следующие в район Маунула, на отрезке от улицы Pakilantie до улицы Pirkkolantie, проезжают по объездному пути через улицу Metsäpurontie. Автобус № 51 следует по улице Mtsäläntie минуя районы Пирккола и Маунула. Автобуса № 63 следует в район Маунула по улицам Metsäläntie и Männikkötie. Ознакомиться с изменениями на маршрутах можно в интернете по адресу: www.hsl. fi или на странице интернет-сервиса расчета маршрутов: https:// reittiopas.hsl.fi/

Проезд к домам, расположенным вдоль улицы Pirkkolantie обеспечен в течение всего периода проведения строительных работ. В связи с работами будут внесены незначительные изменения, которые коснуться пешеходного и велосипедного передвижения по данной улице.

Объездной путь по Metsäpurontie

будет использоваться до лета 2020 года. Изменения в проезде общественного транспорта в данном районе продляться и по окончанию работ по переносу коммуникаций, в связи со строительством скоростной рельсовой транспортной линии Раиде-Йокери. Окончательное подтверждение строительства рельсового пути подтвердится после принятия бюджета строительного проекта муниципальными советами Эспоо и Хельсинки.

На территории вдоль улиц Pirkkolantie и Pirjontie планируется возведение жилых домов, а в районе улицы Suursuonlaita планируется строительство нового детского сада. В районе также будут проводиться работы, связанные с прокладкой рельсового пути Райде-Йокери. Перенос коммуникаций связанных с прокладкой рельсов, коснется также газопровода. Ознакомиться с планом переноса коммуникаций можно в интернете по адресу: hel.fi/johtosiirrot

# **ХЕЛЬСИНКИ**

## АА-группа

Русскоязычная АА-группа «Контакт» (анонимные алкоголики) собирается по вт. и пт. в 18.30 в приходском помещении (seurakunnan kerhohuone) Kastelholmantie 1, Puotinharju.

ALFA DanceClub ry Наш адрес: Hitsaajankatu 6, Helsinki. Телефон: 045 321 4343

Руководитель танцевальной школы Виктория Семенова Наш сайт: http://alfadance.fi/

Танцевальная школа в столичном регионе Финлянлии – ALFA Папсесвывная школа в Соличном региоле училилации — Аста Дапсесвы у проводит уроки в Хельсинки, Вантаа и Эспоо. Обучаем всем танцевальным стилям и направлениям, среди которых: • Спорвсем ганцевальные танцы - Силовая растяжка - Балет - Детский танец «Альфики» - Детская хореография - Детский современный танец - Хип-хоп (дети / взрослые) - Стрип пластика - Пилатес - Иогалатес Школа основана 27 марта 2015 года и динамично развивается. На сегодняшний день в школе занимается 132 ученика. Мы препода-ем на финском, русском и английском языках.

**Андрей Арт** Театр танца "Funked Up", Молодежный театр «у пАРТера» andrei\_art@hotmail.com 0505951644

# Акваклуб / Uimaseura Helsinki ry

Для занятий плаванием проводит набор в группы детей 4–9 лет (бассейн Jakomäki). Спортивная группа занимается 3 раза в неделю, учебно-оздоровительная группа – раз в неделю, группа начальной подготовки занимается в детском бассейне по понедельникам. Заподготовки запимается в детском оссечие по понеделютикам. За-нятия проводятся дипломированным тренером-преподавателем по плаванию Академии Физической Культуры и Спорта со стажем работы более 15 лет в летско-юношеской спортивной школе. F-mail: uimaseura.helsinki@gmail.fi Тел.: 0451 68 64 64.

# Дайвинг-клуб «Атлантис»

Дайвинг-Клуб «Атлантис» приглашает вас в бассейн. Обучаем плавать и нырять, помогаем похудеть и обрести фигуру. Проводим индивидуальные, групповые и семейные занятия. Тел.: 0400-45-0013

# «Артакрополь» центр искусств

Artakropol ry www.artakropol.com artakropol11@gmail.com 050–369 7075 Добро пожаловать!

Ассоциация Русскоязычных Спортсменов Объединение СПАРТАК – 1999 год создания Приглашаем в ПРОГРАММУ Здоровье-Спорт. Учим играть, плавать,

приемам защиты. **"Оутбол**: команды 3D /5D /6D, Лига Хельсинки. **Ветераны**: \*45 лет; - 60 лет. \*Футзал\* 3- лига. Тренировки: Myllypuro/Kontula/Vuosaren Kartano. **Юниоры:** (набор от 4-12 лет )

Спорт. база: Länsimaenkoulu, Pallastunturintie 27, Vantaa. Плавание: Набор детей возраста от 4-12 лет; - спортивное плава ние; - обучение основам плавания

Бассейны: Itäkeskus, lakomäki.

Председатель Амон Касымов, amon.spartak@gmail.com Отв. по набору детей: 041-501 20 30

# Ассоциация гражданского населения

# Финляндии Вяестелито p.o. – Väestöliitto ry Kalevankatu 16 B. PL 849, 00101 Helsinki тел.: 09 228 05141, 050–325 71 73, e-mail: anita.novitsky@vaestoliitto.fi

www.vaestoliitto.fi - monikulttuurisuus

Предлагаем семьям иммигрантов консультацию по вопросам воспитания детей и семейных отношений, организуем групповые встречи для родителей иммигрантов. Также предлагаем обучение, консультативную помощь и поддержку рабочим группам и отдельным лицам, занимающимся с переселенцами. Мы предлагаем также свои услуги и консультативную помощь разным социальным и педагогич учебным заведениям и учреждениям здравоохранения.

# Борцовский клуб «Самбо-2000»

Анатолий Смолянов, тел.: 040-702 9146

Самбо: вт.16.00–17.00, юноши, девушки от 10 лет и старше. Зал борьбы Лиикунтамюллю. Рук. Евгений Агейчик, тел.: 046 811 3999 Боевое самбо, Унифайт классический (боевой раздел): сб.11.30–13.00, юноши, девушки от 14 лет и старше. Зал борьбы Ли-икунтамюллю. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146. Группа всестороннего физического развития: пн. 16.00–17.00,

дети от 4 до 5 лет. Зал борьбы Лиикунтамюллю. Рук. Анатолий Смо-лянов, тел.: 040 702 9146.

лянов, тел.. 040 702 этчо.
Игры с элементами сопротивления, Унифайт: ср. 17.00-18.00,

дети от 6 до 9 лет. Зал дзюдо Лиикунтамюллю. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146. Игры, школьное многоборье: чт. 13.15-14.00 начальные классы, 14.30-15.15 1–2 классы, зал Финско-русской школы. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146. **Унифайт:** пн.17.00–18.00, ср. 18.00-19.00 юноши, девушки от 10 лет

и старше. Зал борьбы и дзюдо Лиикунтамюллю. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146. **Лыжи:** чт.17,00-18.00, дети от 6 до 10, чт. 18.00-19.00, 10 лет и стар-

ше, Палохейна, лыжня. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146. Плавание: пт. 17.00–19.00 учебный бассейн Итякескус. Рук. Анатолий Смолянов, тел.: 040 702 9146.

Игры на воде, Семейная физкультура: пт. 18.20–19.00, дети от 4 до 5 лет с родителями. учебный бассейн Итякескус. Рук. Александр Виноградов, тел.: 044 051 1720.

Мога: чт. 18.30—19.30, мужчины и женщины. В зеркальном зале Ли-икунтамюллю. Рук. . Екатерина Великанова, тел.: 046 951 1985

# Библиотека русского

# купеческого общества в Хельсинки

Библиотека открыта во второй половине дня по вторникам, пред-Биолиотека открыта во втором половине дият по вторимами, пред-варительная договоренность по тел.: 040-771 92 52. Helsingin Venäläinen Kauppiasyhdistys Ry, Rialtonkuja 4 Вход со стороны Allotriankuja, код 25 и 26 Тел.: 050-558 0298, e-mail: biblioteka@

# Вокальный коллектив «Околица»

Музыкальный руководитель: Вячеслав Дружинин, тел.: 046-8113166 или 046-8105465. tanyastudio@hotmail.com

Приглашаем в Вокальный коллектив «Околица» всех любителей русской песни. Мы поем русские народные песни и старые песни о главном. Желательно наличие музыкального слуха. Занятия в Малми.

# Детский цетр культуры «Музыканты»

Творческий центр «Семья» Karpalokuja 7 A, 00940 Helsinki Тел: +358 102 19 0 19 0 E-mail: musikantit@musikantit.fi www.musikantit.fi ДЦК Музыканты – это центр развития и культуры для всей семьи, существующий с 2004 года. В центре занимаются дети от 3 месяцев до 12 лет, подростки и взрослые. Следите за информацией на www.musikantit.fi/ru. в группах Face Подробная информация и запись на нашем сайте

# Детско-юношеское объединение «ПЕЛИКАН» р. о.

# Расписание занятий:

Продленка пн.-пт. 12:00-16:00 (Myllypuro). Игровая кратковр. пре-быван. реб., 2-4 л., пн.-ср. 10:00-12:00 (Myllypuro). Раннее развитие (nina@pelikan.fi, 044 2004 358). Мой малыш 2-3 л. и взросл. 30-45 мин., вт. 15:00 (Kannelmäki), чт., пт., сб. 10:00 (Myllypuro). Я сам 3-4 л., 45 мин., вт. 16:00 (Kannelmäki), чт., пт. 11:00, сб. 12:00 (Myllypuro). Непоседы 4-5 л., 45 мин., сб. 11:00 (Myllypuro). Нотка гр. муз.

разв., 3-5 л., 45 мин., (Myllypuro). Речевой центр (pelikan2004@ hotmail.com, 045 130 44 44). Почемучки 4-5 л., 30 мин., вт. 17:00 (Kannelmäki), чт., пт. 16:00, сб. 12:00 (Myllypuro). Школа до шко-Каппентаки, 1, т. 1500. С. 12.00 (мунургио). дикола до шло. ды 5-6, 6-7 л., 45 мин., пн., ср. 17:00, сб. 10:00 (мунургио), вт. 16:00 (Каппентакі), вс. 10:00 (Siilltie). Рус.яз. 1кл, 45 мин., вт. 15:00 (Каппентакі), ср. 16:00, сб. 13:00 (Мунургио). Рус.яз.2кл, 45 мин., пн., ср. 16:00 (Мунургио). Рус.яз.3кл, 45 мин., вт. 15:00 (Каппентакі), сб. 14:00 (Мунургио). В 12:00 (Siilltie). Рус.яз.4кл, 45 мин., сб. 15:00 (Myllypuro), вс. 11:00 (Siilitie), **Логопед** дети, взросл., инд., парн., гр. 30 мин., вт. 15:00-18:00 (Kannelmäki), чт. 17:00-19:00, пт. 16:00-18:00 (Myllypuro), вс. 10:00-15:00 (Siilitie). **Логоритмика** логопед. подит 17·00-19·00 пт 16·00-18·00 4-5 л., 45 мин., чт. 17:00 (Myllypuro)

ТВОРЧЕСКИЕ СТУДИИ (vladimir@pelikan.fi, 040 830 55 34). Театральная студия 5-18 л., 3-5 ч, (Myllypuro, Siilitie). Бумажный театр 6-16 л., 45 мин., вт. 16:00 (Myllypuro). Волшебная мастер**ская худ. студ.,** 5-15 л., 45 мин., пн., 17:00-19:00, сб. 13:00-15:00 (Myllypuro). **Вокальная студия от 6 л., ансамбль, соло**, 45 мин., вс. 10:00-15:00 (Siilitie). **Танцевальная студия** гр. 4–6, 7-9, 10-12, от 13 л., 45 мин., (Myllypuro). **Фольклорные игры** 4-7 л., 45 мин., чт. 18:00 (Myllypuro). Appeca: Myllypuro (Kivensilmänkuja 1), Nuorisotalo Kannelmäki (Klaneettitie 5), Siilitie (Kettutie 8).

# Друзья Культурного центра Sofia (Kulttuurikeskus Sofian ystävät ry) www.sofia.fi

Если Вы интересуетесь православной культурой и искусством, то наше общество именно для Вас. Став членом нашего общества Вы сможете принимать участие в культурной жизни, участвовать в развитии Культурного центра Sofia и развиваться духовно.

# Inkerikeskus

Torikatu 3, 00700 Helsinki (Malmi), 050 436 8227, toimisto@inkerikeskus.fi

# www.inkerikeskus.fi

Миформационно-консультационная служба.
Предоставляются консультации для иммигрантов, нуждающихся

в помощи или совете в бытовых вопросах или испытывающих со-циальные или психологические трудности в процессе адаптации.

- помощь при заполнении бланков на финском языке (KELA, соци
- альное ведомство) пояснение полученных решений из бюро и ведомств Финляндии - помощь при ведении дел на финском языке в финских ведомствах при личном общении и в электронном виде - контакт с сотрудниками финских бюро и ведомств.

Обслуживание на финском и русском языках.

Оослуживание на финском и русском языках. Группы поддержки. Тренинги, проводимые с целью обмена опытом и моральной поддержки участниками друг друга. На группах обсуждаются сложные ситуации в жизни участников и варианты их решения. Предлагаем недельные информационные курсы с **8.4 – 12.4.2019**, связанные с аспектами проживания в стране для только что переехавших и для уже живущих некоторое время в Финляндии. **ОНЈAUS JA TUKIPISTE** 

# Проект направлен на повышение активности русскоязычных безработных и членов их семей, преодоление барьеров трудоустройства, формирование навыков поиска работы и улучшение качества жизни. Формами деятельности проекта являются индивидуальные и групповые занятия, включающие в себя ознакомительные пекции и трупновые запатил, выпочающие в сесои ознакоминельные лесции и тренинги. Наша цель - научить клиентов самостоятельно пользоваться официальными финскими сайтами, в том числе, и сайтами по поиску работы, а также активизировать процесс трудоустройства тех, кто длительное время является безработным.

## Расписание групповых занятий:

По вторникам с 10.00 до 13.00 Группа социальной адаптации 50 + По чтвергам с 10.00 до 13.00 Группа социальной и трудовой адаптации в Финляндии

Курсы финского языка разных уровней пн. - чт. с 18.00.

Принять участие в деятельности проекта может любой желающий, зарегистрированный на бирже труда! Доп. инф. по тел:
Oksana Tikka, 050 373 4348, Galina Kulaeva, 0400 531 285

Запись на гигиенический паспорт, на карточку по тех. безог Проект OMA VENE (Omaishoitaiille venäiänkielistä neuvontaa) направлен на оказание информационной и практической под-держки на русском языке тем, кто ухаживает за своими близкими.

В рамках проекта работают группы поддержки, проводятся семинары и встречи со специалистами, а также обучение основам ухода и оказания помощи больным родственникам. Ждем Вас каждый второй вторник месяца в 14.00, 050 350 5067; 050 432 8543 Консультации, групповые и индивидуальные занятия логопеда. Занятия по развитию речи и обучение чтению детей дошкольн. и нач.

школьн, возраста, 050 431 1500 (запись только по пт. 13.00-14.00) **СПРАВОЧНАЯ СЛУЖБА ДЛЯ МОЛОДЕЖИ**: 050 557 6761

Оказываем помощь молодым людям в поиске места учебы и в профориентировании. Особое внимание уделяется тем, кому трудно определиться с будущей профессией. Занятия для детей и молодежи Seikkailutalo, Kallvikinniementie 10.

044 320 0174 Альма Смирнова По вт. и чт.с 17.00 – 19.00 рукоделие, разли

познавательные и спортивные мероприятия. По сб. с 12.00 – 16.00 семейный клуб

По вт., чт., пт. и сб. кружок работы по дереву: Алексей Смирнов 0440 557 729.

Для пожилых репатриантов: 050 432 8543 Светлана Тельтевская 044 729 2128 Елена Балк Seniori-kerho в Инкерикескусе по вт. и ср. с 12.00 – 14.00, по чт. и по пт. с 11.00 – 13.00

Группа по развитию памяти по ср. с 10.30 – 12.00 **Спортивные занятия в зале** по пн. с 11.00 – 12.30, *Sakara 2* 

Компьютерные консультации Доп. информация по тел. 050 436 8227 Курсы английского языка по чт. и пт. в 14.00, Стоимость: 10€ в месяц. Доп. информация по тел. 044 742 4141

жеска; доп: ипформации по тел: 044 742 4141 **Хор Pihapihlaja** по вт. с 15.00 **Фольклорный ансамбль Tuulistullaa** по чт. с 17.00 **Парикмахер** 040 501 7049, **Массажист** 040 579 6991

нкерикескусе есть возможность аренды по

# Отделение Русскоязычных Финляндии INTEGRAATIO ry

Общественная организация, целью которой является интегративная просветительская деятельность для достижения гармоничного развития человека, сохранения хорошего здоровья и добрых отношений с людьми у каждого из нас. Мы проводим развивающие семинары, оздоровительные курсы, занятия йогой в Хельсинки, Ванта. У нас можно пройти интегративное консультирование по широкому кругу вопросов семейной жизни, воспитания детей и личностной самореализации. Принцип нашей работы – индивидуальный подход к каждому. Сайт http://integraatio.ru

## Тематическое Отделение Русскоязычных Финляндии Nelumbo ry

Общественная организация, целью которой является сохранение и укрепление физического и психического злоровья людей по средством йоги, психологии и других наук и практик. Мы проводим занятия по йоге, асахи и других телесных практик, лекции, семинары и мастер-классы. Занятия проводятся в Хельсинки и Эспоо. Подробности по телефону 046-524-22-23 группы вконтакте и facebook: Nelumbo

# Тематическое Отделение Русскоязычных Финляндии КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ ПАРНОГО ТАНЦА Oversway ry

Приглашает всех тех, кто любит танцы, кто уже умеет танцевать или очень хочет научиться. Изучаем популярные парные танцы на основе европейских, латино-американских, финских и российских бальных танцев. Основы Аргентинского танго. Доп. инф. тел.: 0445445457, oversway03@yahoo.com. http://wk.com/club28667957

## Отделение Русскоязычных Финляндии семейная организация Klubok ry

Клуб живого общения для русскоязычных семей. Мы проводим Посиделки для мам, познавательные семинары, мастер-классы, встречи со специалистами и обсуждение актуальных вопро сов. У нас вы можете узнать, как действовать в разных жизненных ситуациях, получить консультации на тему образования, семьи и детства, мы ответим на любые вопросы, связанные с обустройством быта и хозяйства при переезде в столичный регион. Посиделки проходят по вторникам с 17.00 до 19.00 в Mustakivi leikkipuisto, Хельсинки, Вуосаари (Vedenottamontie, 6). По понедельникам с 17.00 до 19.00 в Perhekahvila Punahilikka, Хельсинки, Якомяки (Huokotie 3). За другими мероприятиями следите в наших группах: https://vk.com/klubokhelsinki www.facebook.com/groups/klubokhelsinki/

# и на сайте: www.svkeskus.fi/klubok Конт. телефон: 045-137 73 74

и на саме. «Мать и дитя» рук. Рената Кент, гел. 040-732 01 72 Младшая группа (мамы с детьми до 3 лет): встречи по вторникам в 10.30-12.30 по адресу: Emännänpolku 1, в помещении при церкви Mikaelinkirkko (метро «Контула»), занятие по развитию детей через рисование, гимнастику и музыку. Встречи по четвергам в помещении asukastalo Kipinäpuisto по адресу: Kivikonkaari 31, в районе Кивикко, ст. метро «Контула»: в 10.30 музыкальное занятие для детей на русском языке бесплатно, после него в 11.00 общение Координатор младшей группы: Мария Ильина-Теро, тел.: 040-5938039.

**Техника плавания для детей с 7 лет** и взрослых в бассейне Малми, тренеры Татьяна и Виталий Костицыны.

Водная аэробика для мам по понедельникам в бассейне Итякес

кус. Есть свободные места. Доп. инфо на нашем сайте: www.pikku.narod.ru

# Клуб Ингрия – Inkeri klubi

Основан в январе 2014 года. Проводим вечера и выставки рассказывающие об истории народа Ингрии / Ингерманландии. Наш саит: http://inkeri-klubi.radioviola.net/

Предс. Виола Хейстонен. 040 537 0405 э-майл: inkeri.klubi@amail.com

Клуб любителей путешествий
Орг.вопросы по тел. 040 746 9248 с 10.00 до 15.00 Эйла. Русский дом, клуб «Садко», Sörnäisten rantatie 33 Д, 5-й этаж.

Культурный центр «Кайса» www.caisa.fi Миконкату 17 С (напротив железнодорожного вокзала) Тел.: 09– 169 33 16, e-mail: caisa.tiedotus@hel.fi

# Клуб айкидо Такемусу www.takemusu.fi

Производим набор мужчин, женщин и детей с любым уровнем подготовки для занятий традиционным Айкидо. Расписание занятий: Четверг 19.30-21.00 Суббота 13.00-14.30. Адрес проведения Liikuntamylly (метро Myllypuro). Доп. инф.: Тел: 0458939330 Сергей vlaserg01@ gmail.com Группа ВК: Такемусу – Айки. Финляндия.

# Клуб боевых искусств Triskelion Kung Fu

Для лиц в возрасте от 14 лет! Приглашает на индивидуальные занятия Вин Чунь – кунг фу, ножевым боем, СТРЕТЧИНГОМ (растяж-ка). Время и место занятий по индивидуальной договоренности. Рук. Александр, тел.: 040-732 70 86, triskelionkungfu@hotmail.com

Клуб любителей авторской песни Октава
Сбор клуба в каждую третью пятницу месяца в помещении клуба Садко, Helsinki, Sörnäisten Rantatie 33 D, 5 этаж, время − 18,00-2.00. Спр. о других мероприятиях клуба − bardclub.helsinki@ gmail.com. Тел.: 040 587 4276, Вероника Микконен

# Клуб «Фамилия» / Familia Club ry YRJONKATU 29 A 1, Хельсинки 09-738 628

**Лютеранские приходы Хельсинки** Добро пожаловать все желающие познакомиться с финской лютеранской церковью! Богослужения на русском языке каждое воскресенье в 12.00, в Matteuksen kirkko (Turunlinnantie 3, Itäkeskus, напротив библиотеки STOA).

Мы проводим библейские занятия, обучение азов христианства (rippikoulu), молитвенные собрания, беседы и общение на духовные и житейские темы, занятия для молодежи и обучение вожатых, семейные встречи и различные лагеря. Возможны требы (крещение, венчание, погребение), а также исповедь или душе-попечение на русском языке. Все мероприятия (за исключением лагерей) проводятся бесплатно.

Тематическая встреча: О болезни и исцелении. В вскр. 17.03. начало в 14.00. в Matteuksen kirkko.

Идет запись в молодежный конфирмационный лагерь

 - RIPARI 2019 на русском языке. Приглашается молодежь 15-18
 лет. Обучение азам христианства, знакомство с лютеранской церковью, вопросы этики и нравственности. После обучения и лагеря желающие могут пройти конфирмацию и стать членами лютеран-ской церкви. Лагерь будет проходить 17.-24.07.2019 в лагерном центре Lohiranta (Lohia). Городские занятия в Хельсинки, в апреле Стоимость лагеря 140€. Запись на эл. почту: evl.fi.ru@gmail.com

Спортивные занятия для мам с малышами: Фитнес Мама и Малыш (дети до 1 года). Понедельник и пятница, 10.30 Мультзарядка+ Логоритмика (дети 1-3 года) Среда 10.30, Суббота 11.00 Телефон: 0456966311, Людмила. Все группы собираются в Matteuksen kirkko. Вход открыт с 10:00. Занятия проводятся бесплатно.

Вечера для всей семьи в сб. 23.03.19. в Matteuksen kirkko с 17 до 20. В программе вечера беседа для взрослых, настольные игры для детей и дискотека для всей семьи, работает буфет.

Следите за нашими событиями на обновленной странице: www.helsinginseurakunnat.fi/ru и на сайте наших прихожан: www.luterane.fi Наша группа ВКонтакте: Лютеранство в Финляндии по-русски. Свяжитесь с нами evl.fi.ru@gmail.com

# Международное общество поддержки

молодежных инициатив «Логрус» Наарапіетелкати 7-9 В, офис 1222. Телефон 050-533 33 26, 046-811

27 38 www.Logrus.fi, эл. почта: logrus.info@gmail.com Проект «Дизайнер своей жизни» - это увлекательное путешествие в мир своих внутренних возможностей и ресурсов, моды и стиля. Вы научитесь проявлять свою внутреннюю красоту через внешнюю. Вас ждут актерские, танцевальные и развивающие тренинги, знакомство с профессиями модели и модельера. Итог – участие в финальном шоу и уверенный шаг по подиуму своей жизни, свой индивидуальный стиль и, возможно, личный бренд. Продюсер Ольга Сванберг 0505333326. Запись на кастинг в новый

сезон проекта logrus.info@gmail.com.
Театральная студия. Продолжаются занятия в театральной студии, осуществляются постановки на русском и финском языках. Приглашаются желающие попробовать себя в качестве актеров, декораторов, костюмеров, сценографов, свето- и звукорежиссеров. Ведущая Аквиле Рузгите 0452656332.

Видеостудия. Продолжаются занятия в видеостудии. Навыки владения видеокамерой не обязательны. Ведущий Евгений Камардин обласа 5238

0504535288.

Психологическая консультация в помощь русскоязычным семьям. Информация на сайте www.psihologia.fi. Услуги устного переводчика. Справки по телефону 0505333326.

# Международное молодежное

**общество «Калейдоскоп»** Тел.: +358 50 530 64 20, ry.kaleidoskooppi@outlook.com

Приглашаем творческие коллективы и общества к сотрудничеству и участию в фестивалях «Балтийская папитра» (новые идеи и взгляды), в выставке детского творчества (поделки, рисунки, фото, все виды ручного труда, и т. д.). Приглашаем детей в кружок по изучению русского языка и на индивид. занятия по физике и математике

# Международная творческая Группа «Тайвас»

Руководитель Елена Лапина.Балк: e-mail: pod-nebom-edinym@yan-dex.ru, сайт: www.taivas.ucoz.ru, GSM: 040– 551-60-04 Литературный альманах мировой русскоязычной диаспоры «Под небом единым» сайт: www.pod-nebom-edinym.ru Издание авторских сборников, со здание авторских страниц на сайте для членов ассоциации «ТАЙВАС»

# Многокультурный семейный центр

www.yhteisetlapsemme.fi Учредитель: Наши общие дети. Директор: Элла Лазарева, +358 50 3782461, ella.lazareva@yhteisetlapsemme.fi

Адрес: Mustankivenraitti 7, 00980 Helsinki (metro Vuosaari) Услуги: Курсы по подготовке к родам, индивидуальная и семейная психотерапия (KELA), индивидуальные консультации взрослых, подростков и детей, коррекционные программы подросткам и

детям, психологические тренинги, тематические лекции-семинары, семейная работа на дому, консультации по телефону и SKYPE. Семьи г. Хельсинки обслуживаются бесплатно. Кружок мама и малыш работает по пн. с 10.00 до 14.00

ботам с 9.00 по 15.00. В центре проводится гимнастика для малышей начиная с 4 месяцев по средам с 10.00 по 12.00. Музыкальные занятия для детей организованы по средам с 17.00 по 19.00 и четвергам с 9.30 до 11.30

Работу в центре ведут профессиональные психотерапевты, псии, физиотерапевты, логопеды, семейные работники. Центр мает специалистов на практику.

## Многокультурная молодежная организация Aurinko

Тел. 040-965 06 99, эл. почта: aurinko\_ry@hotmail.com

http://k.com/aurinko\_ry
– Ансамбль танца «Ауринко» (акробатика+танец, от 2 ... 30 лет, группы сформированы по возрастам) – Шахматы "Шах и мат" – Вокальная группа "Лучики" (англ.яз., русский яз.) – Театр сказок и преданий "Златоуст" – мастерская "Рукоделки". Открыты к сотрудничеству и совместным проектам!

# Тематическое Отлеление Русскоязычных Финлянлии Perhelinna ry

это – сообщество профессионалов сферы здравоохранения и сочиальных служб (социальные работники, логопеды, психологи и т. д.), поддерживающее русскоязычных переселенцев и их семьи в процессе социально-психологической адаптации в Финляндии. Общество организует различные службы поддержки, тематиче ские лектории, обучающие программы и курсы. Perhelinna ry также помогает подтверждать дипломы об образовании, полученном за пределами Финляндии. Контактный телефон +358451780076.

# Отделение Русскоязычных Финляндии «SmarTeens» ry

Клуб «живого» общения для русскоязычных детей и подростков с активной жизненной позицией, комфортное и позитивное обра-зовательное пространство с максимальным вовлечением в про-

цесс обучения и деятельность клуба самих подростков. Приглашаем провести время с пользой, найти настоящих друзей и получить знания и навыки, которые помогут в жизни!

Для Вас курсы по: экономике и финансовой грамотности, предпридил вас курсы по экономике и филансовой грамопассии, предприг нимательству, тайм-менеджменту, этикету, английскому и русскому языкам, математике и логике, истории и политологии, моде и стилю, ораторскому искусству, кулинарии, живописи и лепке. А также: программы выходного дня, однодневные интенсивы, мастер-классы и семинары, интеллектуальный лагерь в дни школьных каникул.

Индивидуальная экспресс-диагностика личностных особенностей (для выявления скрытых способностей и талантов) и участие в ра-боте регулярных клубов по интересам – бесплатно для всех членов нашей SmarT команды. Справки по тел.: 0451076900.

# СОЮЗ МНОГОКУЛЬТУРНЫХ ЖЕНСКИХ

**ОРГАНИЗАЦИЙ МОНИКА** www.monikanaiset.fi HermanninRantatie 12 A, 4. krs.

www.monikanasec.ii петнапіпіпапіаці 12 л., ч. кіз. Задачей Союза многокультурных женских организаций Моника является улучшение положения женщин-иммигранток в Финлян-дии, оказание помощи женщинам и детям, ставшим жертвами семейного насилия, а также их поддержка в процессе интеграции

**KriisikeskusMonika - КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР МОНИКА** Телефон доверия 080005058, пн. - пт. с 9 до 16.

Чат на русском языке работает по четвергам с 10 до 12

Услуги крушсиого центра Моника предназначены женщинам-им-мигранткам, пострадавшим от насилия или угрозы такового в семье или лоугих близких отношениях, а также жертвам торговли семое или других опизыки отношениях, а также жертвам торговли людьми. По результатам исследований самым опасным местом для женщины является её собственный дом. Именно там женщины чаше всего подвергаются побоям, оскорблениям, сексуальному и экономическому насилию. С насилием можно столкнуться и в других близких отношениях. Не является исключением случаи насилия, например, в период ухаживания, со стороны детей в отношении родителей или наоборот. Дискриминации, сексуальным домогательствам и оскорблениями женщина может подвергнуться на месте учёбы или работы.

В кризисном центре Моника Вы можете получить профессиональную консультацию и поддержку, в том числе на русском языке. За помощью можно обратиться анонимно. Все услуги центра бес-платные. Желательна предварительная запись по телефону. Адрес: HermanninRantatie 12 A, 4 этажХельсинки.Время работы пн.-пт. 9 – 17. Фейсбук: www.facebook.com/kriisikeskusmonika

**TurvakotiMona - ПРИЮТ МОНА** Тел. 0456396274 (24 ч.) Приют Мона предоставляет женщинам-иммигранткам и их детям кратковременное безопасное проживание в случаях, когда нахождение дома небезопасно из-за семейного насилия или угрозы такового. В приюте женщины получают профессиональную кризисную помощь, а также консультации и рекомендации по проблемам

смейного насилия и предупреждению его возникновения.

КotoutumiskeskusMonika - ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР МОНИКА Центр оказывает услуги женщинам-иммигранткам, помогающие в процессе интеграции и трудоустройства: информация о жизни в Финляндии, об услугах населению в Столичном регионе, помощь в поиске работы, учебы или места практики.

Помощь в вопросах трудоустройства включает в себя персональ ную поддержку ментора в процессе поиска места работы или уче-бы, участие в групповой работе, индивидуальное консультирование, помощь в составлении резюме. Дополнительная информация по телефону 0456569955 (на финском, русском и эстонском языках). Вы можете принять участие в различных группах: изучение финры можете припять участие в различных группах, изучение фил-ского и английского языка, обучение работе с компьютером и электронными сервисами. Доп. инф. и запись по телефону 0452635729 (на финск и англ.)

Инд. консультации по вопросам проживания, получения услуг, трудоустройства и многим другим проводятся без предваритель-ной записи по понедельникам с 9 до 18, вторник-четверг с 9 до 16 и по пятницам с 9 до 15. Более подробную информацию можно получить в Фейсбуке: www.facebook.com/kotokeskusmonika

**Творческий центр Метрополь ry** e-mail: musicstory2013@gmail.com Телефон: 041 538 70 50 Детский вокальный проект «Музыкальные истории» РАЗУЧИВАЕМ 10 ВЕСЕЛЫХ ПЕСЕН. ЗАПИСЫВАЕМ АЛЬБОМ!!!

В проекте могут принять участие дети, которые еще ничего не умеют, дети со способностями и задатками, которые надо раскрывать ю), деги со спосооностями и задагками, которые надю раскрывано и развивать, а также ребята, у которых, определенно, есть талант. Занятия проводятся: ВТОРНИК Malminkartano, nuorisotalo PILANPOLKU 3. CУББОТА Pohjos Haaga nuorisotalo TEUVO PAKKALAN tie 5 е-mail: musicstory/2013@gmail.com, GSM: 041 538 70 50 Оставьте Ваши контактные данные, и мы ответим на Ваши вопросы.

Koulutus– ja kehitysyhdistys Merihepo ry Ten.: 045-261 75 90, danianen@mail.ru, Дания Хейнонен Теннис: в SMASH-tennis ry (Varikkotie,4) дети 11–19лет. 1час – 10,80 евро (преп.,корт,аренда ракеток). группа 6 детей. **Рисование**. Студия. преп. В. Охрименко. **Вязание**, **Фотография**, **Косметология** (по мере набора группы). Занятия проводятся в районе Herttoniemenranta

Объединение Helsingin Alzheimer-yhdistys ry Союз Альцгеймера: консультационный пункт для пациентов с на-рушениями памяти. Хельсинки, Salomonkatu 21 В (рядом с гостиницей Радиссон). Консультация обслуживает жителей столицстиницей Рэдиссон). Консультация обслуживает жител ного региона и оказывает помощь тем, кто заметил у себя или у своих близких проблемы с памятью: определение заболевших на исследование и лечение, помощь в раннем обнаружении болез-

# ни и ее предупреждении, помощь в решении бытовых проблем, уменьшение нагрузки как на самого больного, так и на его близких. На консультацию необходимо предварительно записаться по тел. (09) 310 44 521 (с 15.00 до 16.00 с понедельника до четверга). Объединение русскоязычных литераторов р. о.

e-mail: inyeberega.info@gmail.com Председатель правления: Наталья Мери, тел. 050 383 7666 e-mail: председатель правления. паталья мери, тел. 03 363 7000 е-птап. marjaniemi7@hotmail.com Руководитель литературной студии: Алексей Ланцов, тел. 044 2748927. Студия проводится один раз в месяц, справки у Алексея Ланцова. Принимаются материалы для публикации в журнале «Иные берега». Прозу и стихи с контактными сведениями просьба присылать по электронной почте: inyeberega@gmail.com По вопросам подписки на журнал «Иные берега» обращаться по эл. почте: inyeberega@gmail.com или по

# тел.: 0503261050. Людмила Яковлева. Общество поддержки Финско-русской школы Каареланкуя 4, 00430 Хельсинки http://svk-kannatus.fi

E-mail: yhdistys@svk-kannatys.fi Финско-русские детские сады, использующие языково-игровой метод.КАЛИНКА (Хельсинки) – тел.: 046-812 68 67, МАТРЕШКА (Вантаа) – тел.: 044-700 38 51

## Общество помощи людям с ограниченными возможностями

Секретарь тел.: 045-270 19 15 Общество помогает адаптироваться иммигрантам-инвалидам. семьям с детьми инвалидами и людям с хроническими заболеваниями. Общество консультирует: По правовым вопросам, тел.:

## 040-913 58 70. По социальным вопросам, тел.: 040-270 19 15. Общество русскоязычных ученых и инновационных предпринимателей

Финляндии «Havкa» www.nauka.fi Зарегистрировано в июне 2014 года. Цель – создание влиятельной общественной организации русскоязычных профессиональных исследователей и технологических специалистов. Общество предоставит новые возможности и инструменты для развития, поможет в работе и представит интересы специалистов в общественной жизни Финляндии. Более развернутая информация об обществе в прилагаемых ссылках. Правление общества «Hayka»: info@nauka.fi Анкета для регистрации в члены Общества: www.nauka.fi/register «Havка» в Facebook: www.facebook.com/nauka.fi

# Общество «Финляндия-Россия»

venajaseura.com > Tapahtumat

Общество «Финляндия-Россия» – общество дружбы, главной залачей которого является знакомство с Россией и российской культурой. Оно имеет местные отделения в большинстве районов Финляндии. Русские тематические мероприятия открыты для всех. Следите за нашими событиями по всей Финляндии:

# Общество «Природа и здоровье»

Собирается в последнее воскресенье каждого месяца: В 12 часов в зале (2-й эт.) церкви Мюллюпуро (Myllynsiipi 10). Тел. для справок: 040-413 21 21, Владимир Лосев. Исторический кружок «Аврора» собирается в зале 1 библиотеки Мюллюпуро (Asukastalo Myllypuro). Тел. для справок: 0442711620, Аркадий Саксонов. Также работают по своему расписанию кружки, в т. ч.: музыкальный кружок Галины Химич; группа здоровья Татьяны и Виталия Костициных.

Общество друзей Свято-Троицкой церкви Группа в ВК: vk.com/pkky1827

Группа в FB: www.facebook.com/pkky1827

Общество памяти Святых Царственных Страстотерпцев Николая іі и его Семьи, а также фрейлины Государыни,

Анны Танеевой-Вырубовой в Финляндии www.tsaarinikolai.com Email: ipersem.anna@pp.inet.fi Зам. председателя: Людмила Хухтиниеми, тел.: 040–744 3 0 06.

# Общество дружбы Suomi-Alania

(Финляндия-Осетия)

(**Финляндия-Осетия)** Доп. инф.: Юрий Гаглоев, тел.046-8121491 ВНИМАНИЕ! Возможно тестирование состояния здоровья на аппарате «Лотос» как вышеуказанное время, так и на заказ.

## Общественная организация «Грамота»

Развиваем и сохраняем родной язык у русскоязычных детей. Ока-зываем помощь в выполнении домашних заданий, в том числе и на финском языке. Знакомим детей с произведениями детских писателей, формируем интерес к чтению. Развиваем мышление и внимание с помощью решения логических и творческих задач Формы работы: работа в группах и по инд. плану в зависимости от уровня знаний ребенка; внеурочная работа: инсценировки, экскурсии, культпоходы, чаепития. Ребенок имеет возможность услубить знания русской и финской культуры. Рук.кружков: Алла Лаппала 040–563 51 61, Марина Данкова 044–529 86 50.

# Российский центр науки и культуры (РЦНК) Nordenskiöldinkatu 1, 00250 Hki, тел. (09) 436 0037,

факс (09) 436 00423

ФИК. (05) 430 00423 Пн.-чт. 10.00–20.00. Пт. 10.00−18.00. БИБЛИОТЕКА Вт.- чт., 15.00 − 19.00, Пт. 10.00 − 14.00 Закажите программу РЦНК по эл. почте finland@rs-gov.ru

## Русский Культурно-Демократический Союз р. о. Русский дом

Sörnäisten Rantatie 33 D, 5 этаж. Тел.: 050-343 60 96 www.vkdl.fi E-mail: rkds@vkdl.fi

Исп. директор Рейно Бюркланд. Председатель Антти Тимонен Предлагаем услуги в оформлении бланков по интернету для обмена и получения заграничного паспорта гражданам РФ. Также печатаем доверенности, различные справки, делаем копии

# КУРСЫ И КОЛЛЕКТИВЫ

Вокальный ансамбль «Русская песня». Пн.18.00. Ср.18.00. Рук.

Русский инструментальный ансамбль «Шмель-трио». Вт. 17.30.

Рук. Рейно Бюркланд. **Театральная студия «у пАРТера»**. Ср. 19.45. Реж. А. Арт. 050-595

Поп-рок группа « Киу». Пн,Вт,Ср. 19.00. Рук. С.Соколов.

Студия восточного танца, без ограничений в возрасте Рук. Анна Артеменкова, тел. 0443068561 Клуб любителей авторской песни - встречи по третьим пятни-

цам каждого месяца в 18.00. Рук. Вероника Микконен. Клуб любителей путеществий - встречи по четвертым пятницам каждого месяца в 18.00. Председатель Юрий Пелгонен

# Русский клуб «Садко» р. о. Русский дом

Sörnäisten Rantatie 33 D. 5 этах www.sadko.fi, E-mail: sadko@vkdl.fi

www.sacko.n, E-mail: sacko@vkol.n Исполнительный директор Рейно Бюркланд Председатель Юрий Мельников, тел. 040 502 7425

Координатор Лариса Малмберг, тел.: 050-443 43 73 Канцелярия РКДС/Садко, тел.: 050 3436 096 **Началась занятия в ШКОЛЕ ВОЖАТОГО и ЛИДЕР.** Дополнитель-

ная запись. Руководитель Татьяна Нурми, тел. 0442721848. Продолжается запись в летние лагеря «Ахтела 2019» для

### ольников 8-16 лет. РАБОТА КРУЖКОВ И СТУДИЙ

РУССКИЙ КЛУБ САДКО. Sörnäisten Rantatie 33 D, 5 эт. **Сб. Во-** кальный ансамбль «Колокольчик»11:00. Рук. Людмила Р. тел. 044 020 6511. Пн. Ср. Чт. Математика. Преп. Светлана Ш. тел. 044 982 9336. По расписанию преп. Пт. Музыкально-театральная студия»Сказка» 17.00, +блок-флейта 18.00 преп. Наталья С.тел. 040 511 5838 Фортепианный класс: преп. Сергей С. тел.

KALLAHDEN NUORISOTALO. VUOSAARI. Pohjavedenkatu 5. C6. Преп. Валентина Л. тел. 045 865 7750. **Словарики** 11.50 дети 4-5 лет. **Математика 1**, 10.55 дети 3-6 лет. **Математика 2**, 12:35 дети 3-6 лет. **Подготовишки** 10:00 дети 5-7 лет. **Вс. Музыкальный Колобок:** 10:15. дети 3-4 лет, 11:10 углубл. уровень. 12:05 дети 5-6 лет. Преп.Оль га Т. тел.050 408 4348. **Рисование** 10:00.**Умелые ручки** 11:00 и 12:00 дети от 2 лет, преп. Вероника Д. тел.040 5687311. **Худ. гимнастика:** 9:30, 10:15, 11:00 дети 3,5-5 лет, 11:45 дети 6-9 лет. Преп. Лариса Р. тел. 040 514 9352. **Зумба** 13.10 без ограничений возраста, преп. Элина С. Русский язык: Дошколенок. 10:15 дети 4-6 лет. **Букварик** 11:05 дети 6-9 лет. **Родной язык**. 2-4-й класс 12:00. Преп. Римма В. тел. 044 547 8788. «**Щелкунчик»**, **балет:** 13:00 мл. и ст. гр. Преп. Ева М. тел. 040 529 3209. **АБВГДейка:** 10:15 с 3

лет, 11:10 дети 5-7 лет. Математика 12:00 дети 3-6 лет. Теремок, театральный кружок: 13:00 дети от 4 лет. Преп. Валентина Л. NUORISOTALO MERIRASTI. Jaluspolku 3. Студия эстрадного тан**ца «Роза ветров»:** 9:30 дев. и мальчики 5-7 лет. 10:30 дев. 10-12 лет, 12:00 дев. от 13 лет. Преп. Анна А. тел. 044 306 8561. VESALAN NUORISOTALO. Tuukkalankuja 4. **Вт. Худ. гимнастика:** 

16:30 дети 3,5-5 лет, 17:15 дети 6-9 лет. Преп. **Лариса Рингинен**, тел. 040 514 9352 **Студия этнического танца «Жасмин»**. 18:00 дети от 6 до13 лет Преп. **Эльвира Кампен**, тел. 041 724 4123 **Курс** самообороны 20:00 от 14 лет. Преп. Александр Громов,

**Сб. Сундучок идей. Рукоделие.** 12.30 дети от 6 лет. Преп. Инна Я. тел.040 762 0029 **Худ. гимнастика**: 10:00 дети 3,5-5 лет, 10:45 дети 6-9 лет. Преп. Лариса Р. тел. 040 514 9352. **Математика**: 9:00. Преп. Светлана Ш. тел. 044 982 9336. **«Щелкунчик», балет**: 13:00 **Курс** самообороны 12:30 от 14 лет

KONTULAN NUORISOTALO. Ostostie 4. Вт. Студия эстрадного танца «Роза ветров»: 17:00 мал./дев.5-7 лет. 18:00 дев. 10-12 лет. 19:15 с 13 лет. Преп. Анна А. тел. 0443068561. Русский язык 16:45 (6-8лет). Математика 16:00 (6-8 лет). Преп Валентина Л. тел. MYLLYPURON NUORISOTALO Yläkivenrinne 6, 00920 Helsinki, Bc.

«**Фируза»,** 10:30. Взрослая Преп. Не Т. тел. 044 2361 783. Студия Этнического танца «Жазмин», 12.00 дети 3-5 лет. 13.00 от 6 до 13 лет. 13.00 Преп. Эльвира К. тел. 041 724

KALASATAMA, Vanha talvitie 19а. Пт. Студия эстрадного танца «**Роза ветров».** Ср. гр. 17.00 дев. 10-12 ле

# Русскоязычное академическое общество

Тел.: 050–530 36 76, факс: 09–629 759 www.researcher-at.ru E mail: rao@researcher-at.ru

Разработка программы факультативного обучения для русскоязычных школьников в Финляндии. Создание программы по трудо-устройству русскоязычных людей с высшим образованием. Клуб интеллектуальных игр «Что? Где? Korдa?» (www.chgk.tk).

# Русскоязычные Финляндии

# (Suomen Venäjänkielisten Keskusjärjestö ry) Объединение русскоязычных некоммерческих общественно-по-

лезных организаций. На сайте организации собираются самые актуальные переводы анкет КЕLA, Миграционной службы и Би-жри Труда www.svkeskus.fi. Отделения Русскоязычных Финляндии предлагают разнообразную деятельность на русском языке в Сто-

# Рускоязычный детский клуб «Росинка»

www.rosinka-helsinki.com Teerisuontie 8 R, Хельсинки Клуб приглашает на занятия в группы:

Baby-fitness (от 1 года до 3 лет) Крошка Ру – музыкально-игровые занятия (от 1 года до 2.5 лет) Акварельки – кружок изобразительного искусства (от 3 лет) Веселые нотки – развивающие музыкальные занятия (от 2.5 лет) Happy Eng-lish! Матрешки – развитие речи (от 2 лет) Волшебные кубики – обучение чтению по методу Н. А. Зайцева (от 3 лет) Веселый клубок – кружок вязания для детей и взрослых Сами с усами – детский уголок Занятия проводятся по адресу Teerisuontie 8 R (7 минут ходьбы от станции Малми). Доп. инф. на сайте или по телефону +358 50 362 8865 Екатерина.

## Семейный центр «Мария»

Расписание занятий и стоимость на сайте: www.perhekeskusmaria.com Русский, финский, английский языки для дошкольников, школьников и взрослых. Школа Мэри Поппинс для самых маленьких. Школа юных барышень Школа юных джентльменов. Хоровые и танцевальные студии. Школа игры на гитаре, синтезаторе. Инди видуальные занятия на фортепиано. Школа шахмат. Уроки ручного труда и ИЗО. Комплексные развивающие занятия для малышей. Мастерская сказки. Лечебная физическая культура (ЛФК) и массаж, массаж для новорожденных (индивидуальные занятия). Специальный учитель, логопед. Гимнастика, йога, медитация. Опытные педагоги-профессионалы ждут Вас в клубе по адре-cy:Liusketie 3F, 00710 Helsinki (Pihlajamäki), тел.:0400552557.

эл. почта: perhekeskusmaria@gmail.com

# Партнерская организация Русскоязычных Финлянлии Союз Русскоязычных Предпринимателей Финляндии Председатель Правления Петрова Надежда

Тел.: 045-6385907, info@srpf.fi.
Наша организация объединяет русскоязычных предпринимателей по всей Финляндии. Мы проводим различные мероприятия, с лем по всеи очилиндии. мів проводим различные мероприятия, с анонсом которых Вы можете ознакомиться в нашей одноименной группе в ФБ. Подать заявку на вступление в члены можно на сайте www.srpffi. Мы жлем не только лействующих предпринимателей но и планирующих начать деятельность. Добро пожаловать!

# Союз русских художников Финляндии «Триада»

Почетный председатель – Андрей Геннадиев Председатель Союза – Михаил Сиймес, тел. 040-961 06 18 Зам. Председателя - Александр Куприянов, тел. 0415357268 Отв. секретарь – Татьяна Перж, тел. 0415405254, perje@mail.ru Созданный в 1998 г. Союз «ТРИАДА» преследует цель объединить художников, выходцев из бывшего СССР, постоянно проживающих в Финляндии. Важнейшей задачей Союза является популяризация русского искусства среди финской художественной общественности, широкой публики Финляндии и других стран. С этой целью проводятся выставки, как в Финляндии, так и за рубежом, издаются рекламные плакаты и каталоги. Союз принимает заказы на выполнение живописных (в том числе портретов), интерьерных, иконописных, реставрационных, ювелирных и др. художественных работ. По всем вопросам обращаться к ответственному секретарю. Надеемся, что Союз «ТРИАДА» будет интересным и полезным

### Спортивное общество Динамо

Председатель: Петри Новицкий, тел.: 0400–488048. Информация для контакта на сайте: www.dynamory.net ВОЛЕЙБОЛ. Две мужские команды играют на уровне 4 и 5 лиги. Две женские команды играют на уровне 3 и 4 лиги. БАСКЕТБОЛ. Мужская команда играет на уровне 4 лиги ФУТБОЛ. Мужские команды играют на уровне 7 лиги.

# ФЛОРБОЛ. Две мужские команды играют на уровне 5 и 6 лиги. Спорт – легкая атлетика HIFK-yleisurheilu ry

Проводится набор девочек и мальчиков 11–15 лет. Спринтерский и барьерный бег, бег на выносливость, прыжки в длину, высоту и т. д., хорошая общефизическая подготовка, спортигры. У кого бы стрые ноги – приходите! Тренер Анатолий 0400-258 355 Также набор детей 5–7 лет, тренер Виктор 045-610 33 83

Спортивный клуб «Унифайт клуб Хельсинки» vk.com/ufh2015 Александр Вартиайнен 0468128919
Унифайт 4-6 и 6-9лет: зал liikuntamylly пн,ср 17.00-18.00 полоса русско-финская школа: чт 18.00-19.00 вс 14.00-15.00 Полоса препятствий, общее развитие, основы борьбы.

Тюлюса прелятствии, общее развитие, основы обрьов. Унифайт 10-15лет и взрослые: Зал Liikuntamylly пн 17-18.00 ср 19.30-21.30 пт 11.30-13.00 полоса русско-финская школа: чт 19.00-20.00 вс 13.00-14.00 Полоса препятствий (элементы паркура), борьба. Фитнес для женщин: русско-фин школа: чт 19.45-20.30

## отделение Русскоязычных Финляндии Спортивный клуб SPINNISKOLA

приглашает на интересные занятия детей всех возрастов и их родителей. Клуб работает в спортивно-досуговом центре GRANIITTI, в районе Пихлаямяки по aдресу Graniittitie9, Helsinki. До зала ходят автобусы 550, 71, 79.

**Настольный теннис для детей от 5 лет** (оздоровительные и соревновательные группы), от 40 €/месяц

Айкидо для детей от 5 лет по пон., средам и четвергам. 40 €/мес. я **летей и взрослых** с Натальей Мозовк

**Театральная студия для детей от 4-х лет** с Верой Круглик 30 €/мес. Гимнастика с элементами акробатики с Ларисой Рингинен 35 €/мес Разговорный английский для взрослых с Ксенией Коноваловой

Математические и логопедические игры для детей от 20 €/мес БЕСПЛАТНЫЕ ЗАНЯТИЯ:

Настольный теннистия. Разговорный финский родителям, дети которых занимаются в клубе по четвергам в 17 ч

Клуб молодежных инициатив, для подростков от 13 лет. Спортивные занятия для пожилых "Спорт без рекордов, 60 +" Оздоровительная гимнастика Цигун по вт. и чт. С 11 до 13 часов. Больше информации: www.svkeskus.fi/spinniskola E-mail: maunulanspinni@gmail.com

# Среднеазиатский клуб «Юлдуз»

Keski-Aasian kansojen yhdistys «Julduz» Наш клуб для всех выходцев из Средней Азии. Клуб создан в январе 2004 года. Цель клуба содействовать развитию и поддерживать культурные, исторические, традиционные и дружеские отношения устраивает мероприятия и праздники в меру своих возможностей. Клуб «Юлдуз» приглашает всех желающих. Вас ждет теплый прием и воз можность пообщаться на родном языке Дооро пожаловать: Тел.: 050–368 33 61 (18.00–20.00), по e mail: mavlouda@msn.com

**Stadin Delfiinit ry** 

Школа плавания для детей от 5 лет и старше. Спортивная группа плавания с уча стием в соревнованиях. Группа АКВАфитнеса для женщин. Занятия проводятся в бассейнах: «Itäkeskus», «Jakomäki», «Tikkurila». Занятия проводит тренер по плава нию Марина Воутилайнен, тел.: 050 5201852, e- mail marivou@mail.ru

# Танцевальный коллектив Анири

Инф. по тел.: 050–545 18 57. Балет. Диско, Характерный, Модери мину, по тел. 200-243 году диско, жаралерном, подеря, восточный, Латиноамериканский, Испанский с 9 до 12; с 13 до 18; а также для взрослых. Для самых маленьких 3–5 лет – танцевально - игровая программа. Основы балета и детские танцы 6–8 лет, а также для младших групп занятия по гимнастике

# Товарищество украинцев в Финляндии

Товариство українців у Фінляндії (Ukrainalaisten yhdistys Suomessa ry) проводить різноманітні заходи – від неформальних зустрічей до публічних подій. У нас діє школа рідної мови для дітей та підлітків, дитячі гуртки, Український театр, Український кіноклуб та хор «Калина». Запрошуємо до нас усіх, хто цікавиться культурою та актуальними подіями в Україні, а також розвитком українсько-фінських зв'язків. Мови спілкування — українська, suomi, русский. Сторінка у fb – Товариство українців в Фінляндії. Голова Товариства – Деніс Перцев (040 550 3129).

# Финское общество Рериха

**Культурно-просветительский центр** Takomotie 21 A 7 00380 Helsinki www.

www.roerich-finland.org roerich-finland@gmail.com / Тел.:+358 442937161 Председатель Мира-Валентина Лииматайнен

## Финляндская ассоциация русскоязычных обществ ФАРО

Предселатель: Наталия Нерман

www.faro.fi Электронная почта:info@faro.fi/faro.svyl@gmail.com Исполнительный директор Станислав Маринец, 045 652 7869 Коорд. по связям с общественностью Татьяна Перцева, 045 264 9700

# Финляндское русскоязычное

литературное объединение р. о. http://balticwaves.ucoz.ru Председатель Правления Солог

Кагна, тел. 050 3375 127 e-mail: solokagna@gmail.com Приглашаем к сотрудничеству в журнале «Балтийские волны» авторов, как опытных, так и начинающих. Материалы для публикации принимаются по электронной почте: balticwaves@gmail.com

# Финляндское общество психического здоровья

**Группа «Жизни – ДА!»** Тел. для справок: 040-568 9681. Сайт: http://lifeyes.info

### Фонд Cultura

Культурная деятельность фонда Cultura обновляется, и культурная гостиная открыта на новом месте по aдресу: Lintulahdenkatu 10. Следите за событиями на нашем сайте: www.culturas.fi

# Молодежное общество Alliance

iskander\_lazar@yahoo.com, или alliance2002@bk.ru Справки по тел.: +358 44 3644030. Приглашаем в Кружки Подача заявок на e-mail: alliance2002@bk.ru

# Литературная интернет-газета Финляндии

«Северная широта» проект «Эмигрантский проспект» Предселатель организации: Виктория Мисаилова. + 358 503301853 Главный редактор: Геннадий Михлин, +358 400809913 www.sever-fi.ru SKYPE: sever-fi

# Хоккейный любительский клуб

«Спартак Хельсинки»

www.spartak.fi эл. почта: hcspartak12@gmail.com. Клуб приглашает в команду игроков – мужчин от 18 до 50 лет. Регулярные тренировки и игра в турнирах на уровне StadiLijga Профессиональный тренер – чемпион мира, двуязычный коллтив, дружественная атмосфера. Справки по тел.: 040 563 9 563.

# Христианский русский клуб «Слово»

Аннанкату 7, Хельсинки e-mail: liia.kaitanen62@mail.ru www.rus.adventist.fi www.ids.adventist.in
Приглашаемдетей от 10 до 15 лет в подростковый клуб «Следопыт»
Доп.информация: www.facebook.com/groups/292474594195023/
Каждую субботу богослужения на русском языке с 13.30.
Каждое воскресенье с 11.00 до 13.00 работает бесплатное суп-кафе для одиноких и малообеспеченных. Добро пожаловать!

## Христианский радиоклуб

«Вера, Надежда, Любовь» в эфире радио KSL 100,3 MHz по субботам в 17.00 Подробная информация на сайте: www.radioclub-ksl.webs.com

## Шенгенская лига квн

www.kvn.fi Тел.: 040–54 15 222, e mail: fiinn@mail.ru Приглашаем всех веселых и находчивых в команды, а команды на игры КВН Финляндии

# Школа начального обучения фигурному катанию на коньках при НЅК

Приглашаються девочки и мальчики старше 3 лет в новую группу по c6 11.00-11.45 на катке Oulunkvlä. Занятия проводяться на рус яз. под руководством опытного высококвалифицированного тренера. Тренировки направлены на развитие необходимых навыков катания относительно возраста и стартового уровня подготовки. доп. инф. по тел.: 0405162415, тренер одиночного катания Светла на Крюкова (svetlana.kryukova@kolumbus.fi).

Регистрация: luistelukoulu.hsk@gmail.com,www.hsk.fi/luistelukoulut

# Gymi lasten ja nuorten kuntoklubi

Teń. 045 1333885, www.gymi.fi Детский и подростковый клуб приглашает девочек и мальчиков в разнообразные спортивные секции и кружки. Также имеются особые предложения для взрослых. Преподавание на фин-ском, английском и русском языках. Танцевальные курсы: GymiBreak&Hiphop-Workshop Занятия проводятся в GymiKamppi, Sähkötalo Suomalainen Voimisteluseu ra ry тел: 050 467 9111, www voimisteluseura.fi

# Финское общество художественной гимнастики

Suomalainen Voimisteluseura ry предлагает занятия по художественной гимнастике как в спортивных, так и в хобби-группах. Занятия проводятся в Хельсинки и Эспоо под руководством профессиональной команды тренеров. Объявляется дополнительный набор в Хельсинки в хобби-группу по художественной гимнастике для девочек 3-6 лет, а так же в группу начальной подготовки для девочек 4 -7 лет. Занятия проходят под чутким руководством опытного тренера из Эстонии Наталии Коротковой, запись по тел.: 041 7552287. Приглашаем в новую группу в Эспоо (Leppävaara) девочек 3-6 лет по пят. и воск. Запись и справки по инфо клуба. Также занятия в Мюллюпуро. Корсо, Юлясто, Тиккурила, в центре Хельсинки и Эспоо. Справки по тел.: 050 467 9111 и электронной почте: voimisteluseura@gmail. com. Доп. инф.: www.voimisteluseura.fi. Добро пожаловать!

# Центр психологической поддержки TurvaSatama

Специалисты TurvaSatama проводят индивидуальные, парные, семейные психологические консультации и терапию, а также тренинги и обучающие курсы.

Адрес: Rapakiventie 10 E, 00710 Хельсинки, "TurvaSatama" Подробности в нашей группе в Facebooke: TurvaSatama - центр психологической поддержки.

# **BAHTAA**

Клуб для детей и молодежи «Радуга» www.raduga.fiтел.: 050-538 05 32, 040-519 99 28

# Кружок при церкви

Мы рады видеть каждого!

Русскоязычные вечера в Православном храме в Тиккурила организованны обществом Tikkurilan tiistaiseura ry и Хельсинкским православным приходом. Вечера проводиться по вторникам два раза в месяц. Вечерня мирянским чином в 18:30 и Беседа на рус-ском языке в 19:00-20:00. Дополнительная информация на сайте прихода www.hos.fi и в VK группе храма http://vk.com/vantaaort

# Vantaan elävän musiikin yhdistys Velmu ry

Тел.: 040–737 69 75 (на русском и финском языках) 040–520 98 55, 050–554 22 17, 09–873 62 64 (по-фински). Обучение игре: на скрипке; синтезаторе; пиано; гитаре: акустическая,

электро-, бас-гитара; пение, музыкальная теория и сольфеджио.

## Отделение Русскоязычных Фі Русский клуб г. Вантаа, АНТИКАФЕ «Вместе»

проводит много полезных и увлекательных занятий для детей, подростков и взрослых: финский язык, русский язык, литература, английский язык, математика, студия ИЗО (для всех возрастов, в различных техниках), танцы, театрально-музыкальный кружок, гимнастика, йога, консультации по трудоустройству для взрослых. КЛУБ 50+ для людей старшего возраста приглашает на свои встречи в Антикафе каждую вторую среду в 12.00. Добро пожаловать: 20.03., 03.04., 17.04., 08.05., 22.05. Доп.инф.: 041 721 83 57 (Люба)

# ЭСПОО

Наши контакты, расписание занятий и запись в кружки на следую-

**Ассоциация бизнесменов-иностранцев в ес** Адрес: Tulkinkuja 3, 6 этаж, офис 616, Эспоо (Леппяваара) тел. 0400 237 060 или 044 9648957,

щий учебный год на нашем сайте: www.antikafe.fi

ulk.liikem.yhdistys@gmail.com Ассоциация помогает сделать первые шаги по организации собственного бизнеса в Финляндии, помогает с переводами, оказывает услуги в организационных и юридических вопросах. При Ассоциации работает NON STOP:

- 1. Курсы иностранных языков «Иностранный язык за 1 год» финский язык: понедельник 17.45–18.45 или 19.00–20.00;
- английский язык: среда и четверг: 17.45–18.45 или 19.00–20.00;
- русский язык как иностранный: вт.: 17.45–18.45 или 19.00–20.00; - испанский, французский, итальянский и немецкий: по мере комплектования групп.
- 2. Бизнес-Школа для молодежи: среда 16.30–17.30, суббота 11.00–
- 3. Life hacker club: по вторникам 18.00–19.30.

**Детский центр «Superkids»** "SuperKids" – это единственный в г. Эспоо финско-русский детский центр культуры. Адрес: Кіррагіпкија 1, 02320 Espoo (15 мин езды от Катррі). Для детей от 1-го месяца и до 16-ти лет у нас открыто 6 студий, в которых работает более 20-ти кружков: Студия музыкально – игрового развития Кружок «Бим-Бом» (для детей от одного года до 4-х лет) Кружок «Почемучки» (для детей от 4-х до 6-ти лет) / Кружок краткосрочного пребывания «Pikkutontut» (для деток, не посещающих детский сад)/ Кружок для деток с особен-ностями развития (от 3-х лет)/Студия «Лингва»/ Кружок русского языка (для детей от 5-ти лет)/ Кружок английского языка «Нарру English» (для детей от 3,5 лет)/ (ружок украинского языка (для детей от 4-х лет)/Кружок развития речи (для детей от 3-х до 5-ти лет) /Кружок «Логопедическая мозаика» (для детей от 4-х лет)/Кружок чения чтению «Волшебные кубики» (для детей от 3-х лет)/Математический кружок «Веселый счет» (для детей от 4-х лет)/Музыкальная студия/ Вокальный кружок (для детей от 4-х лет)/Обучение игре на фортепиано, аккордеоне, гитаре (для детей от 4-х лет)/ Театральная студия/ Театр «Маски» (для детей 3–15-ти лет)/Кукольный театр «Пиноккио» (для детей 2-3-х лет) /Студия хореографии и пластики/Танцевальный кружок (для детей от 3-х лет) Игровая гимнастика (для детей от 4-х лет)/Кружок для малышей с мамами «Мама и я» (для деток от 1-го месяца до года)/Студия изобразительного и прикладного искусства Кружок «Рисуем играя» (для детей 3–5 лет)/Кружок изобразительного искусства (для детей от 6-ти лет) Семейный кружок «Бумажная фантазия» (для детей от 4-х лет и для всей семьи)/Кружок «Умелые ручки» (для детей от 4-х лет) Во всех кружках открыты группы по возрастным категориям! Ваших детей ожидают профессиональные педагоги с уникальными авторскими программами и с большим опытом работы с детьми! А для родителей мы приготовили «Зажигательное воскресенье»! Пять кружков каждое воскресенье ждут мам и пап! Мы работаем лля всей семьи!

Подробная информация на сайте www.superkids.fi и по телефону 045-2079609

К нам ездят детки из девяти городов столичного региона! Мы ждем и вас! Добро пожаловать!

**Международный Центр HAPPY LAND** предлагает увлекательную и полезную деятель подростков и взрослых на разных языках.

Адрес: Merenkulkijankatu 3, (вход с противоположной стороны подъезда F), 02320 Espoo (100 м. от торгового центра Lippulaiva). В нашем Центре каждый найдет занятия по душе и получит помощь в интересующих вопросах. Расписание занятий и до-полнительная информация на сайте happyland.fi , по телефону

0400723157 или по эл. почте: info@happyland.fi Руководитель центра: педагог, психолог, эксперт в области обра-

зования Татьяна Долганенко. Направление «ОБЩЕЕ РАЗВИТИЕ И ЯЗЫКОВАЯ ПОДДЕРЖКА»: - Русский язык для дошкольников. Увлекательные комплексные занятия для детей от 1 года до 8 лет (для каждого возраста пред-

усмотрена своя программа). - **Русский язык для школьников**. Занятия для младших и старших

# ников по развитию и поддержке русского языка.

- Английский язык для детей. Направление «ШКОЛА ИСКУССТВ»:

Изостудия для детей от 5-15 лет и взрослых (на русск. и на финск.); Музыкально-хоровая студия для детей от 4-10 лет;

Театрально-музыкальная студия для детей от 4 до 10 лет; - Студия танцев для детей 3-10 лет;

Студия рукоделия «Сказка своими руками» для детей от 4-х лет; - Курсы по истории искусства для школьников и взрослых;

**Робототехника** (основы программирования для детей от 5 лет). КОНСУЛЬТАЦИОННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ:

Школа осознанных родителей (семинары и консультации для будущих и настоящих родителей); - Семинары и консультации для специалистов в сфере образования с целью обмена опытом и продвижения образовательных

инноваций; - Консультационная поддержка в различных жизненных ситуациях всем желающим (чоддержка в различных мизненных ситуация ях всем желающим (чодтные консультации (лично, скайп), Более подробно ознакомиться с информацией, а также записаться на консуль-

# тацию Вы можете на сайте www.happyland.today и по тел. 0400723157.

**Международный центр встреч Трапеза** Адрес: Filoksenia ry, Международный центр встреч Трапеза, Kotikyläntie 5, 02270 Espoo

Открытый зал международного центра встреч Трапеза, пн-пт 10.00-15.00. Обслуживание и советы для иммигрантов по договору: пн-чт 900-15.00. Доп. инф.: trapesa.info@a.unalahti.fi, www.trapesa.com и по тел. 09-4122045, 045-897 3232.

# Mannerheimin lastensuojeluliiton

Keski-Espon yhdistys
Производится набор детей дошкольного возраста (от года до 5 лет) в музыкально-игровые группы (muskari), в которых дети учатся слушать и понимать музыку, петь и двигаться под музыку. Занятия проводятся на русском и финском языках (текст песен, стихи и объяснения спортивных упражнений и танцев – на финском языке.) Для каждого ребенка – индивидуальный подбор возрастной группы. Дети до 2-летнего возраста проходят музыкальные занятия с одним из родителей. Родители, недостаточно владеющие финским языком, имеют возможность совершенствовать свои знания финского. Занятия проводит профессиональный педагог ло музыке, специалист по обучению детей дошкольного возраста. Вопросы и запись: muskari.mll@hotmail.fi или

# http://keski-espoo.mll.fi/kerhot/muskari/ilmoittautumislomake

Русский клуб г. Эспоо www.facebook.com/groups/russkij.klub Телефон: 050 366 1779 У нас не обязательно быть русским по национальности. Важно хо-

теть общаться на русском языке. Председатель Вадим Рожновский.Телефон: 050 5635905.

www.facebook.com/groups/russkij.klub www.iacebook.com/groups/russkij.kiub Занятия и досуг для детей и взрослых. Шахматный клуб; Клуб семейного досуга; Ментальная арифметика; Вокал и актерское ма-стерство; «Ладушки» малышам; Лепка; Уроки игры на аккордеоне, флейте, фортепиано; Английский, немецкий и финский языки; Личностные тренинги, Журналистика; Консультирование и помощь по бухгалтерским вопросам; Психологическая помощь и защита; Фото/ видеосъемка; Библия для «чайников»; Семейные походы,посиделки,

# Приглашаем к сотрудничеству преподавателей и деловых людей. Поможем с помещением и отчетностью, подскажем, научим, развеселим. Leppävaara, Olari, Matinkylä (Iso Omena), Soukka, Perkka, Tapiola, Espoonkeskus, Itäkeskus, Ruoholahti.

# ИМАТРА Приглашаем всех желающих на встречи, которые проходят по чет-

вергам в 19 час. в Синем доме напротив железнодорожного вокза-

## ла, на берегу реки Вуоксы. Ишем специалиста для ведения интернет страницы клуба. Секретарь клуба Нина Мууря, тел.: 040–092 52 43.

ЙОЭНСУУ Сообщество Yhteisötila Aava Siltakatu 20 (пересечение Siltakatu и Koulukatu), 80100 Joensuu Тел.: 045-116 20 60, понедельник-пятница 10-15 www.jomoni.fi

# www.pakolaisapu.fi Центр детского творчества Suvenlahti

В Йоенсуу работает детско-молодежный центр «Suvenlahti». Мы объединили вокруг себя родителей и детей от 1 года до 15 лет. Они посещают: кружок по рисованию, театральный кружок, кукольный кружок, музыкальный кружок, кружок «Малышкина школа», танцевальный кружок, спортивный кружок УШУ, кружок русского языка. Работает театральная студия «Эксперимент» для взрослых. Приходите к нам за знаниями, за общением и за хорошим настрое-

# КОТКА, ПЮХТА, КАРХУЛА

ДЕЖУРНАЯ СЛУЖБА ПОМОЩИ пострадавшим от преступлений и правонарушений. Siltakatu 14 B 26 преступлений и право Телефон: 050–3241314

нием. www. suvenlahti.com, Ольга Черемисина 045 86 00551

Финско-русское общество «Наш Дом-Kotimme

# КУОПИО

# Monikulttuurikeskus Kompassi

по понедельникам в 18:00 в Mylly.

Monikulttuurikeskus Kompassilla on useita venäjänkielisiä harrasteryhmiä, mm. venäläinen lastenkerho torstaisin klo 16-19, venäjänkielinen teatteriryhmä teini-ikäisille perjantaisin klo 16-17.30 ja Kalinka-kuoro sunnuntaisin klo 15-17. , www.puijola.net/kompassi/ryhmat

Общество «Финляндия-Россия»

**Lumikello ry** www.lumikellorv.com

# КУУСАНКОСКИ

Русскоязычная группа, общества «Радуга» Приглашаем всех: новых и старых участников, на встречи, которые проходят по пн. в 15 часов, по адресу: Kuusankorttelikoti nteollisuustalo 3 krs Keskusaukio 1 Kuusankoski, спр. по тел. 041–

# ЛАППЕЕНРАНТА

## Детский клуб «Satumainen lapsuus» -. Сказочное́ детство»

Лаппеенранта, Kauppakatu 61 (вход в клуб со стороны улицы Mutkakatu) Тел.: 044-772 9788 Эл. почта: mail@skazo4no.com

Руководитель клуба: Ирина Крикун Игровые развивающие занятия для детей от 2 до 10 лет. Продолжительность занятий 40 мин. – 1 час 15 мин. Цены: от 8 до 14 евро/занятие, система скидок и абонементов РАСПИСАНИЕ: Школа чтения-1 (для начинающих), 4-7 лет, ср 16.30–17.20 и пт 16.30–17.20 Школа чтения-2 (для продолжающих); 4-7 лет, чт 17.30–18.20 и сб 15.25–16.15 Развивал-ки-1; 2-4 года, ср 17.35–18.15 Развивалки-2; 4-7 лет, сб 11.40–12.40 Волшебная полянка; 3-6 лет, чт 16.30–17.20 Риторика; 4-7 лет, пт 17.35–18.35 Кулинарный класс; 6-10 лет, сб 12.50–14.05 Школа миллионера; 6-10 лет, сб 14.15–15.15 Логоритмика-1; 2-4 года, вс 10.20–11.00 Логоритмика-2; 4-6 лет, вс 11.15–12.15 Математическая игралочка; 4-6 лет, вс 12.30–13.20 Клуб путешественников; 6-10 лет, вс 13.30-14.30

Проводим Дни Рождений (на выбор – сценарии 5 тематических вечеринок), консультации родителей и индивидуальные занятия

# Русский клуб Лаппеенранта

Lappeenrannan Venäjä-Klubi ry

Адрес электронной почты клуба: lpr.ven.klubi@gmail.com Хозяйка клуба: Ирина Коршунова, тел.: 050 465 46 44,

Председатель клуба: Ольга Седлерова, тел.: 046 8104340,

olga.sedlerova53850@gmail.com Info: Jarmo Eskelinen, 0400-324495 (myös suomeksi)

into: Jarmo Eskeinen, 0400-324495 (myos suomeksi) jarmo.eskelinenlappeenranta@gmail.com **Русский клуб уже 13-й год работает в г. Лаппеенранта.** Активи-сты клуба организуют и проводят культурные, языковые, обучающие кружки и мероприятия для взрослых и детей. Клуб открыт для всех, кто интересуется русским языком, культурой, хочет узнать

Внимание! Расписание работы клуба изменил Занятия с детьми проводятся вв ME-talo, Soppi-tila, Sammonlahden S-market

**По субботам:** Дошкольник (ESKARI)- дети от 5-7 лет с 12.00-13.00 **Школьник (KOULULAINEN)**- дети от 7-13 лет с 13.00-14.00

Let's Go-кружок английского языка для детей до 13лет с 14.00-15.00 Инф. по работе детских кружков-Ольга тел.0400 758 416 В помещении KOMPASSI (Sammontori 2, 2krs) работают круж-

«У САМОВАРА» - приглашаем на встречи с друзьями и знако людей старшего возраста, где за чашкой чая можно обсудить различные жизненные ситуации. Встречаемся по понедельникам четных недель с 16.00-17.00 Инф. Светлана тел.0505014427,

Женский хор ТАЛЬЯНКА встречается по четвергам с 16.00-18.00 уководитель хора Мария- профессиональный музыкант. Инф. ветлана, тел. 050 501 4427

Тимнастика оздоровительная для женщин по вторникам и четвергам с 19.00-20.00 инф. Ольга, тел.: 046 810 4340

Elokuvakerho «Русское кино» приглашает в ME-talo, Soppi-tila,

Sammonlahden S-market на просмотр художественных фильмов в 18.00 по средам. 20.3 фильм Сергея Соловьева «Асса» (1987,150мин); в апреле 3.4 фильм Эльдара Рязанова «Жестокий романс», музыка Андрея Петрова (145мин) Планируется поездка в Санкт-Петербург 11.-14.4. Инфо: Jarmo

jarmo.eskelinenlappeenranta@gmail.com

Добро пожаловать в кружки и группы Русского клуба г. Лап-

## Ekta rv Южно-Карельское русскоязычное общество

адрес: Лаппеенранта, Sammontori 2, Maahanmuuttajien palvelu-piste. Русскоязычный работник оказывает помощь переселенцам и ведут прием по адресу: Sammontori 2, вт. 10.00–13.00, чт. 12.00.– 15.00 Доп.инф. Элина Гритсков, тел; 0400–546292; e mail: elina. gritskov@ekta.fi Etela -Karjalan Venäjänkielinen yhdist ys ry Председатель правления Ингрид Васина тел. +358505568889

e-mail: info.ekvy@gmail.com

# ЛАХТИ

Многокультурный центр Multi-Culti Päijänteenkatu 1, 15140 LAHTI Исполнительный работник, тел: 050

387 8759 Инструктор по работе с молодежью, тел.: 050 518 4499 Эл. почта: multi-culti@lahti.fi www.nuorilahti.net / multi-culti

Photography and Art Society ry (Ориматтила) проводит набор на курсы фотографии по направлениям «Основы фотографии», «Портрет», «Репортажная фотография», «Основы студийной фотографии». А также набор в кружок «Ручные инструменты для столярных и плотницких работ. Изучение и реставра ция старинных ручных рабочих инструментов»́ . Доп. инф. по телефонам +358451235205 и +358449572214 и email: taip\_ry@yahoo.com

### Mikkelin seudun maahanmutajatyön tuki Mimosa ry Monikulttuurikeskus Mimosa

Anni Swaninkatu 8 50100 Mikkeli

Тел.: 050 3572290, Сигита Херрала (русскоязычный консультант) E-mail: sigita.herrala@mimosa.fi Информацию на русском языке о нас можно найти на сайте: www.mimosa.fi В центре Mimosa по средам собирается русская группа «За чашкой чая», с 16.00 до 18.00. Также нас можно найти в www.facebook fi и vk.com

# ПОРВОО

# INKERIKESKUS ry

toimisto@inkerikeskus.fi

КЛУБ 50+ в Porvoo. В программе: полезная информация и организация интересного досуга . Встречаемся по понедельникам в 11.00 по адресу: Tornipolku 10, Porvoo (Hyvinvointikeskus) Доп. инф. по тел. 050 432 8543

Kulttuuriyhdistys Metropol RY ЛЯ ЛЯ ФА в ПОРВОО (Gammelbacka). Детский творческий коллектив «ЛЯ ЛЯ ФА приглашает детей от 7 до 14 лет. На наших занятиях юные артисты будут заниматься вокалом, танцами, разучивать песни, участвовать в постановке музыкальной сказки - мюзикла Наша программа- это коктейль из стилей, ритмов и настроений -спектакль, смена образов , актерская игра Запись по e-майл: lalafa.info@gmail.com Тел. 041 538 70 50

# ПОРИ

# Многонациональное общество Сатакунты

Обладатель почетного диплома «Первопроходец без предрассудков» от Финского Красного Креста области Сатакунты

Isolinnankatu 24. 28130 Pori Открыто пн – пт с 9 до 18. toimisto@monikulttuuriyhdistys.fi

www.monikulttuuriyhdistys.fi

Многонациональное Общество Сатакунты занимается интернациональной работой с 1996 года. Сейчас в обществе около 600 членов 60 различных национальностей.

**Деятельность общества включает:** – Помощь в адаптации в Финндии. – Помощь в трудоустройстве. – Знакомство с жизнью и культурой Финляндии. – Курсы финского и других иностранных языков евные и вечерние). Уровни обучения от азов до продвинутого (0-А2). – Широкий выбор курсов и кружков по интересам для детей и взрослых, а так же эстонский клуб и клуб для англоговорящих. Тематические культурные мероприятия и многое другое.

# Контакты: Пирьо Вирта-Ява,

руководитель деятельности (фин-англ), тел.:040 538 6373

pirjo.virta-jawo@monikulttuuriyhdistys.fi **Елена Ким**, координатор проекта «Реализация», консультант, переводчик (русск-финск), тел.:040 736 6639, elena.kim@ monikulttuurivhdistys.fi

Точная информация о кружках и мероприятиях содержится на сайте общества и на странице FaceBook. Следить за нашими обновлениями! Деятельность доступна для всех желающих! Добро пожаловать!

# Православное общество преподобного

# Серафима Саровского

Лействует воскресная школа для детей, а также православный кружок для взрослых. Общество оказывает поддержку в строительстве домового храма в честь преподобного Серафима Саровского по проекту 13 века. Справки по тел.: 046810 42 28, Татьяна Куусисто.

# Поринское Интеробщество

www.porininterseura.fi Зам. председателя Юкка Ким. тел.: 046811 90 74. E-mail: porininterseura@gmail.com

# ТАМПЕРЕ

# **Центр русской культуры**

Tampereen Venäläisen kulttuurin keskus ry Kulttuuritalo Laikku, Keskustori 4, 33100 Tampere

http://ruscult-tampere.tk

Председатель правления: Елена Анохина (тел. +358 50 4623177). Офис: Центр международного сотрудничества, Suvantokatu, 13, h.4, 33100 Tampere.

Часы приема: пон-ср, пятн 10.00-16.00. e-mail: t-v-k-k@vandex ru Проводим интеллектуальные, культурные и памятные мероприя тия для взрослых и детей.

Вы можете заказать рассылку ежемесячного информационного листка нашего общества и участвовать во встречах. Проводим курсы финского языка и компьютерной грамотности, уроки жиписи и выставки, экскурсии и поездки. Поддерживаем живое ощение на русском языке и сохраняем традиции.

Оказываем консультации для иммигрантов на русском языке

# Отделение Русскоязычных Финлянд

# Klubok Tampere ry деятельность обществе

ной организиции направлена на поддержку идентичности русскоязычное населения и привлечение совместной деятельности заинтересованных из финоязычного население. Одно из направлений работы - физкультура доступная каждому.

### Приглашаем на занятия:

**Хатха-йога в Херванта**, пт 5.1.-23.3.2018 с 17:30-18:30, место: EasyFit Hervanta фитнес-клуб, Insinöörinkatu 30. Цена 8 eur/ час. **Йога для родителей с детьми** (4-7 лет), ср 10.1.-25.4.2018, с 17:15

Mecto: Vuores-talo, спотр.зал детского сада. Rautiolanrinne 2 Доп.информация: irina@klub-ok.fi или тел: 050 492 7715

**Teatteri Vahvat tunteet ry** Pirkankatu 18, 33230 Tampere. Тел.: 040757 25 10 Руководитель театра и режиссерпостановщик – Татьяна Яскеляйнен

# Русский клуб г. Тампере

Tampereen venäläinen klubi ry Kulttuuritalo Laikku, Keskustori 4, 33100 Tampere

www.tampereclub.ru e-mail: rusklub.tampere@mbnet.fi

Председатель правления: Суло Ниеми

Руководитель клуба: Маргарита Ниеми. Контактные телефоны: 032239588,+358401895980

Русский клуб г. Тампере открыт с 10.00 до 16.00 до будням

# ТУРКУ

### Ассоциация Русских Обществ Юго-Западной Финляндии

Itäinen Rantakatu 64, 20810 Turku. www.russfin.com

turkufi@yandex.com, T: +358 405393733 Председатель: Виктор Герман

# Русский клуб Турку

http://turunvk.info venklub@gmail.com Детская театральная студия. Рук. А. Вовк. Театральный кружок (для взрослых). Рук. А. Вовк

Кружок комплексного развития (для детей от 2х до 8 лет). В

программе обучения: пение, танцевальные движения, слушание музыки, игра на простых музыкальных инструментах.

Хор «Рябинушка». Рук.Г. Пелтойнен

Юридическая консультация: профессиональный юрист проконсультирует по вопросам организации бизнеса по тел.: 0415053594 или по скайпу, Евгений.

Психологическая консультация: дипломированный психолог проконсультирует по телефону 0466404822 или скайпу, Валерия. Предложения и справки по тел. 0405189367 Алексей

Photography and Art Society ry и Photo club Turku проводят набор на курсы фотографии по направлениям «Основы фотографии», «Портет», «Репортажная фотография». ьная информация по телефонам +358451235205 и

## +358449572214» и email: taip\_ry@yahoo.com **Abc Nuorisotoiminta ry**

Общество сохранения и развития русской культуры, поддержки Оощество сохранении и развития русскои хультуры, поддержки и интеграции русскоязычного населения Юго-Запада Финляндии. Просторное здание общества (Orminkuja 3, 20610) расположено на востоке г. Турку. В классах взрослые и дети занимаются изобрана выстокет, турку, в классах върростове и дети запимаются изоора-зительным искусством, танцами, вокалом, учатся петь в эстрадном хоре и играть на музыкальных инструментах. Работают кружки математики, английского и русского языков, литературный клуб, клуб раннего развития и подготовки к школе; секции акробатики художественной гимнастики, самбо, вольной борьбы, самообороны, карате и йоги. На базе общества репетируют музыкальные ансамбли и танцевальные коллективы. Общество проводит семи-

нары, мастер-классы и выездные лагеря. Мы в интернете: http://www.abckatiusha.net

эл. почта: abc.palaute@gmail.com Телефоны: 045-211-8121 (Офис) и 046-954-6491

(Председатель Сергей Владимирович Нестеров).

# Общество «Сириус»

sirius.turku@amail.com

Проволятся спелующие занятия для детей и подростков: Вокаль ная студия «Эридан»: вт. 17.00 – старшая группа, в 18.00 – младшая группа; сб. в 15.00 – все участники студии! Рук. Светлана Зенева.Тел. 041–727 9513.

Немецкий язык для подростков 12–17 лет (любого уровня): вт. 19.00–20.30. Рук. Maria Staudatcher. Тел. 045–344 1808 (нем., англ.,

Физкультура и дыхательная гимнастика по Стрель 17.00–18.30. Рук. Светлана Зенева. Тел. 041–727 9513. Занятия проводятся в HARITUN NUORISOTILA

по адресу: Sävelkuja 3, Turku (в здании магазина S-market, автобус № 18 Kauppatori-

# Международная культурная ассоциация г. Турку

www.semconsulting.fi info@semconsulting.fi для записи на занятия в студиях. Radiomiehenkatu 3A (2 эт.), Turku,

В ассоциации работает Арт-центр «Браво», который предлагает студии для детей и взрослых: Вокальная студия; Студия танца; Театральная студия; Студия игры на музыкальных инструментах (фортепиано, гитара, балалайка); Студия изобразительного и прикладного творчества; Детская школа моделей (от 5 до 15 лет); Шко-ла иностранных языков (англ., франц., финский и русский языки).

Во всех студиях есть разные возрастные группы: подготовительная группа (с 4 до 7 лет) младшая группа (с 8 до 12 лет) средняя группа (с 13 до 16 лет) старшая группа (с 17 лет и старше) «Малышкина школа» – развивающая сту́дия для детей 2–4-х лет Студия гармоничного развития для детей 4–6 лет Подготовительная школа для детей 6-7 ле-

Логопедические занятия Наши филиалы работают в Runosmäki. Lauste, Jäkärlä и Jyrkkälä.

Также ассоциация организует международный летний лагерь

# **Baby Klubi Plus ry**

Turku, Fiskarsinkatu 7B

baby.klubi.turku@gmail.com www.facebook.com/BabyKlubiPlus www.vk.com/babvklubiplus

общественная организация для детей и взрослых в Турку для детей 0+ и их родителей.

развивающие занятия для малышей с 8 месяцев (сертифициро-

Спектр

ванная Монтессори-среда); \* дошкольное образование: русский язык, математика (игровые

сценарии, двуполущарная методика О.Соболевой); подготовка русскоязычных детей к обучению в финской школе; творческая студия: рисование, рукоделие, мастер-классы;

психология для всех (арт-терапия, семинары по детской психо-

логии, консультации); \* финский язык для взрослых (подготовка к YKI-testi, разговорный финский):

\* прикладная математика для детей 5-10 лет. Занятия проводят педагоги с высшим образованием и опытом работы.

# ХАМИНА

Общество «Родник» www.haminarodnik.com Наш адрес: Vallikatu 4. 49400 Hamina

паш адрес: valinkatu 4, 49400 патпіпа. Инфоцентр для иммигрантов «Родник» (пн.- пт. 9.00 – 14.00), тел. **040 7763 177,** rodnik.silta@co.inet.fi.

Председатель Алла Суонинен, тел. 050 3200 866. Зам. председателя Ирина Сарайкина, тел. 046 813 0565. Филмал «Родника» в Virojoki. Адрес: Opintie 2 A 3 (пн. - пт. 9.30 –

13.30). Тел. **041 362 0515**. Театральная студия «Родник» проводит репетиции по мере не-

обходимости, подготовка и проведение мероприятий. Руководитель – Алла Суонинен Ансамбль народной песни «Родник». Руководитель - Александр

Пн. и пт. 16.00 – 18.00 – Танцевальная студия «Яблочко», млад-шая и средняя группы. Руководитель – Светлана Виролайнен. Ср. 13.00 – 14.30 – Клуб для людей старшего поколения «Сеньо-

ры», гуководитель — наголна поозсох. Ср. 16.45 – 17.45 – Детский клуб «Медвежонок» для дошколь

ников. Руководитель – Ирина Сарайкина Ср. 18.00 – 19.00 – «Клуб веселых друзей» для школьников. Ру-ководитель – Татьяна Кобзева.

Наши ближайшие мероприятия:

20.3.2019 в 10 час. – Кукольный спектакль на финском языке по — электор и опас. – пукольный спектакль на финском языке по мотивам сказки Г. Х. Андерсена в библиотеке Кархулы. Karhulantie 40, 48600 Kotka.

20.3.2019 в 12 час. – Кукольный спектакль на финском языке по мотивам сказки Г. Х. Андерсена в библиотеке г. Котка. Kirkkokatu 24. 48100 Kotka.

23.3.2019 – POP-UP-кафе. Кухни народов мира, выступления творческих коллективов. От «Родника» - кафе русской кухни и выступление ансамбля народной песни «Родник» совместно с танцевальной студией «Яблочко». Добро пожаловать в Simeon-sali, Pikkuympyräkatu 34, Hamina! 28.3.2019 в 17 час. - Большой семейный праздник в

«**Роднике».** Выступление детского хореографического коллектива «Светлячки» из г. Сестрорецка и гостей из Удмуртии, Vallikatu 4, 49400 Hamina. ВХОД СВОБОДНЫЙ! С собой вкусняшки 30.3.2019 – Спектакль на русском языке «Царевна-Лягушка

кафе. «Жемчужина» и «Родник». Vehkalahtitalo, Ruissalontie 8, 49410 itsila. Следите за рекламой на наших страницах в интернете 4.2019 – Ансамбль народной песни «Родник» и танцеваль студия «Яблочко» выступают в Коуволе в рамках «Русской не-

27.4.2019 в 11.30 – Годовой отчетный концерт танцев студии «Яблочко» и ансамбля народной песни «Родник» и кафе. /mpyräkatu 30 A, 49400 Hamina (здание городского театра)

Добро пожаловать в наши кружки и на мероприятия!

Подробная информация о мероприятиях, кружках и курсах на сайте haminarodnik.com

и в социальных сетях facebook.com/rodnikhamina.

# ХЮВИНКЯЯ

Отделение общества «Финляндия-Россия» Тел. 044 917 1875.

Русскоязычный кружок матери и ребенка собирается по понедельникам с 17 до 19 по адресу: Kirvesmiehenkatu 12 Hyvinkää Русско-финский разговорный клуб собирается по вторникам с 11.30 до 12.30 по адресу: Uudenmaankatu 22 Hyvinkää.

# **ЮВЯСКЮЛЯ**

Русскоязычное общество «Феникс» Тел.: 045 234 0290 feniks.ry@gmail.com

Феникс в соисетях: https://www.facebook.com/feniksivvaskvla/ Јуväskylän Feniks ry / Русскоязычное общество «Феникс» (2002), это постоянно действующая некоммерческаяобщественная организация в городе Ювяскюля. Общество объединяет более 300 русскочил в тороде полискоми общество объединилост може о русско язычных жителей города Ювяскюля и прилегающих окрестностей. Деятельность и главная работа общества направлена на помощь и поддержку русскоязычным эмигрантам, в сложном процессе адаптации в финское общество. Консультации, организация круж-ков и студий по интересам для всех возрастов на русском языке. Культурные мероприятия, спортивные праздники, организация летнего отдыха для школьников и молодежи, походы, групповые поездки, семейные праздники и многое другое. Работа общества построена на добровольной основе. Вместе мы можем многое



# УСЛОВИЯ ПОДАЧИ

Все цены включают НЛС 24%

# В РАЗДЕЛЫ:

«Услуги», «Переводы», «Преподавание» и объявления от юридических лиц:

(200 знаков вместе с пробелами и знаками ірепинания): Строчное объявление — **28 евро**. Объявление выделенным шрифтом — **50 евро.** Выделенное цветом или с добавлением графического изображения — 70 евро. Блок для доски объявлений — 130 евро.



Справки по тел.: 040 5043017

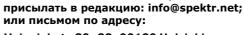
Предварительная оплата через банк: получатель: Spektr Kustannus Oy DanskeBank: FI6880001970852233, viite: 5018

Текст объявления с квитанцией об оплате

# ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Высота: 55 мм, ширина 55 мм.

(150 знаков вместе с пробелами и знаками препинания): 12 евро (вкл НДС 24%).



Unioninkatu 20-22, 00130 Helsinki



Спектр 20.03.–17.04.2019 19



# Парламентские выборы в Эстонии выиграла Партия реформ

Состоявшиеся в воскресенье парламентские выборы в Эстонии выиграла Партия реформ. Второе место заняла Центристская партия, третье – Консервативная народная партия Эстонии (EKRE), четвертое - «Отечество», пятое - Социал-демократическая партия. Партия «Эстония 200» не преодолела пятипроцентный избирательный барьер. Такие данные сообщаются по результатам обработки бюллетеней со всех избирательных участков Эстонии на официальном сайте Центральной избирательной комиссии. Окончательные результаты выборов будут объявлены ЦИК в ближайшее недели

после выполнения предусмотренных законодательством процедур.

По предварительным данным, реформисты получат в новом составе парламента 34 мандата (+4 по сравнению с 2015 годом), центристы -26 (-1), национал-консерваторы -19 (+12), отечественники -12 (-2) и социал-демократы -10 (-5).

За пределом пятипроцентного избирательного порога осталась партии «Эстония 200» (4,5%), «Зеленые Эстонии» (1,8%) и «Богатство жизни» (1,2%). Парламент покинула Свободная партия, набравшая лишь 1,2% голосов.

# Студенты предлагают бесплатную юридическую помощь

**До 14 июня** бесплатную юридическую помощь в Таллинской городской канцелярии (пл. Вабадузе, 7) и Мустамяэской районной управе (ул. Таммсааре, 135) оказывают студенты Таллинского и Тартуского университетов.

Правовая помощь будет оказываться по вопросам нотариальных сделок, наследственного права, семейного права, алиментов, пособий, закона о трудовом договоре, исполнительного производства, банкротства юридических и физических лиц, обращения в суд, требований к исковым заявлениям, ускоренного рассмотрения налоговых поручений, общения и оформления документов при общении с государственными учреждениями и самоуправлениями, защиты потребительских прав и рассмотрения связанных с этим жалоб, деятельности квартирных товариществ, договорного и обязательственного права.

Консультации проводятся как на эстонском, так и русском языке. Справки по телефону: (+372) 6314466

Со временем работы можно ознакомиться на сайте:

www.juristideliit.ee/eesti-juristideliidu-uliopilaste-buroo-sugissemestril

# Элиса улучшает качество связи по всей Эстонии

Для обеспечения одинаково высокого качества сигнала, весной 2019 года телекоммуникационная компания Elisa проведет в Эстонии работы по дальнейшему развитию сети в Ярваском, Йыгеваском, Ляэне-Вируском и Вильяндиском уездах. Качество мобильной связи будет улучшено на 96 базовых станциях.

Из-за сетевых работ в вышеназванных уездах до 12 апреля могут возникать незначительные сбои в услугах мобильной связи. В рамках данного проекта новые базовые станции возводиться не будут.

Сеть мобильного интернета Elisa 4G охватывает 99% территории Эстонии и обеспечивает высокое качество сигнала не только под открытым небом, но и в зданиях.

Обзор подготовлен по материалам портала: www.tribuna.ee







Комфортабельные микроавтобусы доставят Вас от дома до дома на маршруте Хельсинки—Санкт-Петербург—Хельсинки

МЫ ИМЕЕМ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ ЛИЦЕНБИИ
И РАЗРЕШЕНИЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ
МЕЖДУНАРОДНЫХ ПАССАЖИРСКИХ ПЕРЕВОЗОК!
МЕСТО И ВРЕМЯ ОТПРАВЛЕНИЯ ВЫБИРАЕТЕ ВЫ!
ЗАБУДЬТЕ О ПРОБЛЕМАХ С ГРАНИЦЕЙ И БАГАЖОМ!
ВОЗМОЖЕН ЗАКАЗ МАШИН ДЛЯ ГРУППОВЫХ ПОЕЗДОК ИЗ ФИНЛЯНДИИ И ИЗ РОССИИ!

тел./факс: (812) 603-03-96 тел.: (812) 974-66-36 +358 (0) 9 424 79373

e-mail: kingline2004@mail.ru w w w . k i n g l i n e . r u

# ЗНАКОМСТВА

Приятная женщина из Лаппеенранта, возраст 40 + познакомится со свободным мужчиной для дружбы. 050 540 60 45

Меня зовут Елена, мне 50 лет, я стройная, симпатичная, невысокая. Хочу найти мужчину 48-60 лет, родственной души и сделать его и себя счастливой.

Мой адрес электронной почты: lenays1969@gmail.com

# ПЕРЕВОДЫ

Переводы устные и письменные авторизованные: финский – рус-ский – финский, Быстро, качественно, дешево. М. Мюллюпуро (5мин пешком от метро). Тел. 0400 696 321

Устные и письменные переводы фин-рус-фин (в т.ч. заверенные с фин-ского на русский). 25-летний стаж. г. Вантаа. Переводчик аккредитован при консульстве РФ. Тел. 0500 488073, www. perevod.fi (1/18)

# КРАСОТА и ЗДОРОВЬЕ

Кабинет эстетической и аппаратной косметологии предлагает раз-нообразный спектр профессиональных косметологических услуг. т. 0405817751 Лариса, www.zazakampaamo.fi, Helsinki, район Ala-Malmi, Latokartanontie 6.

Предлагаем услуги по бухгалтерскому учету, помощь в регистрации фирм, консультации по налоговым вопросам, балансы, расчет зарплат, отчетность для разных форм собственности. тел. 046 5817528

Швейные работы любой сложности. Гарантия качества. Многолетний опыт работы в Финляндии. Ремонт, подгонка одежды по фигуре. Художественная штопка. Ремонт эксклюзивной мужской и женской одежды (подгиб, ушивание, подгон по фигуре). В центре города (Albertinkatu 21). Работаем по будням с 10.00 до 18.00. Тел.: 040-543 28 55 (звонить до 17.00).

Консультации астролога. Индивидуальные прогнозы, совместимость, проф.ориентация, подбор кадров. Тел.: 040700 9493, Руслан. www. liveastrology.org

Telemax. Самое качественное телевидение. Быстрая установка с гарантией. Офис: Mannerheimintie 100, Helsinki 0445365226. www.telemax.fi

Самые низкие цены на приставки и подписки дляТриколор, НТВ, Самые низмещены на приставки и подписки для риколор, тор, КартинаТв, Новое Тв, Эдем Тв и многое другое Доставка почтой с часа по всей Финляндии,пункты выдачи Хельсинки, Турку, Савон-линна, Лаппеенранта и др.V-Sat Oy 0923169016, 0469635738, интер-нет-магазин www.v-sat.fi Мы работаем для вас 10 лет.

Русское ТВ у вас дом, спутниковое и через интернет. Установка, обслуживание, гарантия. Тел.: 040 551 61 72 (Денис). 1/18

Ремонт домашних компьютеров, техническая поддержка, установка/переустановка Windows, удаление вирусов, антивирусы, устранение проблем с Интернетом, консультации, обучение. Тел.: 050–556 10 21 — Алексей (Хельсинки + Столичный регион); 040-154 95 00 — Сергей (Лаппеенранта).

Профессиональные специалисты (опыт более 20 лет) устраняют любые сбои компьютеров с Windows / Apple, ремонт/замена компонентов, восстановление данных, русификация. Ремонт смартфонов и планишетов с ОС Android. Создание/обслуживание веб-сайтов. Тел.: 050-930 08 01.

Вкусно и быстро приготовим угощения для любого мероприятия (например свадьбы, семейные торжества). Горячие и холодные закуски, пирожки, супы, горячее. Удивите ваших гостей традиционными русскими блюдами! Вкусно, как у мамы! 09–561 12 73, 044–571 75 47

Фирма KingLine доставит вас на комфортном микроавтобусе от подъезда в СПб до подъезда в Финляндии и обратно. Вы выбираете место и время отправления! Забудьте о проблемах с границей и багажом! Тел. в СПб: (+7812) 974 66 36 (круглосут.), спр. в Финл.: 09424 79 373

Перевозки Хельсинки - Таллинн - Пярну. Грузовой микроавтобус, доставка по адресу, надежно и на выгодных условиях. Тел.: 0400 154 289

Электрические работы в частных домах и офисах. Электропроводка, компьютерные и телефонные сети. Официальное разрешение. 0400 982 852 www.easysahko.com

# ПРОДАЖА

Chrysler Voyager 2.8 crd, автомат, 2008, пробег 270 ткм, техосмотр, 2 X резина, машина в хорошем техническом состоянии, 6 мест, просторный и удобный автомобиль для длинных поездок. Цена: 5 700,00- евро. Тел.: 040 504 30 17

VW Passat 1,9D HighLine, 2006 гв., седан, дизель, автомат, темн. синий металлик, кож. салон, 280 т. км., техосмотр 06.2019. ГРМ заменен 242 ткм., масло в АКПП 236 ткм. Зимн./летн. (новая) резина. 3400 евро. Тел.: 050-

Квартира в Виролахти. Недалеко от строящегося казино. Новые полы, сделан ремонт, новая кухня. Теплая и удобная квартира с в отличном месте. Дом стоит на берегу реки. Свой причал и возможность для хранения лодки. До залива 500 м. Удобная база для отдыха или постоянного проживания. Квартира продается с мебелью. 39 000 евро. Тел.: 044 254 34 93 (финс., англ.).

Toyota Aygo, 3 дв, 1.0 л., мануал, 2010 г, тех. осмотр, пробег ок. 130 000 км, красная, 2хколеса, стереосистема, в хорошем состоянии. Машина была в нежных женских руках! Расход по городу 5 л., по трассе 3 л. Цена: 4 900 евро. Тел.: 040 504 30 17.

# ПРЕПОДАВАНИЕ

Тренер, преподаватель высшей категории. Спортивная гимнастика, акробатика, батут. Дети, взрослые, группы, инд. Развитие силы гибкости координации. На русском, украинском, финском. Тел.: 046 810 5066

Начинается набор желаю щих в группу тайчи (тай цзи цюань 24 форма). Традиционная китайская дыхательная гимнастика для гармонизации и укрепления здоровья. Релаксация в движении. Не рекомендуется для лиц с явными проблемами кровообращения ног. Занятия раз в неделю в Töölön Kisahalli. Контактный е адрес zojaalex18⊚gmail.com

Математика - царица наук! (К. Гаусс). Приглашаем учащихся школ, Лукио на индивидуальные занятия по математике (физике). Поможем при подготовке к поступлению в ВУЗ. Работаем по индивидуальным программа.Занятия ведет опытный преподаватель. Тел. 050-530 64 20.

Даю уроки английского, финского и русского языка взрослым и школьникам. Любой уровень. Большой опыт работы. А также репетиторство по математике и другим предметам школьной программы. Объясняю материал как на финском, так и на русском языке Тел. 040 7310057 \*\*

Qualified teacher offers tailor-made private Finnish lessons in Helsinki. All language levels can be catered for, goals will be set individually. Materials are provided by the teacher, or a standard Finnish text book can be used. Also conversational classes available. Teaching language is either English or Finnish. Please contact annulister@gmail.com for more information!

## ТУРИЗМ

Оформление визовых документов для виз в Россию и Беларусь, а также в Китай и Казахстан. Железнодорожные билеты по России. Билеты на корабли в Стокгольм и Таллин. Страхование туристов. BALT-TUR Тел: 0400 352 918. Vaasankatu 15.00500 Helsinki

Ищу работу сварщика. Работаю со всеми видами сварки, профессионал с опытом работы. +7 952 809 45 42

Выполню работы по реставрации живописи, рам, икон, скульптур, деревянной мебели. Богатый опыт работы, в Германии, Финляндии и России. Есть своя мастерская. Тел.: 041 535 72 68.

Художник Андрей Геннадиев: ExLibris на заказ. Тел.: 045-326 48 08

> Рекламный отдел Ilmoitusmyynti

Тел. / Puh. +358 40 504 30 17

# Помощь в наборе рабочих строительных специальностей

- отделочные работы
- бетонные работы
- плотники
- гипсокартон
- разнорабочие

Все рабочие зарегистрированы в Финляндии и имеют гражданство ЕС.

Тел.: +358 41 700 13 83 3вонить с 9.00 до 16.00



# БЛАНК ЗАКАЗА ГАЗЕТЫ "СПЕКТР" -TILAUSKUPONKI

Да, я хотел/а подписаться на "СПЕКТР" (12 номеров в год) Kyllä, haluaisin tilata SPEKTR - lehden (12 numeroa vuodessa)

35, - /год/vuosi

Постоянная подписка Kestotilaus

40, - /год/vuosi

Подписка на один год Vuositilaus

Имя, фамилия Etu- ja sukunimi

Katuosoite

Почтовый индекс Postinumero ja -paikka

Телефон

Puhelin

Подпись

**Allekirjoitus** 

**SPEKTR Kustannus Oy** 

00130

Unioninkatu 20-22, Helsinki



# ПОЧТА РОССИИ ТЕПЕРЬ В ФИНЛЯНДИИ

1 - 2 кг 32 €

2 - 5 кг 39 €

5 - 10 Kr 50 €

10 - 15 кг 58 €

15 - 20 кг 65 €

СДАТЬ ПОСЫЛКИ МОЖНО В ЛЮБОМ УДОБНОМ ИМЕННО ВАМ ПУНКТЕ Matkahuolto, РЯДОМ С ДОМОМ ИЛИ РАБОТОЙ

ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ: +358438244061 e-mail info@wcargo.eu или на сайте WWW.WCARGO.EU