



## Настроенческий декабрь и наилучшие пожелания на следующий год



В декабре в Локса состоялось множество приятных и радостных рождественских мероприятий. Веселые рождественские ярмарки прошли в гимназии Локса и в детском саду в Ыннетрину города Локса.

Концертный период открыли малыши детского сада Локса на богослужении Первого Адвента. Рождественский концерт музыкальной школы Локса 19 декабря принес участникам настоящие рождественские ощущения. На следующий день мужской хор

Куусалу под управлением Оде Пюрг выступил в церкви Святой Девы Марии в Локса. Оде Пюрг также добавила прекрасного настроения концерту в качестве солистки. На богослужении в канун Рождества барочный ансамбль Ars Revalia внес свой вклад – отличная музыка и исполнение.

В школе и детском саду также прошли рождественские вечеринки и концерты. Это стало прекрасным подведением итогов непростого года и создало тёплое праздничное настроение. И дальше уже в

новый год с добрыми пожеланиями! Кто делает, тому придёт!

Желаем, чтобы наши общины и дальше действовали сообща, а лидеры сохраняли силу и энтузиазм. Нам предстоит множество совместных мероприятий – давайте активно участвовать! Желаем всем безопасного, стабильного и успешного года поддержки инициатив, где решения находят в сотрудничестве, а чувство общности ещё больше укрепляется.



# Награды этого года Харьюского уезда были вручены на Харьюском уездном балу



За развитие и сохранение оперного искусства Эстонии **Арне Микк** присвоено звание почетного гражданина Харьюского уезда. Арне Микк был тесно вовлечен в работу национальной оперы Эстонии на протяжении десятилетий, где он создал более шестидесяти музыкальных постановок. Он также был приглашенным режиссером в многочисленных театрах по всему миру и написал книги по истории эстонской музыки. Своей деятельностью Арне Микк вписал себя в историю эстонской культуры и внес значительный вклад в популяризацию Харьюмаа и Эстонии.

Знаками отличия Харьюского уезда награждены:

**Яак Юске** – историк и страстный популяризатор истории, написавший более тридцати книг по истории;

**Хели Юргенсон** – художественный руководитель XXVIII Певческого фестиваля «Iseoma» и признанный дирижер;

**Владимир Архипов** – мэр Маарду в 1995–1996 и 2016–2024 годах и член XV Рийгикогу, избранный от 2024 года в Харьюмаа.

С 1996 года знаком отличия за заслуги перед Харьюмаа награждают выдающиеся люди Харьюмаа.

Премия Большой ХОЛМЕР (Холмер руководителя самоуправления) была присуждена:

**Рийво Ноор** – волостной старшина Ания;

**Яанус Саат** – волостной старшина Ляэне-Харью.

Премия Малый ХОЛМЕР (деятель года самоуправления Холмер) была присуждена:

**Хели Тенслинд** – секретарь волостного собрания Раасику;

**Бэрбель Салумяэ** – вице старейшина волости Рае;

**Илсия Вяли** – референт волостной управы Ания;

**Мерике Пихла** – социальный советник волостной управы Косе.

ХОЛМЕР – бронзовая скульптура работы скульптора из Харьюмаа **Айвара Симсона**. Первая половина названия премии происходит от аббревиатуры HOL Союз самоуправлений Харьюмаа, а следующие



буквы символизируют текст «мы строим государство».

Целью выдачи ХОЛМЕР является выявление лиц, которые сотрудничают с самоуправлениями и в самоуправлениях.

Большой ХОЛМЕР дается председателю волостного собрания, мэру или главе волости. Малые ХОЛМЕРы присуждаются членам собраний самоуправлений, сотрудникам городских и волостных самоу-

правлений за услуги в самоуправлении или за развитие сотрудничества.

Награду «За жизненные достижения» Фонда культуры получил дирижер хора **Таави Эско**.

Звание «Жемчужина культуры Харьюмаа 2025» получил дирижер **Харри Иллак**.

## Пришла пора представлять кандидатов на звание Почетного гражданина города и кавалеров «Знак почета» и «За заслуги»

По сложившейся традиции по случаю очередной годовщины Эстонской Республики на приеме у мэра города будут чествовать людей, отличившихся особыми заслугами и достижениями на благо родного города. Им будут выданы «Знак почета» и «За заслуги», а также присвоено звание Почетного гражданина города и вручены почетные грамоты. Это будет 24 по счету церемония награждения.

**Знак «За заслуги»** выдается физическому лицу за выдающиеся заслуги перед городом Локса. **Звание Почетного гражданина** города присуждается физическому лицу как знак особого уважения за выдающиеся заслуги перед городом, оказанные в течение жизни. «**Знак почета**» выдается физическому лицу за выдающиеся заслуги перед городом. Имена Почетных граждан города Локса, а также кавалеров «Знак почета» и «За заслуги» занос-



сятся в Книгу почета города Локса.

Выдвигать кандидатов на звание Почетного гражданина города и знака «За заслуги» могут все юридические и физические лица.

Выдвигать кандидатов на «Знак почета» могут члены городского собрания, мэр города и члены городской управы. Просьба представить заявления в городскую управу (Tallinna tn 45, Loksa или linn@loksa.ee) не позднее **15 января 2026 года**. В заявлении должны быть приведены факты из биографии кандидата и причина, по которой выдвигают именно его.

За дополнительной информацией обращайтесь в Локсаскую городскую управу по телефону 603 1253 или по электронной почте linn@loksa.ee

## Ждем предложений по кандидатурам на почетное звание «Молодой человек года» и «Спортсмен года»

Почетное звание «Молодой человек года» и «Спортсмен года» — это признание городом Локса тех лиц, которые в течение года вели заметную деятельность в сфере молодежной работы или достигли значительных успехов в спорте.

«**Молодой человек года**» – выдающийся предприимчивый молодой человек, который начал или провел в Локса существенную работу или успешно представлял город Локса.

«**Спортсмен года**» – выдающийся в спортивной сфере человек, который добился значительных успехов.

Предложения по кандидатурам на почетные звания могут делать все физические и юридические лица.

Предложения представляются в письменном виде в Локсаское Городское управление до 15 января 2026 года. Предложения должны содержать категорию почетного звания, данные о кандидате, обзор представляемой деятельности и аргументированную оценку. За дополнительной информацией обращайтесь в Локсаское Городское управление по телефону 603 1253 или э-почте: linn@loksa.ee



# Насыщенный декабрь месяц городского собрания

Первое заседание нового, XI, состава городского собрания Локса состоялось 1 декабря. Об этой сессии я писал в предыдущей газете Локса Элу, где давал краткий обзор состоявшихся в октябре выборов в собрания местных самоуправлений, в том числе и о новом составе горсобрания Локса, отмечая, что рождественский месяц будет насыщенным для членов собрания.

На последующих двух заседаниях, состоявшихся перед Рождеством, снова были на повестке дня организационные вопросы, наиболее важными из которых были выборы мэра и утверждение членов городского управления, в связи с чем до второй сессии собрания избирательная комиссия приостановила мандат членов собрания Арви Пускаря, Андрея Лебеда и Тийны Мурдвее и назначила заменяющие члены собрания.

На заседании 11 декабря 2 и заседании 18 декабря 3 присутствовали все 15 членов собрания: Наталья Калинина, Елена Тяхт, Андрес Каскла, Рейн Хейна, Пирет Касе, Людмила Утюганова, Ынна Тедрекин, Роберт Рохтла; Здесь мы живем от избирательного союза (далее: СМЕ) Тыну Талви, Екатерина Павлова, Кайдо Коркма, Майт Кронстрём, Кирилл Варягин, Адриана Йордан, Тенно Тийтсон.

## 2-я сессия Собрания

Городское собрание переизбрало Вярнера Лоотсманна мэром Локса большинством голосов. Члены собрания, баллотировавшиеся по списку КЕ, внесшему это предложение, считают его необходимым и уверены, что переизбрание Вярнера Лоотсманна на пост мэра обеспечит активное и устойчивое управление и дальнейшее развитие города Локса. Собрание не поддержало предложение избирательного союза Siin me elame (СМЕ) о проведении выборов мэра Локса путем конкурса.

По предложению мэра Вярнера Лоотсманна собрание утвердило Хиллери Трейсальт, Арви Пускари, Ольгу Маслову, Тийну Мурдвее и Андрея Лебеда в качестве членов правительства города Локса. Таким образом, городское правительство Локса изначально состоит из 5 членов и мэра.

Собрание сформировало четыре постоянных комиссий:

- комиссия по экономическим и бюджетным вопросам в составе до 11 членов, сфера деятельности которого включает: жилищно-коммунальное хозяйство, водоснабжение и канализацию, управление отходами, техническое обслуживание, строительство и содержание дорог; благоустройство, охрану окружающей среды, деятельность со значительным воздействием на климат и окружающую среду; градостроительство,

землеустройство, градостроительство и девелопмент, предпринимательство, туризм, управление дорожным движением, общественный транспорт, рекламу; городской бюджет, налоги и сборы, городские активы.

- комиссия по образованию и культуре в составе до 9 членов, в сферу деятельности которого входят: образование, работа с детьми и молодежью, культура, спорт, досуг, религиозные объединения; городская символика, памятники, окружающая среда и охрана наследия, имена, средства массовой информации, публикации, международные отношения.

- социальная комиссия в составе до 9 членов, сфера деятельности которого включает: социальное обеспечение, социальную помощь и услуги, защиту детей, здравоохранение и занятость; правовые вопросы, административную организацию, правоохранительные органы, общественный порядок, защиту потребителей, готовность к кризисам.

- ревизионная комиссия в составе трех членов, сфера деятельности которой включает: контроль и оценку законности, целесообразности и эффективности деятельности городской власти, городских органов власти и учреждений, находящихся в ведении городской власти и компаний, фондов и некоммерческих объединений, находящихся под доминирующим влиянием города Локса, целесообразности использования городских активов и исполнения городского бюджета.

Состоялись выборы председателей и заместителей председателей постоянных комиссий собрания. В соответствии с законом председатель и заместитель председателя каждого комиссии избирались одновременно. Кандидат, получивший наибольшее количество голосов, становился председателем, кандидат, набравший второе место по количеству голосов, становился заместителем председателя.

На выборах председателя и заместителя председателя комиссий по экономике и бюджету КЭ выдвинула кандидатуру Натальи Калининой. Поскольку избирательный союз Siin me elame (СМЕ) не выдвинул своего кандидата, Рейн Хейна согласился баллотироваться. Тайным голосованием собрание избрал Наталью Калинину председателем комиссий, а Рейн Хейна — заместителем председателя.

На выборах председателя и заместителя председателя комиссий по образованию и культуре КЕ выдвинула кандидатуру Ыннелы Тедрекиной. Поскольку союз СМЕ снова не выдвинул кандидата, Наталья Калинина согласилась баллотироваться. Выборы руководителей комиссий провалились. На выборах председателя и заместителя председателей комиссий по социальным вопросам председатели комиссий стали кандидаты КЭ



– Людмила Утюганова на должность Председателя и Пирет Касе на должность заместителя председателя. Здесь мы живем, избирательный союз (СМЕ) не выдвинул кандидата. На выборах председателя и заместителя председателя ревизионной комиссии Елена Тяхт (КЕ) была избрана председателем комиссий, а Кайдо Коркма (СМЕ) - заместителем председателя.

Ынна Тедрекин (КЕ) и Екатерина Павлова (СМЕ) баллотировались на должность члена ревизионной комиссии собрания. Ынна Тедрекин была избрана членом ревизионной комиссии. Собрание назначило Наталью Калинину и Вярнера Лоотсманна представителями города Локса в союзе самоуправлений Харьюмаа (HOL) на весь срок полномочий собрания, а Рейн Хейна и Арви Пускар будут их заместителями.

Собрание назначило Ыннелу Тедрекин представителем города Локса в попечительском совете гимназии Локса на срок действия её полномочий как члена собрания, а Андреаса Каскла - ее заместителем.

## Заседание собрания 3

Состоялось первое чтение первого дополнительного бюджета города Локса на 2025

год. По предложению Правительства города первое чтение законопроекта завершено и направлено ко второму чтению, срок подачи поправок - 5 января 2026 года в 12:00.

По предложению председателя комиссий по экономическим и бюджетным вопросам Натальи Калининой членами комиссий утверждены: Андрес Каскла (КЕ), Кайдо Коркма (СМЕ), Майт Крэнстрём (СМЕ), Роберт Рохтла (КЕ), Тыну Талви (СМЕ), Игорь Игнахин (СМЕ), Янар Игнахин (СМЕ), Владимир Кольцов (КЕ), Лидия Мысовски (КЕ).

По предложению председателя комиссий по социальным вопросам Людмилы Утюгановой членами комиссий по социальным вопросам утверждены: Екатерина Павлова (СМЕ), Тенно Тийтсон (СМЕ), Кадри-Елена Гуревич (КЕ), Ирина Каротам (КЕ), Пеетер Куусесте (СМЕ), Эва Сайдла (СМЕ), Ынне Теерн (КЕ).

Собрание назначило Наталью Калинину и Вярнера Лоотсманна представителями города Локса на срок полномочий XI состава городского собрания на общем собрании Союза эстонских городов и волостей (ELVL), а Рейна Хейна и Арви Пускари — их заместителями.

Собрание назначило Вярнера Лоотсманна представителем города Локса на срок полномочий 11-го состава городского собрания в совете ELVL, а Арви Пускари — его заместителем. Собрание установило личное право использования в пользу Telia Eesti AS для строительства и управления зданиями связи в районах, принадлежащих городу Локса на улицах Папли, Аяя, Тёэстузе, Уус, Тийги, Кооли, Ноорусе и Пости. Размеры площадей, на которые распространяется право пользования, различаются: например, самая маленькая составляет 42 м² на улице Тёэстузе, а самая большая — 992 м² на улице Уус.

Собрание внесло поправку в свое решение № 25 от 11.09.2025, что снизило нагрузку на территорию, обремененную правом пользования, установленным в интересах компании Telia Eesti AS на объект недвижимости по адресу улица Пярна, 1b, и внесло корректировку в кадастровые данные.

С материалами заседаний городского собрания Локса можно ознакомиться на сайте города <https://loksalinn.ee/juhtimine-ja-majandus/linna-juhtimine/linnavolikogu/istungite-paevakorrad-ja-eelnoud/> Более подробная информация о деятельности самоуправления Локса [www.loksalinn.ee](http://www.loksalinn.ee)

## Рейн Хейна

Председатель собрания

# Сдача в аренду коммерческого помещения

Горуправа Локса сдает в аренду коммерческое помещение площадью 183,2 м² (в соответствии с Приложением 1) по адресу: улица Таллинн, 49, город Локса (автобусная станция) на основании письменного предложения с предварительными переговорами. Стартовая цена 4€/м² в месяц. Приблизительно 150м² открытых террас 0 евро/м² будут добавлены к коммерческим площадям.

арендуемое помещение может быть использовано для организации питания, а так же для оказания услуг и ведения торговой деятельности; дополнительные расходы сверх платы за пользование коммерческими помещениями, такие как коммунальные услуги, вывоз мусора, страхование, содержание помещений; арендатор обеспечивает за свой счет выполнение особых условий, необходимых для использования коммерческих помещений;

Депозит для участия в аукционе составляет 75 евро за ставку и должен быть получен до истечения срока подачи заявок. Депозит должен быть переведен на банковский счет горуправы Локса AS SEB Pank EE241010002025531005. В пояснении указать «Гарантия на ставку автовокзала». Гарантия не подлежит возврату, если эмитент депозита приводит к провалу аукциона или, как победитель аукциона, не заключает договор на пользование городским имуществом на основании административного акта о предоставлении в распоряжение имущества в соответствии с положениями части 2 статьи 19 Порядка владения, пользования и распоряжения городским имуществом г. Локса. Депозит, уплаченный победителем аукциона, зачитывается в счет сумм, подлежащих уплате на основании договора при заключении Пользовательского соглашения. Тендерное предложение (Приложение 2) и 3-летний бизнес-план, включающий информацию о претенденте, должны быть представлены с электронно-цифровой подписью не позднее 15.01.2026 года в 10:00 на адрес электронной почты [linn@loksa.ee](mailto:linn@loksa.ee) или в письменной форме в городскую управу Локса по адресу: Таллиннский проспект, 45, город Локса (ключевое слово: Тендер на автовокзал).

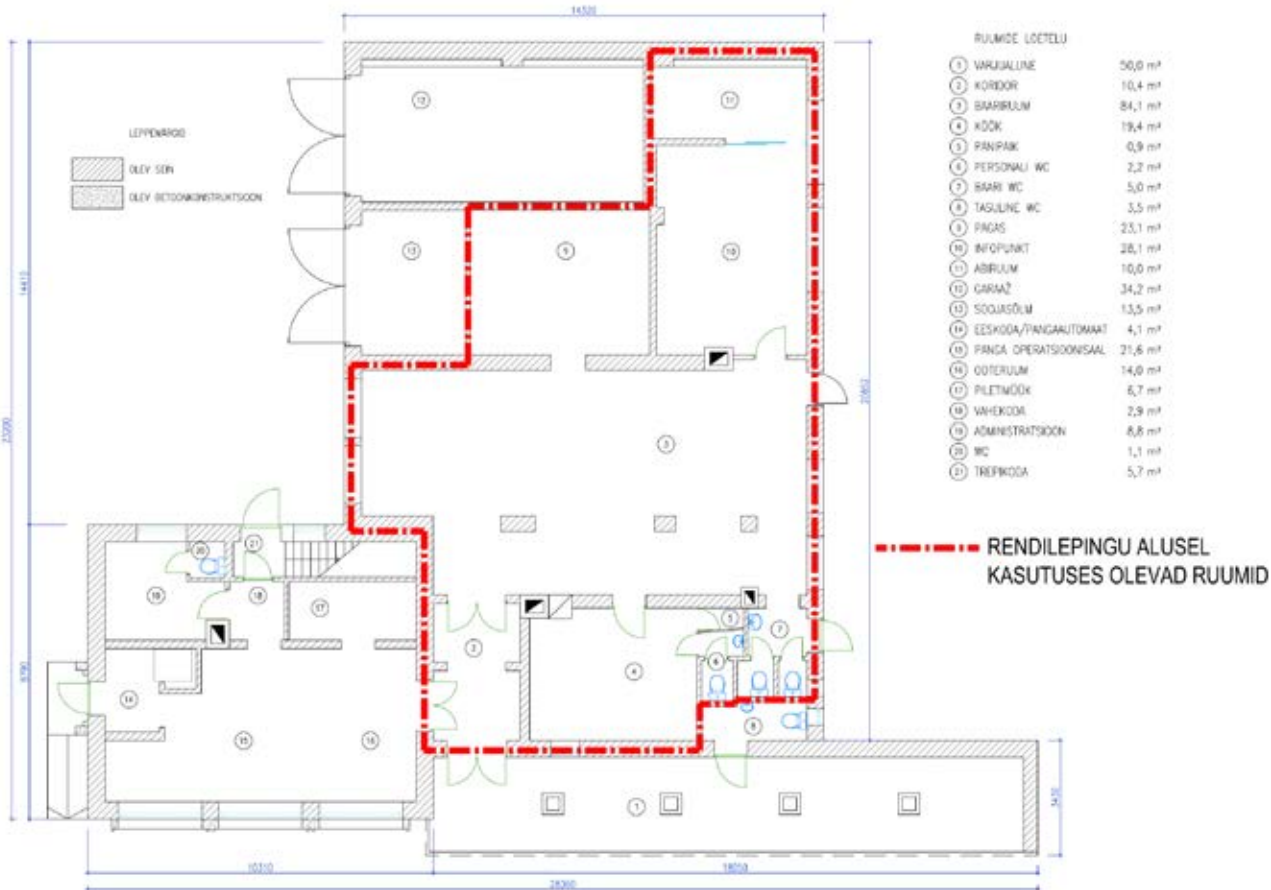
Предложения будут открыты 15.01.2026 в 10:30 в помещении городской управы Локса.

Участники, сделавшие квалифицированную заявку, будут приглашены на предварительные переговоры. Победителем конкурса является участник конкурса, предложение которого признано лучшим городской управой в результате предварительных переговоров,

За дополнительной информацией обращайтесь по телефону 509 4088.

Необходимое Приложение 2 можно найти на веб-сайте города Локса:

<https://loksalinn.ee/uurile-anda-aripind-loksa-bussijaama-hoones/>





## Хорошие пожелания на новый год!



Городские руководители Локса 30 декабря поздравили клиентов и сотрудников Дома престарелых Локса, работников скорой помощи, спасательной команды и коллектив центра семейных врачей Агентства здравоохранения Локса с праздничными пожеланиями и сладкими угощениями. Этот сердечный визит уже превратился в прекрасную традицию, которая порадовала как получателей, так и дарителей.

Поскольку предыдущая ночь была штормовой, спасатели были на выезде, чтобы проверить ситуацию, и прибыли в нужный момент, чтобы принять добрые пожелания на Новый год – чтобы у них было как можно меньше работы, а если им и придется принять вызов, то только для того, чтобы спилить сломанные деревья, и чтобы вообще не было несчастных случаев с человеческими жертвами. Бригада скорой помощи в это время была на выезде, так как

праздничное время, к сожалению, часто приносит им дополнительную работу. Желаем всем крепкого здоровья, сил и целеустремленности в новом году. Будьте все в безопасности!

Хиллери Трейсальт  
вице-мэр

## Твоя жизнь, твой успех – как сориентироваться в новом учебном обязательстве и выборе школы?

### Здравствуй, молодой человек Локса!

Слышал ли ты о новом термине «обязательство по обучению»? Если раньше обязанность посещать школу заканчивалась при окончании основной школы или достижении 17-летнего возраста, то теперь государственное направление изменилось. Его цель - обеспечить, чтобы каждый молодой человек обладал необходимыми навыками и образованием для достижения успеха в современном мире. Это означает не просто «сидеть в школе», а то, что государство и местное самоуправление желают поддержать тебя в продолжение образования до 18 лет или до тех пор, пока ты не получишь профессию.

### Как дальше после основной школы?

Окончание основной школы — это большой шаг, и последующие выборы могут вызвать растерянность. Чтобы не пропустить важные сроки, вот основной график на следующую весну и лето:

1 марта: Школы обнародуют свои точные условия приема.

1 марта – 15 мая: Начало подачи заявлений в Информационную систему приема (SAIS). Это время, когда ты можешь отметить желаемые школы.

21 апреля – 8 мая: проводятся выпускные экзамены основной школы.

16 мая: Школы начинают свои внутренние вступительные мероприятия (тесты, собеседования).

15 мая: Результаты экзаменов автоматически поступают в систему – тебе не нужно ничего отправлять самостоятельно!

9 июня: Школы начинают предлагать учебные места. Будь готов подтвердить свой выбор!

1 июля – 31 августа: будет дополнительный прием на вакант-

ные места.

### Тебе не нужно оставаться наедине с этим выбором!

Я знаю, что выбор правильной профессии или школы может быть напряженным. Поступить в среднюю школу или профессионально-техническое училище? Какая специальность мне действительно подходит? Что будет, если я не попаду в первый выбор? Какие у меня возможности продолжить обучение рядом с домом, или я хочу стать самостоятельным и поселиться в студенческом доме и учиться в другом городе?

Я здесь, в городе Локса, чтобы помочь тебе. Моя работа состоит в том, чтобы поддержать тебя, когда ты из всех сил пытаешься выбрать профессию, испытываешь страх перед будущим или просто нуждаешься в ком-то, кто поможет тебе найти свой путь в джунглях системы образования. Не стесняйся обращаться ко мне — вместе мы найдем подходящее для тебя решение.

Мои контакты:

Имя: Керлин Миклас (специалист по вопросам благополучия молодежи города Локса)

Эл. почта: kerlin.miklas@lokسا.еe

Телефон: +372 5681 8207

Для тебя услуга полностью бесплатна. Не оставайся со своей проблемой один – любая ситуация разрешима!

Источник: Министерство образования и науки

**SINU ELU  
SINU EDU  
SINU OTSUS!**

**KUIDAS SUL PÄRISILT  
LÄHEB?**

Otsid endale sobivat õpet või  
eriala? Või hoopis head  
praktikakohta või tööd?  
Oled raskest olukorras  
ning vajad tuge?  
Kõik mured on lahendatavad!

**HARJUMAA  
NOORTE HEAKS!**

**ÄRA JÄÄ ENDA  
MUREGA ÜKSI!**

Tutvu võimalusega,  
kuidas Loksa linna  
noorte heaolu spetsialist  
saab sulle toeks olla!

**Võta minuga ühendust ja  
leiame lahendused!**

**Kerlin Miklas**  
kerlin.miklas@lokسا.еe  
**+372 5681 8207**

**Teenus on osalejale  
TASUTA!**

## PÕHIKOOLI LÕPETAMISE JA VASTUVÕTUPROTSESS

1. september kuni 1. märts

Aastaringne vastuvõtt koolide vabadele kohtadele. Vastuvõtt väljaspool SAISi: Õpilane saab andmed [EDUst](#) ja edastab koolile. Koolid hoiavad EHIS andmed ajakohasena, kinnitused kord kuus.

Detsember kuni 1. juuni

Põhikooli lisaõppe vastuvõtt: lapsevanem esitab avalduse otse kooli (paberil või digitaalselt, väljaspool SAISi).

1. märts – 15. mai

Avalduste esitamine  
[sisseastumise infosüsteemi \(SAIS\)](#).

21. aprill – 8. mai

Põhikooli lõpuksamid

16. mai

Algavad vastuvõtutegevused  
koolide poolt.

9. juuni

Õppekoha pakkumine kooli  
poolt ja kinnitamise protsessi  
algus kandidaadi poolt.

1. september

SAISi põhjal on teada noored, kes pole  
kandideerinud või vastu võetud. Info liigub  
[Haridussilma](#). KOV aitab leida õppekoha. Tegevus  
kestab aastaringset.

1. märts

Koolide vastuvõtutingimused on  
avaldatud (ei ole muudetavad).  
Koolide vastuvõtukorrad on viidud  
kooskõlla seadusandlusega.

15. mai 23:59

Kool kannab eksamitulemused  
[Eksamite infosüsteemi \(EIS\)](#).  
Eksamitulemused liiguvad EISist  
SAISi automaatselt. Õpilane ei  
pea neid ise edastama.

1. juuni

Aastahinded [Festi hariduse  
infosüsteemis \(EHIS\)](#). EHIS ja  
SAIS täienevad peale  
õppenõukogu ja lõputunnistuse  
väljastamist.

1. – 5. juuni

Põhikooli õppenõukogude  
toimumine.

1. juuli – 31. august

Täiendav vastuvõtt SAISis algab  
hiljemalt 15. juulil (koolides võivad  
sammud erineda). Ettevalmistava õppe  
vastuvõtt SAISis.



# Январь без крайностей: про питание, здоровье и разумный подход

Январь — месяц, когда многие решают начать новую жизнь. Иногда сразу с понедельника. Иногда — с жёстких правил и строгих обещаний. А иногда — с мыслью, что всё это уже было... и закончилось усталостью и обратно набранными килограммами.

Не случайно именно в январе во всём мире говорят о двух важных инициативах. Первая — Веганский январь (Veganuary), когда предлагают попробовать более растительное питание. Вторая — Неделя здорового веса (Healthy Weight Week), где фокус смещается с цифр на весах на здоровье, самочувствие и качество жизни. Обе инициативы на самом деле не про запреты. Они про осознанность и понимание того, что и как мы едим — и как это отражается на теле, энергии и настроении.

Веганский январь вовсе не означает, что все должны срочно отказаться от продуктов животного происхождения. Скорее, это повод посмотреть на свою тарелку и честно ответить: хватает ли в рационе овощей, бобовых, цельнозерновых продуктов, есть ли разнообразие — или еда изо дня в день выглядит одинаково? Здесь стоит упомянуть и конкретные рекомендации. Согласно Эстонским государственным рекомендациям по питанию, в день рекомендуется употреблять примерно 300–500 г овощей. Такое количество помогает обеспечить организм клетчаткой, витаминами и минералами, а также поддерживает пищеварение, иммунную систему и общее самочувствие. Важно не только количество, но и разнообразие: чем больше цветов на тарелке, тем шире спектр получаемых питательных веществ.

Неделя здорового веса напоминает ещё одну важную вещь:

вес — это не характеристика личности и не показатель силы воли.

Гораздо важнее, получает ли организм всё необходимое для нормальной работы — энергию, белок, витамины, минералы. При этом важно помнить, что даже у людей с повышенной массой тела может быть недоедание — когда калорий может быть достаточно, а нутриентов нет. И наоборот, человек с нормальным или высоким весом за счёт мышечной массы может быть метаболически здоров. Поэтому цифра на весах не может служить единственным критерием оценки состояния питания и здоровья.

Немного расскажу о себе, чтобы было понятно, кто



с вами говорит со страниц газеты вот уже почти год. Я — медсестра и нутрициолог, более 15 лет работаю в системе здравоохранения. Жила, училась и долгое время работала в Финляндии. Моя профессиональная база — клиническая медицина, профилактика заболеваний и функциональный подход к питанию. Я продолжаю обучение и сейчас, в том числе на программе нутритерапии, потому что в этой сфере всегда есть куда расти.

За годы работы я поняла одну важную вещь: знать «правила тарелки» полезно, но этого часто недостаточно. Людям нужен не только принцип, но и понятный «рецепт» — что именно есть, в каких

сочетаниях и с какой регулярностью, чтобы питание действительно покрывало суточные потребности в витаминах и минералах.

Очень часто можно услышать: «Я принимаю БАДы, значит, с питанием всё в порядке». Но добавки не являются панацеей и не заменяют полноценное питание в долгосрочной перспективе. Они могут быть поддержкой, но основа здоровья — это всё-таки еда. В своей работе я опираюсь на доказательные методы, официальные программы по питанию и признанные рекомендации. Моя цель — помочь тем, кто хочет оставаться здоровым как можно дольше, предотвращать раннее развитие заболеваний, улучшать качество жизни и психическое самочувствие.

Ко мне обращаются разные люди.

Те, кто хочет безопасно для здоровья снизить вес, без экстремальных диет и срывов.

Те, кто хочет предотвратить недоедание и скрытые дефициты.

Те, кто планирует беременность или находится в этом периоде.

Те, у кого есть трудности с пищеварением.

И те, кто просто чувствует усталость и хочет понять, что можно изменить без стресса и крайностей.

Я не люблю сложные схемы. Поэтому все свои программы я адаптирую максимально индивидуально — под образ жизни человека, его привычки, работу и семью. Так, чтобы путь к цели был спокойным, реалистичным и без давления.

Январь — хороший месяц не для жёстких обещаний, а для разумного начала. Когда мы не ломаем себя, а настраиваем систему так, чтобы она работала. Если вам откликается такой подход и хочется разобраться, как питание может поддерживать здоровье именно в вашей ситуации, вы можете записаться на консультацию по питанию в Loksa perearstikeskus.

Уже с этого месяца такая услуга официально предлагается всем желающим в нашем центре. Подробности можно узнать в регистратуре или по телефону 766 6661.

**Юлия Гедике**

медсестра в Тервисагентуур и нутрициолог

## Локса обожает волейбол



Первые в этом году волейбольные соревнования в Локса прошли с большим успехом, и на этот раз определились лучшие команды. В соревнованиях по волейболу среди смешанных пар приняли участие 14 команд. Соревнования начались в 11:00, а награждение состоялось в половине четвертого вечера. Это был долгий, но захватывающий день соревнований. Замечательно, что молодежь Локса активно участвовала в соревнованиях.

Три лучшие команды:

1-е место Маарья и Айварс

2-е место Светлана и Тармо

3-е место Анна и Калев

Другие команды также показали очень хорошие результаты: Кадри и Иван; Яне и Ромет; Кайри и Кайдо; Геттер и Пееду; Ксения и Кевин; Елизавета и Уку; Кристина и Андрус Анти; Кирке и Отт; Милана и Самуэль; Ирина и Илья.

Благодарим Аарне Идавайна и Тармо Нуйа, под чьим внимательным руководством проходили соревнования!

Награды были предоставлены спортивным центром Локса и компанией E-riim.

Спортивный центр Локса



## С днем рождения!



### ЯНВАРЬ

Нина Петровская 95

Лайне Кууск 94

Юта Вийранд 91

Майре Каск 91

Татьяна Гурина 91

Лембит Хаувман 90

Софья Ермолович 90

Мария Хомяк 89

Лембир Орловский 89

Энна Арвисто 88

Райди Андре 88

Нина Кудрявцева 85

Нина Корнилова 85

Людмила Шевлюга 84

Эллен Лойт 84

Михаил Лебедев 84

Василий Павлюк 82

Александр Подласный 82

Маре Криманн 82

Ксения Ребане 81

Константин Малкус 81

Лариса Исраилова 80

Светлана Климова 80

Нина Борисова 75

Раиса Жиглова 75

Айвар Мерисаар 70

Антонина Русанова 70

Василий Максимов 70

Новых светских  
граждан не родилось.

\* Если вы не хотите, чтобы ваш день рождения был опубликован в газете Loksa Eli, пожалуйста, сообщите об этом городской управе Локса (Tallinna tn 45, Loksa) или linn@loksa.ee в письменной форме не менее чем за два месяца.



## Прекращение насилия в семье начинается с лица, совершившего насилие в семье

«Мне пришлось обратиться к специалисту по насилию. Честно говоря, сначала я был раздражен: я не думал, что я насильник, и я не понимал, зачем мне это нужно. Это было похоже на очередное место, где люди просто разговаривают, и ничего не меняется. Прокурор сказал, что я избивал, угрожал и издевался над женой. Я видел это по-другому: я повысил голос, может быть, я тряс, но это не было насилием. Кроме того, это была не только моя вина – она также знала, как нажимать правильные кнопки. У меня дома в детстве было то же самое, поэтому кое-что казалось мне нормальным. Так или иначе, сначала я пошел с планом, что пойду пару раз, быстро сойду с крючка». – мужчина, 40 лет, женат, отец.

**Ненасильственному общению можно научиться**  
Насильственное поведение — это не неизбежность, а усвоенная закономерность. Тем не менее, можно заново выучить все, что вы узнали. Изменение требует от человека собственной мотивации, готовности регулировать свои эмоции и готовности брать на себя ответственность за последствия своих действий.

Департамент социального страхования предлагает взрослым, совершившим насилие в семье, консультирование по отказу от насилия. Цель услуги – не допустить повторения насилия и повысить безопасность пострадавших. Консультирование обеспечивает безопасное и свободное от оценки пространство, в котором лицо, совершившее насилие, может раскрыться и научиться предотвращать насильственное поведение. Важно подчеркнуть, что ответственность за насильственное поведение всегда и полностью лежит на лице, совершившем насилие.

**Ежегодно 400 лиц, совершающих домашнее насилие, получают консультации**

Ежегодно полиция регистрирует около 10 000 случаев насилия в семье. Это только верхушка айсберга, многие случаи, к сожалению, застряли в стенах дома и не могут быть достигнуты полицией. Ежегодно почти 400 человек, желающих отказаться от агрессивного поведения, обращаются к консультантам Департамента социального страхования. Это составляет небольшую долю от всех виновных в домашнем насилии, но, учитывая, что в Эстонии работают только **пять консультантов по отказу от насилия**, это не так то мало. Каждый месяц мы консультируем почти 30 лиц, виновных в домашнем насилии, и проводим около 800 консультационных сессий в год. Некоторых клиентов мы встречаем только один раз, некоторых где-то 8-10 раз, в зависимости от потребностей и мотивации человека.

**Работа с лицами, виновными в насилии, помогает уменьшить рецидивы насилия**

Возможности лица, совершившего насилие, получить профессиональную помощь в Эстонии ограничены, основное внимание уделяется поддержке жертв. Поведение правонарушителя часто рассма-

тривается только тогда, когда дело поступило в пени-тенциарную систему (тюрьма или испытательный срок).

Также сложно найти в Эстонии специалистов, которые хотели бы работать с виновниками домашнего насилия. На него влияют как социальные установки (вера в то, что преступников следует не поддерживать, а наказывать), так и человеческий страх. В действительности практика как в Эстонии, так и в мире показывает, что работа с виновниками насилия помогает уменьшить рецидивы домашнего насилия. Важно осуждать насильственное поведение человека, а не самого человека.

Всеобъемлющая стратегия предотвращения насилия оказывает поддержку жертвам, правонарушителям и детям и помогает разорвать порочный круг насилия. Это создает предпосылки для более здоровых отношений и поддерживает благополучие детей, растущих в семье. 63 % клиентов службы ненасилия контактируют с детьми в своей жизни (воспитывают своих собственных детей или детей своего партнера).

**Пять консультантов не покрывают фактическую потребность**

В идеале специалистов, работающих с правонарушителями, должно быть как минимум столько же, сколько специалистов, оказывающих помощь жертвам. Меры вмешательства для лиц, совершивших насилие в семье, должны быть единообразно доступны по всей Эстонии и на как можно более ранней стадии до эскалации насилия.

Нам нужно значительно больше консультантов по вопросам ненасилия, как в государственном, так и в частном секторах, как для добровольных, так и для обязательных вмешательств. Помощь должна быть более доступной еще до совершения преступления. В некоторых случаях должна быть возможность направлять человека на консультацию заблаговременно, также до процедуры или извне.

Хотя консультационная служба Департамента социального страхования доступна по всей Эстонии, сегодня консультирование на русском языке возможно только в Восточной и Северной Эстонии. Одним из возможных решений также было бы предоставление консультаций в Интернете, но пока еще слишком мало научно обоснованных данных для поддержки его более широкого внедрения. Работа в Интернете также требует большей подготовки и личного пространства, не говоря уже о доступности цифровых инструментов и их пользовательских навыках. Однако в Эстонии используется гибридное решение: некоторые встречи проходят на месте, некоторые в Интернете.

**Только около 13 % из тех, кто приходит на консультацию, приходят по собственной инициативе**

Более широкое использование онлайн-работы также ограничено **отсутствием внутренней мотивации** клиентов. Только около 13 % из тех, кто приходит на консультацию, приходят по собственной инициативе. Большинство клиентов – почти 75 %

– направляются в службу полицией или прокуратурой, то есть в основном подвергаются внешнему давлению. Чтобы перейти от внешней мотивации к внутренней, более эффективным является очное консультирование.

**Сроки вмешательства также важны.** Чем раньше человек обратится за помощью после насильственного действия – особенно на первой консультационной встрече – тем выше его мотивация к участию в своем поведении и тем больше вероятность того, что он сможет изменить свою модель поведения. Если вмешательство происходит только через несколько месяцев, воспоминания о том, что произошло, менее точны, и к тому времени модели насилия могут закрепиться.

**Изменение поведения требует времени**, поэтому вмешательство должно длиться достаточно долго. Помимо встреч, необходимо практиковаться самостоятельно между сессиями. Рекомендации европейской практики гласят, что в течение полугода должно быть не менее 27 часов индивидуального консультирования, но текущая реальность в Эстонии составляет менее десяти часов.

Жертва не может изменить поведение преступника – это может сделать только сам преступник. Также важно изменить общее понимание ответственности: насилие должно быть замечено и ответственность за его прекращение должна быть снята с жертвы. Важно помнить, что это не просто «семейный спор», а грубое нарушение прав человека, которое может привести к гибели человека. Жертва не может изменить поведение преступника – это может сделать только сам преступник. Если мы фокусируемся только на смягчении последствий, но не на первопричине, мы лечим не то место: бинтование головы не заживляет рану стопы.

Что происходит в консультировании против агрессивного поведения и как туда добраться?

Позвонив по телефону **660 6077** (пн-пт 10–16) или написав по адресу [vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee), вы можете договориться о встрече с консультантом по вопросам ненасилия.

Консультирование предназначено для взрослых, которые готовы взять на себя ответственность за свои действия и готовы к сотрудничеству. Консультирование является индивидуальным и проводится лицом к лицу с консультантом. Любой человек может обратиться за консультацией самостоятельно или через полицию, прокуратуру или поддержку жертв.

Консультации проводятся в рабочие дни в заранее согласованное время и в отдельной комнате, в исключительных случаях через Интернет или по телефону.

Время консультирования варьируется от недели к месяцу в зависимости от региона.

Одна консультация длится 60–90 минут.

Количество консультаций зависит от мотивации клиента.

Консультирование – это непредвзятое слушание, когда человек может рассказать о своем опыте, поделиться своими мыслями и чувствами.

Основное внимание уделяется регулированию эмоций и принятию ответственности за свои действия и их последствия.

Консультации охватывают различные темы, такие как:

- ответственность за свои действия;
- разрешение конфликтов и выражение гнева;
- возможная зависимость от вещества;
- опыт детства и его влияние;
- воспитание детей и партнерские отношения.

Консультации можно получить анонимно, но все, кто посещает личные встречи или онлайн-встречи, будут идентифицированы.

При необходимости осуществляется сотрудничество с другими специалистами (полиция, прокуратура, поддержка жертв, центры поддержки женщин и т.д.).

Рекомендации являются конфиденциальными, за исключением случаев, когда существует угроза жизни или ребенку угрожает опасность.

Консультанты не направляют клиентов на другие услуги, но могут предложить способы помощи.

Частота и продолжительность консультирования зависят от потребностей человека, но средний человек встречается 3–6 раз.

Консультирование осуществляется на эстонском языке и, при необходимости, на русском языке в Северном и Восточном регионе.

Помимо лиц, совершивших насилие в семье, с консультантами также могут связаться их близкие, жертвы и специалисты.

«После нескольких встреч я понял, что это не совсем то, что я себе представлял. Консультант не пришел меня поставить на место, а спокойно задавал вопросы и слушал меня. Я мог говорить о вещах, о которых обычно не говорил, и постепенно я начал понимать, как мое поведение влияет на другого человека. Самое удивительное для меня было то, что насилие – это не только удары. Слова, угрозы, контроль и запугивание также являются насилием. Я не говорю, что это нормально, но я стал спокойнее, и теперь у меня есть несколько конкретных способов сдерживать себя, когда напряжение возрастает. Я хочу быть примером для своих детей...»

Если вы готовы к переменам и хотите вести себя агрессивно, обратитесь в Департамент социального страхования и договоритесь о встрече с консультантом по насилию!

**Телефон: 660 6077 (пн-пт 10–16)**

**Эл. почта: [vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee)**

**Консультация бесплатная.**

Домашнее насилие – это физическое, сексуальное, психическое или экономическое насилие, которое происходит в семье или в тесных отношениях между нынешними или бывшими супругами и партнерами, даже если преступник не живет или никогда не жил с жертвой.

## Последний день учебы 2025 года в гимназии Локса прошел в праздничном настроении



Утром 19 декабря школьная семья гимназии Локса собралась у городского ели, чтобы вместе отпраздновать последний школьный день 2025 года. Вступительные слова произнес директор школы Аргс Ауг, который пожелал всем прекрасного Рождества и поблагодарил коллектив школы за совместный год.

Затем они отправились в шествии с фонарями к школьному зданию, где состоялась торжественная церемония. Теплый свет свечей и

веселые лица создали настоящий рождественский дух и сплестили всю школьную семью.

На торжественном собрании звучали песни, видели танцы, слушали стихи и игру на музыкальных инструментах. Также были отмечены наши отличные ученики и преподаватели, чья преданность делу и усердная работа на протяжении всего года были просто замечательными. Праздничная программа подарила исполнителям и

слушателям массу радости и волнующих моментов.

Большое спасибо всем, кто внес свой вклад в организацию и успех этого дня и сделал последний день школы особенным и запоминающимся.

**Гэрли Пийскоппель**  
*Гимназия Локса*





## Добро творить — это хорошо. Декабрь, полон рождественской радости, обучения и моментов единения.



Декабрь в нашем доме прошел в истинно рождественском духе, наполненный теплом, добрыми делами, сказками и общими впечатлениями. Каждый день приносил что-то особенное и давал возможность замечать, заботиться и наслаждаться вместе.

Начало рождественского сезона мы отпраздновали 1-м Адвентом и сказочным утром. Когда сказка только началась, в зале появились персонажи Кролик и Гном и история начала жить вокруг нас. Кролик стал помощником и другом гнома и был удостоен почетного звания Рождественского Зайчика. Поэтому мы еще раз напомнили себе о важности дружбы и помощи друг другу. Гном зажжет первую адвентистскую свечу, и с этого момента в нашем доме начался великий и ожидаемый рождественский сезон. Декабрь также ознаменовался множеством прекрасных выступлений и моментов радости, разделённых между участниками. Храбрые Божьи коровки выступали в церкви Локса и своими песнями и присутствием подарила рождественскую радость многим людям. В этом году рождественская елка в нашем зале приобрела особый вид. Она была украшена рождественскими игрушками, сделанными Антониной, которые были буквально сказочными. Спасибо, что поделились этой красотой.

Большое внимание также уделялось добрым делам. Традиционная благотворительная рождественская ярмарка объединила все наше сообщество. Прилавки были наполнены красивой ручной работой, мастерством, вкусной выпечкой и аппетитными сладостями. Мы искренне благодарим всех, кто внес свой вклад своим временем, навыками и сердцем, а также тех, кто нашел что-то по душе на столах. Наше общее доброе дело в этом году было разделено следующим образом: Мы пожертвовали 165 евро в Фонд лечения рака «Дар жизни» и 165 евро для Благотворительного фонда «День моей мечты». Творить добро — это действительно хорошо.

Теплоту и заботу разделяли и гномы Жучков, которые приносили добрые праздничные пожелания в дом престарелых Локса. Они принесли стихи и рождественские открытки, в изготовлении которых участвовали все маленькие гномы нашего дома. Эти моменты научили детей тому, сколько радости может принести один простой и искренний поступок.

Декабрь также принес радость открытий за пределами дома. Группа Божьих коровок провела замечательный день в Центре для посетителей RMK Oandu, где они приняли участие в программе «История рождественской елки».

Изучали разные деревья, сравнивали шипы, учились читать словный век как на растущем дереве, так и с пня. Они пошли в Сосновый дом и получили представление о том, как далеко от сосны до рождественской елки. В старом сарае люди познакомились с рождественскими традициями и играли в старомодные игры. День завершился чаепитием у костра, с горячими сосисками и имбирными пряниками. Это был опыт, который запомнится надолго. Кульминацией месяца стали рождественские вечеринки в группах. Рождество отмечалось как в спокойных, уютных кругах, ориентированных на детей, так и в кругу семьи, разделяя радость, представления и моменты единения. Одна из групп провела рождественскую вечеринку на улице, что подарило детям и учителям разнообразные и незабываемые впечатления. Каждая вечеринка была уникальной, но всех объединяло теплое настроение и радость от совместного времяпрепровождения. Мы искренне благодарим всех детей, учителей, семей и партнеров, которые помогли сделать декабрь таким особенным. Мы желаем всем волшебного Рождества, мирных праздников и множества теплых моментов в кругу близких.

**Наталья Калинин**  
Директор детского сада Ыннетрийну города Локса



## Школа и детский сад Локса в очередной раз организовали рождественские ярмарки



Уже несколько лет подряд детский сад Локса организует рождественскую ярмарку, часть выручки от которой идет на благотворительность — и в этом году тоже. Также было открыто уютное кафе. Это похвальная инициатива, которая объединяет общину и демонстрирует поддержку родителей инициатив учителей. Детский сад искренне благодарит всех, кто помогал заполнять прилавки на ярмарке. Прилавки были покрыты красивыми предметами рукоделия, вкусной выпечкой и аппетитными сладостями.

Спасибо также всем посетителям, которые совершали покупки по душе и по вкусу — хорошо делать добро! Гимназия Локса обычно организовала рождественскую ярмарку в учебный день, но на этот раз было решено провести ярмарку в субботу, а также привлечь к выступлениям музыкальную школу Локса. Радость доставил и Дед Мороз, побывавший на ярмарке. В роли продавцов были ученики, родители и преподаватели. Школа благодарит всех продавцов и покупателей и выражает особую

благодарность музыкальной школе Локса, центру культуры Локса, Деду Морозу Президику и всем хорошим помощникам и сторонникам.

Фотографии настроения ярмарки можно посмотреть на странице гимназии Локса в Facebook — фотографии были сделаны учеником фотографии Кристиан Таави Силлаотсам.





## Учебная поездка молодых послов НАТО в Брюссель



В начале декабря 2–3 декабря я участвовал в учебной поездке в Брюссель в рамках Программы молодых послов НАТО, целью которой было ознакомление с работой институтов НАТО и Европейского Союза и получение прямого обзора международной безопасности и формировании политики. Двухдневный визит предоставил как значимые встречи, так и возможность открыть для себя Брюссель как политический центр Европы.

Центральной частью поездки был визит в штаб-квартиру НАТО, где мы встретились с несколькими послами и должностными лицами НАТО. Мы познакомились со структурой альянса, процессами принятия решений и ролью НАТО в современной международной среде безопасности. Особое внимание было уделено принципу коллективной обороны и важности НАТО в обеспечении безопасности Эстонии и других государств-членов. Дискуссии были содержательными и дали хороший обзор того, как теоретические

решения по политике безопасности реализуются в реальной жизни.

Мы также посетили Европейский парламент, где получили обзор законодательного процесса Европейского Союза и роли Парламента в формировании европейской политики. Также состоялась встреча с депутатом Европарламента Рихо Террасом, который рассказал о своем опыте на посту командующего Силами обороны, а также о текущей работе в качестве политика. Разговоры были сосредоточены на европейском и натовском сотрудничестве, войне в Украине, будущем европейской безопасности и роли Эстонии на международной арене.

Совместный ужин с Рихо Террасом вечером позволил продолжить дискуссии в более непринужденной обстановке. Это дало молодым людям возможность задавать прямые вопросы и слышать практические ответы на темы, связанные с обороной страны, безопасностью и вкладом молодежи в общество.



Помимо официальной программы, было время и на знакомство с Брюсселем. Мы прогулялись по историческому центру города, посетили известные достопримечательности, познакомились с местной культурой и бытом. Досуг помог создать более прочную связь между участниками и дал возможность обсудить и осмыслить опыт.

В целом, учебная поездка молодых послов НАТО в Брюссель была очень познавательным и вдохновляющим опытом. Это углубило понимание международного сотрудничества, роли НАТО и Европейского Союза, а также подтвердило важность осознания и активного участия молодежи в вопросах безопасности и общества.

**Кевин-Юлиус Кивиберг**

*Ученик 11 класса гимназии Локса*

## Деятельность молодых орлов и дочерей отчизны Локса всегда приглашает вас поддержать их отряд

6 декабря молодые члены нашего отряда отправились в Арду на зимний день округа. День Зимы — это традиционное мероприятие, знаменующее окончание года, для дочерей отчизны и молодых орлов. День был полон разных мастерских - проходила охота Сипсика, где, по разным подсказкам, должен был найтись Сипсик. Затем мы отправились на прогулку в конной повозке. У нас был вкусный суп и торт на обед, а после этого была мастерская, где каждый молодой человек мог сделать свои рождественские украшения. Последним заданием была фотоохота, в ходе которого нужно было сделать снимок с заданной подписью. При условии, что все молодые люди в отряде видны на фото. В тот день было очень сложно найти снег, поэтому приходилось использовать свое воображение. Когда мы проходили мастер-классы, началось ожидание Деда Мороза, ведь Зимний день всегда заканчивает Дед Мороз. Так же и в этом году. Все отряды должны были выступить и были вознаграждены подарком. И пора было ехать домой. Большое спасибо организациям Tulisilm и администрации города Локса, которые разрешили нам добраться до Дня зимы на маршрутном автобусе. Всегда веселее, когда вы вместе.

20 декабря отряд Локса провел праздничное предновогоднее собрание. Это также традиционное мероприятие, на котором мы всегда рады родителям. Мы подводим итоги прошедшего года, отмечаем каждого молодого человека в нашем отряде благодарственным письмом и шоколадом. Мы также обсуждаем планы на новый год, чтобы знать о самых важных событиях и мероприятиях, которые нас ждут. После праздничной части мы вместе едим вкусный торт и приятно общаемся. К сожалению, в этом году наш отряд молодых людей затронула волна болезней, и многие не смогли принять участие. Мы пожелали нашим молодым людям и их родителям счастливых праздников и счастливого Нового года.

Всем насыщенного Нового года!

**Тармо и Маргит Амер**  
*Руководители отряда Локса*





## Рождественский концерт в музыкальной школе Локса – чтобы сохранить в душе теплый дух Рождества!



Ученики и преподаватели музыкальной школы вместе с самодельными артистами Локса, создали поистине прекрасную рождественскую атмосферу своим проникновенным и разнообразным выступлением, даже в бесснежный рождественский сезон. Лаури Метус, веселый ведущий вечера в шапке гнома, умело объединил весь концерт в единую и гармоничную рождественскую цельность, создав приятное и теплое настроение в зале. Концерт открыл оркестр духовых инструментов музыкальной школы Локса под управлением Андрея Седлера. В танцевальном и радостном исполнении линейные танцы Локса выступали под руководством Кайли Пезтерманн. Затем выступили солисты: Луиза Аасранд (скрипка), Тамбет Аасранд (труба), Назар Касела (саксофон), Диана Казакова (ксилофон) и Умид Шукуров (фортепиано), которые исполнили красивые и захватывающие звуки музыки.

Под руководством Эрики Касеталу ансамбль аккордеонистов исполнил два веселых произведения. Лаура Лухт и Лаури Метус исполнили нестарееющее, но прекрасное произведение И. С. Баха „Air“.

Сердечная благодарность всем исполнителям – вы были замечательными и вдохновляющими творцами духа Рождества!

Хиллери Трейсальт, вице-мэр



## НПО Rannamännid снова вместе



НПО Rannamännid отпраздновал Рождество в зале Центра культуры Локса. Рождественский стол был накрыт столовой Куусалу с его вкусными рождественскими блюдами. Гостей приветствовали танцовщицы Локса, которые в начале вечеринки исполнили несколько танцев. Во вступительной речи на вечеринке Меэли прочитала свое рождественское стихотворение, написанное на прибрежном языке. Рийна составила викторину о рождественских обычаях. Не легко было справиться. Между рождественскими колядками Маре дала обзор рождественских обычаев в нашей стране и во всем мире. А потом пришла рождественская баба с мешком подарков. Она сказала, что дед болен и не мог сам прийти. Подарки были розданы, и вечеринка могла продолжаться в радостном духе. Спасибо Центру Культуры Локса за помощь и радушный прием, благодаря которому рождественский обед состоялся.

НПО Rannamännid

## В молодежном центре Локса молодые люди получили рождественскую радость и добрые пожелания на Новый год



В последний месяц года в кружке рукоделия изготавливали подсвечник, который можно было забрать домой и поставить в него безопасную светодиодную свечу.

В кружке кулинарии один раз готовили финские блины, а на последнем кулинарном мастер-классе — картофельный салат, чтобы год можно было завершить более праздничным ужином.

В последнюю неделю года снова состоялась традиционная выпечка имбирных пряников.

Желаем вам насыщенного Нового года!

Маргит Амер  
Руководитель молодежного центра  
Локса



## Продажа недвижимости

Городская управа Локса организует продажу недвижимости, принадлежащей городу, посредством публичного письменного аукциона в соответствии с принятым 18.12.2020 Постановлением №20 «О порядке владения, использования и распоряжения имуществом города Локса».

- ул. Лыуна 2b, кадастровый код 42401:001:0175, площадь 1694 м<sup>2</sup>, целевое назначение жилая земля, стартовая цена аукциона 18 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Лыуна 2с, кадастровый код 42401:001:0174, площадь 1510 м<sup>2</sup>, целевое назначение жилая земля, стартовая цена аукциона 18 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Лыуна 2d, кадастровый код 42401:001:0179, площадь 327 м<sup>2</sup>, целевое назначение жилая земля, начальная цена аукциона 18 €/м<sup>2</sup>;
- Ул. Папли 1a, кадастровый код 42401:001:0118, площадь 1645 м<sup>2</sup>, земля нецелевого назначения, стартовая цена аукциона 30 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Раху 3a, кадастровый код 42401:001:0208, площадь 1160 м<sup>2</sup>, целевое назначение земля жилой застройки 100 %, стартовая цена 18 €/м<sup>2</sup>;
- улица Раху 5a, кадастровый код 42401:001:0204, площадь 954 м<sup>2</sup>, целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена 18 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Раху 9a, кадастровый код 42401:001:0211, площадь 571 м<sup>2</sup>, целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена 18 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Раху 11a, кадастровый код 42401:001:0206, площадь 908 м<sup>2</sup>, целевое назначение, земля жилой застройки 100 %, стартовая цена 18 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Раху 27a, кадастровый код 42401:001:0202, площадь 1323 м<sup>2</sup>, целевое назначение земля жилой застройки 100 %, стартовая цена 18 €/м<sup>2</sup>;
- Ул. Тёэстусе 10, кадастровый код 42401:001:0184, площадь 2924 м<sup>2</sup>, целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100%, стартовая цена 20 €/м<sup>2</sup>;
- Ул. Тёэстусе 12, кадастровый код 42401:001:0185, площадь 5897 м<sup>2</sup>, целевое назначение доходная сельскохозяйственная земля 100%, стартовая цена 20 €/м<sup>2</sup>;
- Ул. Уус 5b, кадастровый код 42401:001:0182, площадь 2373 м<sup>2</sup>, назначение доходная сельскохозяйственная земля 100%, стартовая цена 20 €/м<sup>2</sup>;
- Ул. Уус 5с, кадастровый код 42401:001:0183, площадь 1769 м<sup>2</sup>, назначение доходная сельскохозяйственная земля 100%, стартовая цена 20 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 4е, кадастровый код 42401:001:0257, площадь 1801 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 4d, кадастровый код 42401:001:0256, площадь 1807 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 4f, кадастровый код 42401:001:0258, площадь 1802 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 4с, кадастровый код 42401:001:0255, площадь 1801 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 16, кадастровый код 42401:001:0266, площадь 2102 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 16b, кадастровый код 42401:001:0264, площадь 2098 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>;
- ул. Мере 16f, кадастровый код 42401:001:0259, площадь 1998 м<sup>2</sup>, стартовая цена 25 €/м<sup>2</sup>.

Предложения на аукцион должны быть представлены или отправлены в письменном виде по почте или электронной почте с цифровой подписью 15.01.2026 не позднее 10:00 по адресу: ул. Таллинна 45, город Локса 74806 или по электронной почте linn@loksa.ee. Открытие письменных предложений состоится 15.01.2026 в 10:30 в зале городской управы Локса. Учитываться будут только предложения, поданные вовремя и в соответствии с требованиями.

Дополнительная информация: <https://www.loksalinn.ee/kinnisvara-muuk>  
Информация по телефонам 509 4088, 603 1252

### Loksa Haljastus OOO организует 15.01.2026 публичный письменный аукцион

Предложения на аукцион могут быть представлены в письменном виде с момента публикации сообщения до 15.01.2026 не позднее 10:00.

■ Недвижимость Йыекалда (кадастровый код 42401:002:0017, регистрационная часть 10028802) в городе Локса, площадью 14383 м<sup>2</sup>, целевое назначение жилая земля, возможное изменение целевого назначения земли и раздел недвижимости. Стартовая цена аукциона - 143 000 евро. Недвижимость расположена в красивом природном месте на берегу реки Валгейги, граничит с приморским парковым лесом, примерно в 300 м от моря (залив Хара). Возможность присоединения к инженерным сетям.

Предложения на аукцион должны быть представлены или отправлены в письменном виде по почте или электронной почте с цифровой подписью 15.01.2026 не позднее 10:00 по адресу: ул. Таллинна 45, город Локса 74806 или по электронной почте: haljastus@loksa.ee

Открытие письменных предложений состоится 15.01.2026 в 10:30 в зале городской управы Локса. Учитываться будут только предложения, поданные вовремя и в соответствии с требованиями.

Информация по телефонам 509 4088, 603 1252.

Дополнительная информация: <https://www.loksalinn.ee/kinnisvara-muuk>

*Если вы хотите построить дом вдали от шума и суеты большого города, приезжайте к морю, на берег реки, в лоно леса - в ЛОКСА.*

## ПРОВЕРКА ЗРЕНИЯ И ПРОДАЖА ОЧКОВ



16.02.2026 с 10.00 в  
БИБЛИОТЕКЕ ЛОКСА  
регистрация по телефону (9.00-16.00)  
5323 2454  
\* Тест на сухость глаз  
\* Измерение глазного давления  
\* Солнцезащитные очки



Проверка зрения 25 евро, покупателю очков БЕСПЛАТНО!

**meie**  
üle 60 kaupluse Eestis  
[www.meietoidukaubad.ee](http://www.meietoidukaubad.ee)

**JAANUARI HINNAD 02.01.2026 - 01.02.2026** *või kuni kaup jätkub*

<p>0.89 0.79 0.75 0.79 0.79</p> <p>Suur Perenaise sai 500g ( 1,78 kg ) Onne sepik 300g ( 2,63 kg ) Kodukandi rukkileib 390g ( 1,92 kg ) Kodukandi koorikleib 300g ( 2,63 kg ) Pealinna peenleib 490g ( 1,61 kg )</p>	<p>1.79 1.99 2.59 1.59 2.99</p> <p>Valla Lastevorst 600g ( 2,98 kg ) Juustuvorst 300g ( 6,63 kg ) Valla Krakov 450g ( 5,76 kg ) Kanaviiner 400g ( 3,98 kg ) Rakvere pihvid juustuga 400g ( 7,48 kg )</p>
<p>5.99 6.49 6.99</p> <p>Kohv Paulig Mokka 475g ( 12,61 kg ) Kohv Lõfbergs 500g ( 12,98 kg ) Kohv Lõfbergs presskann 500g ( 12,98 kg ) Kohv Jacobs Krönung Mild 500g ( 13,98 kg )</p>	<p>10.99 12.99 13.99 14.99 2.99</p> <p>Kohviuba Happy Coffee 1kg Kohviuba Segafredo Dolce 1kg Kohviuba Merrild Crema 1kg Kohviuba Classic 1kg Juust Edam 500g ( 5,98 kg )</p>

**Valik meie toodetest.**

## Nägemise kontrolli buss taas

**Loksal 21.01**

**Nägemiskontroll 20 €**  
**Prillitellijale nägemise kontroll TASUTA**

**prilliraamid alates 35€**

Silmarõhu mõõtmine 5 €, aega selleks broneerima ei pea  
Müügil ka kinkekaardid alates 20€, hea praktiline kingitus

**Loksa bussijaam**

**Broneeri oma aeg varakult: [mobileoptica.ee/broneeri-aeg/](http://mobileoptica.ee/broneeri-aeg/)**