

Медведковский пруд благоустроили, на Кольском работы ещё идут **стр. 8**

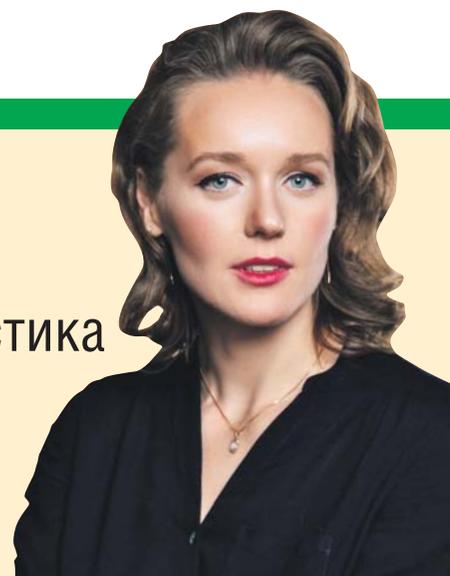
Москва. Северо-Восточный административный округ

№19 (780)

ИЮНЬ
2022

ЗВЁЗДНЫЙ БУЛЬВАР

**Виолетта
Давыдовская:**
«На съёмках ужастика
сама испугалась
до слёз»
стр. 13



WWW.ZBULVAR.RU • E-MAIL: ZB@ZBULVAR.RU • ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ: (499) 647-6831 • T.ME/ZB_SVAO



Сергей Собянин:
на месте промзоны
у Рижского вокзала будет
новый городской квартал **стр. 2**

**Как обстоят
дела с мебелью
на фоне
санкций**

стр. 4

**Кадеты
из Северного
добрались
до Камчатки**

стр. 7

Хорда взмыла над путями

В районе Алтуфьевского шоссе достраивают самую длинную эстакаду СВХ

стр. 6



В Марьиной роще появится новый городской квартал

Его обустраивают на месте грузового двора рядом с Рижским вокзалом



mos.ru

Утверждён проект планировки территории Рижского грузового двора — на пересечении ТТК и проспекта Мира. Соответствующее постановление подписал мэр Москвы **Сергей Собянин**, сообщает портал **mos.ru**. Это стало возможно благодаря решению ОАО «РЖД» убраться с грузового двора из центра города. Участок площадью около 44 гектаров, расположенный в районе Марьиной рощи рядом с Рижским вокзалом, превратится в комфортабельный район. Часть квартир, около 25 тысяч кв. метров, предоставят для переселения участников программы реновации.

Пассажирский Рижский вокзал останется частью нового района. Его планируют реставрировать и привести в соответствие с современными стандартами московского транспорта. В частности, здесь построят новое зда-

ние железнодорожных касс. Перед зданием вокзала установят современные остановочные павильоны и организуют конечные станции наземного городского транспорта.

На территории также появятся школа и детские сады. Кроме того, на месте бывшего грузового двора построят офисные здания для размещения штаб-квартиры РЖД, медицинский центр, гостиницу, фитнес-клуб, библиотеку, объекты общепита. В планах также строительство новых улиц и дорог общей протяжённостью более 3 километров, обустройство велодорожек и велоперезездов через железнодорожные пути.

Часть квартир планируют передать под заселение по реновации

Сообщается, что реорганизация Рижского грузового двора позволит создать 27,5 тысячи новых рабочих мест и комфортные условия для проживания около 4 тысяч человек.

Игорь МИНАЕВ



На пересечении проспекта Мира и ТТК вырастут современные дома, школы, деловые центры

stroimsk.ru

В Отрадном построят цех для выпуска измерительных приборов

Городские власти выделили предприятию «Союзцветметавтоматика» земельный участок на Берёзовой аллее, вл. 12, для строительства нового цеха.

— Здесь будет налажено изготовление современных, высокоточных измерительных приборов, — сообщил руководитель Департамента

городского имущества г. Москвы Максим Гаман.

За пользование земельным участком площадью 0,96 га инвестор будет платить всего 1 рубль в год. Это одна из антикризисных мер поддержки столичной промышленности, разработанных Правительством Москвы. В свою очередь инвестор обязан в

ближайшие пять лет построить на участке цех и создать здесь свыше 100 новых рабочих мест.

Компания «Союзцветметавтоматика» специализируется на производстве датчиков давления, регуляторов расхода газа и других высокоточных измерительных систем.

Андрей ТОМЦЕВ

В Ярославском реконструируют промзону «Северянин»

Часть промышленной территории, расположенной в Ярославском районе, планируют превратить в современные жилые комплексы. Это часть городской программы «Индустриальные кварталы».

По словам руководителя Департамента городского имущества г. Москвы Максима Гамана, инвестор, которого ещё предстоит выбрать,

получит право построить здесь жильё, офисы, а также социальные объекты.

— В том числе образовательные комплексы с детскими садами, рассчитанными на 325 детей, и школами на 650 учеников, а также женскую консульгацию. Их возведут и бесплатно передадут городу, — сообщил он.

Инвестиции в создание новых кварталов соста-

вят почти 38 млрд рублей. А ежегодные поступления от проекта в бюджет столицы, по прогнозам, достигнут 584 млн рублей.

К слову, сейчас на месте предполагаемого строительства находятся старые, зачастую заброшенные склады, гаражи и несколько автосервисов.

Олег ДАНИЛОВ

В «Калибре» разработали новые виды машинных масел

Резидент столичного технопарка, расположенного в Останкинском районе, планирует расширить производство новых видов смазочных материалов для машин и механизмов.

По словам Сергея Мамыкина, технического директора предприятия, в стандартных технических маслах используются фосфор, сера, цинк, кальций и другие элементы. Но в смазках, разработанных компанией — резидентом технопарка «Калибр», их заменяет медь.

— Причина износа поверхностей — выделяющийся в результате трения водород. Восстановить её способна медь за счёт образования на стальной поверхности идеально гладкой тончайшей плёнки, — поясняет он.

Масла на основе меди многократно увеличивают срок службы автомобилей, по-



Александр Авиллов/Агентство «Москва»

ездов, кораблей, станков и турбин, а также авиационных двигателей, а расход топлива снижается примерно на 15%.

— Все компоненты, необходимые для изготовления продукции, компания закупает в России,

— отмечает Мамыкин. Предприятие является резидентом технопарка «Калибр» и пользуется налоговыми льготами, предоставленными Правительством Москвы.

Олег ДАНИЛОВ

Старший сержант обезвредил семейного тирана из Медведкова

В полицию позвонила жительница Широкой улицы. Она была в панике и сообщила, что муж угрожает ей избивением, не даёт выйти из квартиры. На место выехал экипаж патрульно-постовой службы.

— Когда мы подошли, из квартиры доносились крики женщины о помощи, но дверь нам не открывали, — рассказал «ЗБ» старший сержант полиции Михаил Кашин. — Потом послышался мужской голос: «Сломаете дверь — я всех убью! Её убью и брошусь с балкона!»

В это время на место прибыли сотрудники МЧС, они быстро вскрыли дверь. Первым в квартиру зашёл Михаил Кашин.

— В прихожей было темно. Внезапно я почувствовал три резких удара в область груди и живота. В руке нападавшего

был нож, но от ранения меня защитил бронежилет, — объяснил старший сержант.

Кашин оттолкнул агрессора в коридор, достал из кобуры табельное оружие и предупредил нападавшего: «Стрелять буду!» Но мужчина снова бросился в атаку. Михаил произвёл предупредительный выстрел. Только после этого злоумышленника удалось задержать. По словам жены, которая, к счастью, не пострадала, ссора разразилась на бытовой почве.

Михаилу Кашину 24 года, он родился и вырос в районе Отрадное. В полиции служит с 2018 года в том же отделе, где 25 лет прослужил его отец. Вместе с женой воспитывает маленького сына.

Анна ГОНЧАРОВА

**От ранения
уберёг
бронежилет**

Михаил Кашин служит в том же отделе, где четверть века проработал его отец



Денис Афанасьев

ПОЖАРЫ

За неделю в округе произошло 11 пожаров. Погибших и пострадавших нет.

**Микроавтобус
польхал
на Дмитровском
шоссе**

10 июня сотрудники МЧС выезжали на Дмитровское шоссе, 163. Там загорелись берёзовые угли, нагруженные в «Газель». Огонь охватил всю машину, но пожарным удалось быстро ликвидировать пламя. Причина пожара устанавливается.

**В Северном
подожгли
автомобиль**

Ночью 10 июня на улице 9-я Северная линия загорелся салон автомобиля «Рено», припаркованного возле дома. Хозяина на месте происшествия не было, в пожарную охрану позвонили очевидцы. Сотрудники МЧС оперативно ликвидировали возгорание. Предварительная причина — умышленный поджог.

Анна ГОНЧАРОВА



Кроме музыки, Анна Цыбулина увлекается испанским языком, а ещё обожает кататься на роликах

Роман Балаев

Скрипачка из Лосинки победила на международном конкурсе

Двенадцатилетняя Анна Цыбулина стала лауреатом 1-й степени на 20-м Международном конкурсе-фестивале музыкального творчества «Звуки и краски столицы». Ученица музыкальной школы им. Г.В.Свиридова на Стартовой улице виртуозно исполнила на скрипке пьесу «Прялка» Алексея Яньшинова.

— Это произведение очень сложное, его обычно разучивают ребята года на два старше, но Аня справилась блестяще, — отметила преподавательницы девочки Анастасия Брайнинг.

В музыкальную школу Аню отвела мама: она с детства мечтала научиться играть на скрипке, но не сложилось.

В итоге её мечту осуществила дочка. Впрочем, сама Анна согласилась с удовольствием. Её очень впечатлил концерт всемирно известной Ванессы Мэй, на котором она успела побывать с родителями.

— Я мечтаю поступить в Академию музыки имени Гнесиных, стать профессиональной скрипачкой и выступать на международных конкурсах, — поделилась Аня.

Школьница хорошо учится, увлекается изучением испанского и английского языков. А в свободное время любит кататься на велосипеде и на роликах.

Ирина Львова

На Звёздном бульваре установили бюст графа Шереметева

В честь 130-й годовщины создания Всероссийской добровольной пожарной охраны (ВДПО) в пожарной части №69 в Останкинском районе открыли бюст Александра Шереметева. «Брандмейстерский граф», как называли Шереметева, был одним из отцов-основателей Российского пожарного общества.

Эскиз монумента — результат кол-

лективной работы центрального аппарата ВДПО. А сам бюст был напечатан современными материалами на 3D-принтере. Открывали памятник заместитель министра РФ по делам ГОЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий Илья Денисов и председатель Центрального совета ВДПО Алексей Крылов.

Анна ГОНЧАРОВА



Монумент располагается на территории пожарной части №69

Роман Балаев

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Анна Романова

Ольга Геранчева,
шеф-редактор
«ЗБ»

Нестерпимая зрелость

Есть такая современная народная присказка о том, когда человек понимает, что стал по-настоящему взрослым. Не в тот момент, когда получил диплом специалиста, и даже не после того, как завёл семью. А когда набрался смелости попросить открыть вторую кассу в очереди за продуктами. По сути, мысль в том, что зрелый человек не стесняется отстаивать свои права. Но вот парадокс: при серьёзных нарушениях отстаивать правду готовы многие. Отправить обращение в нужные инстанции, попросить разобраться в ситуации. А вот в простых бытовых случаях, где дело зачастую можно решить вежливым вопросом, почему-то берёт робость.

В Телеграм-канале «Медведково. Соседи» житель выложил фотографию, сделанную в автобусе 928-го маршрута в один из жарких дней июня. На снимке — табло с информацией «В салоне: +30 °C». А в подписи автор восклицает: «Какой мы терпеливый народ! Ни один человек не подошёл к водителю и не попросил переключить кондиционер на охлаждение».

В комментариях к публикации посыпались вопросы: а сами почему не спросили? Одни винили водителя: мол, не доглядел. Другие считали, что кондиционер был сломан, и призывали отправить жалобу в Мосгортранс. Но причину жары в автобусе мы уже не узнаем. Ведь у водителя об этом никто не спросил.

Давайте делать «Звёздный бульвар» вместе!

- У вас есть интересная тема для публикации?
- Вам понравился материал?
- Газета помогла решить проблему?

ЗВОНИТЕ! ПИШИТЕ!
(499) 647-6831,
ZB@ZBULVAR.RU,
CHITATEL@INTERNET.RU

На ИКЕЕ СВЕТ КЛИНОМ НЕ СОШЁЛСЯ

Корреспондент «ЗБ» выяснила ситуацию в магазинах мебели на фоне санкций

Весной люди беспокоились, что из-за санкций и ухода из России ИКЕА мебель подорожает, а ассортимент сузится. Тогда многие решили прикупить столы, стулья, шкафчики. А что происходит в мебельных магазинах сейчас, выяснила корреспондент «ЗБ».

Все бренды не перечислишь

В мебельном магазине на проспекте Мира в Ростокине огромный выбор диванов всевозможных расцветок и моделей: от еврокнижек для детских комнат до четырёхметровых угловых диванов с мини-барами в подлокотниках. Присматриваюсь к этикеткам. На каждой написано: «Произведено в России». Выясняется, что мебели импортного производства здесь нет вовсе.

— В России достаточно хороших мебельных фабрик. У нас представлены товары из Нижнего Новгорода, Пензы, Калининградской, Волгоградской, Московской областей. Всех не перечислишь, — говорит продавец.

— И новые поставки есть?

— Есть. И не прекращались! Заказать можем всё что угодно, — подчёркивает представитель магазина.

Ажиотаж спал — начались скидки

Гипермаркет мебели на Дмитровском шоссе в районе Северный пестрит жёлтыми ценниками. Скидки до



Для обивки диванов используют особые износостойкие материалы

По её словам, ещё недавно были перебои с поставками комодов, тумб и шкафов из-за нехватки фурнитуры. Многие отечественные мебельщики покупали её в Европе. Но сейчас уже налажены связи с поставщиками из других стран.

Ткань привозят из Турции и Китая

То, что производители успешно преодолевают трудности с закупками, подтвердил и представитель Ассоциации предприятий мебельной и деревообрабатывающей промышленности России Тимур Иртуганов.

— Есть ещё сложности с запчастями для иностранного промышленного оборудования, с лакокрасочными материалами, с клеем и смолой для изготовления древесных плит, — говорит он.

В то же время подчёркивает: мебельщики ищут и находят поставщиков, в том числе и изготовителей обивочной ткани. Раньше она шла в основном из Германии и Италии.

— Ткань для диванов — необычная. Для износостойкости в неё добавляют пластик. Такие сложные производства нашлись в Турции и Китае. Там теперь и покупаем, — поясняет Иртуганов.

Он заявляет: бояться дефицита мебели и роста цен не стоит. Мебель в стране выпускают почти 23 тысячи компаний, у которых к тому же достаточные запасы сырья.

Анастасия ШУРКАЕВА

Российские фабрики налаживают связи с новыми поставщиками фурнитуры

30% почти на всё: на мягкую мебель, шкафы, кровати и матрасы, кухонные гарнитуры. Вслух удивляюсь тому, что почти на 10 тыс. рублей подешевела кровать с подъёмным механизмом той же модели, какую я покупала в

магазине этой сети полтора года назад.

— Удивляться нечему, — поясняет менеджер Наталья. — Прошёл ажиотаж, когда мебель раскупали, боясь подорожания и дефицита. Сейчас спрос снизился, и мы

объявили скидки, чтобы его вернуть.

Во всём ассортименте нахожу только два иностранных товара: дорогой вьетнамский гарнитур из массива акации и бюджетную китайскую садовую мебель из искусственного ротанга.

— Всё остальное делают у нас. По качеству отечественная мебель не уступает европейской. И матрасы наши не хуже, а даже лучше икеевских, — комментирует Наталья.

Председатель Мосгордумы Алексей Шапошников: «Экономика столицы успеет адаптироваться к новым реалиям»

Председатель Московской городской думы **Алексей Шапошников** подвёл итоги весенней сессии столичного парламента 2022 года. В частности, он рассказал, что «весенняя сессия запомнится «космическим прорывом», который войдёт в историю и парламентаризма, и космонавтики».

— Благодаря активному сотрудничеству Мосгордумы с



Пресс-служба МГД

государственной корпорацией «Роскосмос» действующий депутат, наш коллега, Герой России, лётчик-космонавт Олег Артемьев уже третий месяц полноценно выполняет свои депутатские обязанности, находясь в космосе, — сообщил Шапошников.

Он рассказал, как депутаты Мосгордумы участвуют в работе по стабилизации сто-

личной экономики в период санкций:

— Наши предложения были направлены в Комиссию по повышению устойчивости развития экономики в городе Москве. В общей сложности депутатами Думы и депутатскими объединениями предложены 163 меры поддержки экономики и граждан. Из них полно-

стью или частично учтены 66, то есть 40%. Главное, что экономика столицы успеет быстро адаптироваться к новым реалиям, ситуация на сегодняшний момент стабильная, все отрасли работают. В этот непростой период депутаты Мосгордумы находятся в тесном диалоге с представителями исполнительной власти, бизнес-

сообществом, профессиональными союзами и партийными объединениями. Это говорит об эффективном взаимодействии законодательной и исполнительной власти города. Главная задача — не допустить закрытия предприятий, малого и среднего бизнеса, сокращения рабочих мест.

Александр ЛУЗАНОВ

Отечественная сеть заменила ушедший Макдоналдс

Новая сеть быстрого питания «Вкусно — и точка» заменила ушедший из России Макдоналдс. Первым заработал флагманский ресторан на Пушкинской площади. Накануне открытия его посетил мэр столицы Сергей Собянин и поздравил трудовой коллектив. Он подчеркнул, что и профессиональная команда новой сети ресторанов, и поставщики, и продукция — российские.

— Мы волновались за вас, за судьбу сотрудников, за тех, кто поставлял вам продукцию, — огромное количество людей, десятки тысяч. И конечно, это сотни тысяч ваших посетителей, которые любят вашу продукцию, — обратился Сергей Собянин к администрации и к персоналу ресторана.

Правительство столицы и бизнес-сообщество в сжатые сроки проделали большую работу. В результате удалось сохранить цепочки поставок. В меню остались почти все привычные блюда, хотя некоторые из них появятся в продаже не сразу. Кроме того, новая сеть сохранила технологии предшественника, поэтому посетителям гарантирован уровень сервиса и качества продукции, к которым они привыкли. Останутся прежними и наработанные за годы система обслуживания и автораздача.

Важно и то, что сотрудники прежней сети — а это более 50 тысяч человек — сохранили рабочие места. Не лишатся их и около 100 тысяч работников предприятий-поставщиков.

Сейчас в Москве уже открыли двери для гостей десятки ресторанов под новым брендом. В СВАО — на ул. Милашенкова, 4д; Ярославском ш., вл. 3, стр. 1; просп. Мира, 119, стр. 547; ул. Лескова, 1.

Игорь МИНАЕВ

Автомобиль просят временно убрать

Во дворах округа меняют бортовой камень

До конца лета силами ГБУ «Автомобильные дороги СВАО» заменят бортовой камень в 157 дворах округа. Работы ведутся уже более чем на 100 участках.

Весит около центнера

На парковке во дворе дома 4 на улице Яблочкова, возле контейнерной площадки, обновляют дорожное покрытие. Вместе с ним меняют и бортовой камень, причём его — в первую очередь. Такая технология связана с тем, что бортовой камень устанавливают в траншею и для сцепки заливают бетоном. Только после этого можно уложить новый асфальт. А разрушенный бортовой камень отвезут на мусорный полигон. Оттуда другие организации его заберут на утилизацию.

Рабочие уже демонтировали старый бордюр, вырыли траншею и зацементировали её. Сейчас два человека устанавливают борт. В одиночку камень не поставишь: он весит около 100 килограммов. Этот бортовой камень относится к категории дорожных. Его устанавливают вдоль крупных улиц, проездов и парковок. Ещё один вид борта — тротуарный. Как объяснила заместитель генерального директора по благоустройству ГБУ «Автомобильные дороги СВАО» Марина Рязанова, такой



Все сегменты должны быть одного уровня и плотно прилегать друг к другу

Андрей Новосильцев

бордюр более узкий, его кладут вдоль пешеходных дорожек и возле детских площадок.

Работы ведут в тёплое время

Бордюры во дворах меняют при комплексном благоустройстве либо при обновлении дорожного покрытия. Последнее происходит не чаще, чем раз в три года.

— Конечно, если какой-то сегмент оказался повреждён, например, колёсами автомобиля, его заменяют, не дожидаясь следующей даты полно-

Всего в округе бордюры обновят в 157 дворах

го обновления бордюров, — объяснила Марина Рязанова.

Но зимой этого сделать не смогут: при минусовых температурах бетонная смесь будет хуже застывать и не выдержит нагрузки.

Укладывают бортовой камень с 8.00 до 20.00 в будние дни, а в выходные — с 10.00 до 17.00.

— Но шумные работы в «тихий час» и по выходным не проводим. Если жители просят нас сделать дополнительный перерыв — мы идём навстречу, — отметила Рязанова.

Мешает авто — вызовут эвакуатор

Случается, что заменить бордюр рабочим мешают припаркованные автомобили.

— Управы и «Жилищники» перед началом работ оповещают жителей, в какой день будут проводить те или иные работы, информацию вывешива-

ют на дворовых стендах. Но если кто-то из автовладельцев всё-таки не убрал машину и дозвонится до водителя не получится, мы вызываем эвакуатор и участкового. Машину не увозят на спецстоянку, а перемещают на свободное место неподалёку, — уточнила Марина Рязанова.

Михаил КОФАНОВ

▣ Если вы заметили, что бордюр укладывают в неподходящее время или работы выполняются некачественно, сообщите об этом в управу или ГБУ «Жилищник» своего района



Роман Балаев

— Если это продолжится, мы будем вынуждены убрать ксилофоны. Просим жителей бережно относиться к оборудованию площадок и обязательно сообщать в управу или в полицию, если заметите, что кто-то оборудование портит, — добавил Максим Недашковский.

Анастасия ШУРКАЕВА

ВСЕ НОВОСТИ НА САЙТЕ ZBULVAR.RU

В пойме Яузы обустроят зону отдыха со сценой

После завершения благоустройства в зоне отдыха вдоль Северодвинской улицы на берегу реки Яузы в районе Северное Медведково можно будет проводить районные праздники. Об этом сообщил заместитель мэра Пётр Бирюков.

— В пойме начались работы по организации комфортного пространства для отдыха и досуга местных жителей. Новый культурно-досуговый центр станет местом для проведения различных меро-

ятий районного масштаба, — уточнил он.

По словам Бирюкова, центром зоны отдыха станет павильон, с одной стороны которого будет семейное кафе, а с другой — амфитеатр и сцена. Строения объединит пергола с качелями.

— Запланировано создание зоны отдыха с удобными скамейками и цветниками, просторной детской игровой площадкой с фонтаном, — добавил Пётр Бирюков.

Евгений БАКИН

К ремонту детской поликлиники на Новгородской прилагается дружелюбная атмосфера

На общественном совете детской городской поликлиники №125 врачи и родители обсудили главные ценности, которые важны для успешного лечения маленьких пациентов.

Во 2-м филиале поликлиники на Новгородской ул., 23а, недавно провели капитальный ремонт по новому стандарту московских поликлиник. Как рассказала заместитель главного врача ДГП №125 по клинико-экспертной работе Елена Рыжова, обновили не только внешний вид, фасад здания, но и коммуникации, внутреннюю планировку, всё медицинское оборудование,

мебель, создали зоны комфортного ожидания, электронную очередь.

Но всего этого мало, нужна ещё дружелюбная атмосфера. Процесс взаимный, требующий уважения и терпения со стороны пациентов и медиков.

— Важно ценить своё время и время врачей. Если записался, но не можешь прийти, лучше отменить запись, ведь кому-то очень нужно попасть к врачу, а время занято, — говорит Ирина с Абрамцевской улицы.

— Бывает, что приём длится дольше, поскольку бывают сложные случаи, — говорит Елена Рыжова. — Мы

рассчитываем на понимание родителей.

На общественном совете поликлиники врачи и пациенты пришли к единому мнению, что при лечении детей важно придерживаться таких главных ценностей, как пациентоориентированность, профессионализм, доброжелательность, командная работа, доверие и уважение. Также участники согласились, что очень важно и самим посетителям поликлиники следовать озвученным принципам взаимного уважения.

Анна ФОМИНА



ДТП

Автоледи устроила аварию на Шереметьевской

11 июня вечером женщина на «Ленд Ровере» ехала по Шереметьевской улице в направлении Сущёвского Вала. Из-за того, что водитель не соблюдала дистанцию, её машина столкнулась с «Ниссаном». Пострадала шестилетняя пассажирка «Ниссана». Мама, которая была за рулём, отвезла девочку в больницу.

Упал в автобусе на Огородном проезде

13 июня днём автобус ЛиАЗ маршрута №519 ехал по Огородному проезду в сторону улицы Фонвизина. Водителю пришлось резко затормозить. Из-за этого в салоне автобуса упал мужчина 72 лет. Скорая увезла его в больницу с ушибами.

Сбил ребёнка на самокате в Бутырском

14 июня около шести вечера молодой мужчина, управляя автомобилем «Рено», ехал по дворовой территории дома 12 на улице Милашенкова. Из-за невнимательности водителя машина совершила наезд на мальчика семи лет, который ехал на самокате. На момент ДТП ребёнок гулял без сопровождения взрослых. Пострадавшего увезла скорая с травмой головы и сотрясением мозга.

ОГИБДД УВД по СВАО

Ещё немного — и поедём

Участок СВХ от Дмитровки до Алтушки откроют осенью

Совсем немного осталось до открытия участка Северо-Восточной хорды между Дмитровским и Алтуфьевским шоссе. Это последний отрезок СВХ, где пока не запущено движение. Здесь возводят эстакаду длиной 2,3 км — самую протяжённую на хорде, а в районе Алтушки дорогу прокладывают уже по земле.

Пролёты собирали по частям

Под эстакадой урчат двигателями грузовики. Правда, по сравнению с мостом фуры кажутся игрушечными машинками: настолько он большой.

Новую дорогу построили над путями МЦД-1, МЦК и Октябрьской железной дороги. Пролёты эстакады собирали по частям на специальных наземных площадках, а потом поднимали на опоры путепровода мощными домкратами. Похожий метод, кстати, использовали при строительстве Крымского моста.

— Двигали части по ночам, когда поезда не ходили, а электросеть на путях была обесточена, — рассказал инженер строительного контроля Пётр Антонов.

От шума защитят экраны

Сейчас эстакада практически готова. Здесь уже укладывают асфальт, ставят ограждения. Ещё путепровод обрабатывают огнеупорным веществом высокого качества. Если



На эстакаде уже укладывают асфальт и ставят ограждения

Андрей Дмитриев

Путепровод покрывают огнеупорной смесью

вдруг внизу случится пожар, эстакаде он не повредит.

Параллельно ведётся монтаж экранов, которые защитят жителей близлежащих домов от шума и выхлопных газов.

Раньше на оживлённых автодорогах устанавливали глухие экраны. Но на новом участке хорды смонтируют прозрачные, чтобы при поездке из окна автомобиля был виден город.

Скорость — как за городом

Открыть участок СВХ между Дмитровским и Алтуфьевским шоссе планируют в III квартале этого года. Для

машин обустроят по три полосы в каждом направлении. Выехать на новый участок водители смогут в районе станции метро «Владыкино».

Ехать разрешат со скоростью 90 км/ч. Этот скоростной режим с прошлой осени действует и на остальных отрезках хорды. Обычно в городе ездят не быстрее 60 км/ч. Но на хорде нет ни светофоров, ни перекрёстков, дорога хорошо освещена. Так что можно ускориться.

Когда Северо-Восточную хорду откроют полностью, она разгрузит МКАД и Третье транспортное кольцо. Жители СВАО смогут быстро добраться до районов на Севере и Востоке столицы. А когда будет построена Юго-Восточная хорда, то СВХ и ЮВХ объединят в Московский скоростной диаметр: из СВАО можно будет без пробок и светофоров доехать до южной части города.

Роман НЕКРАСОВ

Движение временно ограничат в двух районах СВАО

Проезд автомобилей будет затруднён на нескольких участках улицы Академика Королёва в районе Марфино и на улице Фонвизина в Бутырском районе. Об этом сообщили в пресс-службе городского Центра организации дорожного движения (ЦОДД).

— С 20 июня до 18 июля будет ограничен проезд машин у дома 28, корпус 1, на улице Академика Королёва. С 19 июля до 23 августа у дома 30, а с 24 августа до 12 сентября — у дома 32 на этой же улице, — пояснили в ведомстве.

Проезд по улице будет возможен, а вот парковку здесь временно запретят.

— Затем, с 13 сентября до 1 октября, будет ограничен проезд по улице Фонвизина у дома 22а на Огородном проезде, — отметили в ЦОДД.

Для движения автомобилей здесь создадут временный объезд.



Информацию подтвердил заместитель главы управы района Марфино Игорь Ерохин. Он сообщил, что ввести ограничения требуется для того, чтобы переложить местные коммунальные сети.

Андрей ТОМЦЕВ

ХРОНИКА «02»

Стащил дорогой смартфон в Бутырском

Ночью в кафе в Бутырском районе зашла парочка. Сделав заказ, дама положила на столик свой мобильный телефон стоимостью 125 тыс. рублей. Когда она отвлеклась, один из посетителей стащил телефон и скрылся. Сотрудники уголовного розыска задержали злоумышленника через

несколько часов. Это 30-летний безработный мужчина. Смартфон у него изъяли и вернут женщине. Возбуждено уголовное дело.

Обокрал магазин на Дмитровском шоссе

В полицию обратилась продавщица магазина на Дмитровском шоссе. Она ушла за товаром на склад, а когда вернулась, обнаружила пропажу

150 тыс. рублей (выручка хранения в тумбочке). Оперативники задержали подозреваемого — мужчину 37 лет, ранее уже судимого за кражи. Он признался, что ходил по торговым точкам и выжидал момент, когда кто-то из продавцов оставит кассу без присмотра. Возбуждено уголовное дело.

Светлана РАВЕНСКАЯ

По следам Витуса Беринга

Кадеты из района Северный добрались до Камчатки по маршрутам великих путешественников

Школа №709 в Северном уже второй год участвует в крупных образовательно-туристических проектах: кадеты путешествуют по местам, где пролегал путь Витуса Беринга и Алексея Чирикова. В ближайший поход ребята отправятся в июле. А на днях при поддержке префектуры была организована встреча учеников с потомками первооткрывателей.

На байдарках и с палатками

В прошлом июне кадеты совершили три похода по следам Беринга. Сначала сплавились на байдарках по маршруту от Ржева до Твери, преодолев на вёслах 150 км. Потом вернулись домой и через месяц прошли пешком 140 км по Пермскому краю от Осы до Кунгура за восемь дней. В городах они посещали музеи, смотрели достопримечательности.

— Раньше я в такие долгие походы не ходил, поэтому сначала было тяжело, но с каждым днём становилось всё легче и интереснее, — рассказал девятиклассник Илья Куликов. — Местные жители удивлялись, когда видели нас с рюкзаками, радовались, угощали мёдом и вареньем. Иногда даже на улице догоняли: «Это же вы школьники из Москвы? Вот вам ещё мёд!»

В августе ребята побывали в Петропавловске-Камчатском, а оттуда на корабле прибыли на остров Беринга,

Командорский архипелаг. Не успели выйти на сушу, как капитан сообщил: идёт шторм, надо срочно возвращаться, иначе не успеете на обратный авиарейс в Москву. Но экспедиция приняла решение остаться. И не зря: кадеты исследовали остров, побывали на могиле Беринга и подружился с местными школьниками. Этим летом они приедут в столицу с ответным визитом. Обратно на материк москвичей в итоге доставил вертолёт.

Потомки мореплавателей

Недавно в России отмечали 350-летие со дня рождения Петра I. Именно по его поручению Витус Беринг и Алексей Чириков отправились на Дальний Восток, нанесли на

карту побережье Камчатки и доказали, что Азию и Северную Америку разделяет пролив, впоследствии названный в честь Беринга. По случаю памятной даты в гости к

обязательно рассказывать, чтобы другие ребята знали, как интересно можно проводить время, это настоящая жизнь, — подчеркнул Алексей Беляев.

С Командорских островов на материк школьников доставил вертолёт

кадетам-путешественникам приехали потомки первооткрывателей — Марат Беринг и Михаил Чириков.

Встреча прошла на Беринговом проезде, отсюда же и стартуют все школьные экспедиции. С юными путешественниками также пообщался префект СВАО Алексей Беляев.

— О ваших походах надо

Он поручил установить на Беринговом проезде стенды, где школьники смогли бы размещать фотографии, сделанные в походах, и свои исследования. Ведь из каждой поездки они привозят массу интересных материалов, о которых потом пишут доклады, и участвуют в конференциях.

Галина ПОГОДИНА



Город Елизово, Камчатский край

Предоставлено школой №709

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

Пройти диспансеризацию можно в павильонах «Здоровая Москва»

Проверить своё здоровье москвичи могут в павильонах «Здоровая Москва». Предварительной записи не требуется. Расширенная программа обследований включает в себя более 11 исследований и позволяет выявить сахарный диабет, заболевания дыхательной системы, сердечно-сосудистые заболевания и ряд других. Те, кто переболел коронавирусной инфекцией,

могут пройти дополнительные исследования, но не ранее чем через 60 дней с момента выздоровления.

Чтобы пройти диспансеризацию в «Здоровой Москве», нужно заполнить анкету. Это можно сделать заранее в режиме онлайн: анкеты доступны в разделе «Моя диспансеризация в парке» в электронной медкарте, которую можно открыть через портал mos.ru

и в мобильном приложении ЕМИАС.ИНФО. При желании анкету можно заполнить и в павильонах «Здоровая Москва».

Павильоны «Здоровая Москва» работают ежедневно с 8.00 до 20.00. Для прохождения обследования нужны только прикрепление к городской поликлинике, московский полис ОМС и документ, удостоверяющий личность

(паспорт, водительское удостоверение, социальная карта москвича). В СВАО к услугам жителей пять павильонов: в Останкинском и Лианозовском парках, в сквере на Олопецком проезде, в парке «Отрадное» и на ВДНХ.

Полный перечень павильонов на сайте городского Депздрава mosgorzdrav.ru.

Ксения ФИРСОВА

Префект СВАО поздравил врачей с профессиональным праздником



Префект СВАО Алексей Беляев вручает благодарственные письма сотрудникам роддома на Таймырской

В канун Дня медицинского работника, который отмечается ежегодно в третье воскресенье июня, префект СВАО Алексей Беляев поздравил врачей округа с профессиональным праздником.

Префект посетил госпиталь для ветеранов войн №3 на Стартовой улице, роддом на Таймырской улице и городскую клиническую больницу им. А.К.Ерамишанцева.

— Быть медиком — это призвание. И все медицинские работники, которые трудятся в больницах и поликлиниках нашего округа, каждый день доказывают это своим самоотверженным трудом, — сказал Алексей Беляев. — Хочу выразить вам глубокую признательность и благодарность. Ваша профессия — это служение, готовность в любое время прийти на помощь людям.

В госпитале для ветеранов войн №3, по словам начальника отдела организационно-оперативной работы Александры Давыдовой, действует уникальный гериатрический центр, который специализируется на лечении пожилых пациентов. Например, здесь проводят сложные операции по протезированию суставов. Госпиталь в числе первых начал принимать пациентов с коронавирусом, в первую очередь — людей старшего возраста — людей группы риска. Коллектив больницы трудился «на

передовой» во время всех волн пандемии.

— Наши ветераны очень благодарны врачам и медсёстрам. Говорят, что только в госпитале умеют лечить так, что буквально ставят на ноги, дают возможность жить, радоваться, смеяться, — подчеркнула председатель Совета ветеранов Лосино-островского района Любовь Белова.

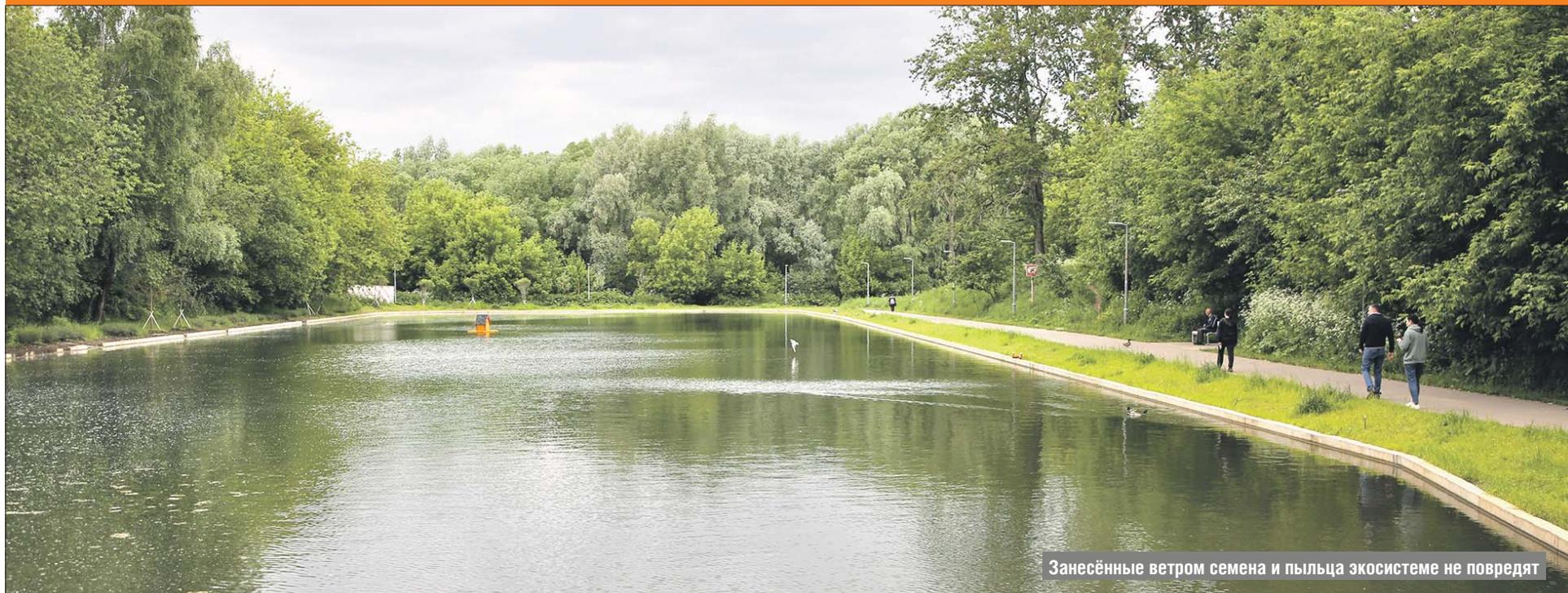
Роддом на Таймырской улице, врачебный коллектив которого возглавляет Соня Данелян, известен своей особой доброжелательной атмосферой и высокой квалификацией специалистов, способных вести самые сложные беременности. Врачи проводят большую просветительскую работу, проводят дни открытых дверей и онлайн-марафоны. А использование высоких технологий позволяет проводить гинекологические операции в режиме стационара кратковременного пребывания.

Глава округа вручил благодарственные письма главным врачам и сотрудникам медучреждений.

Анна ФОМИНА

Белый налёт оказался пухом

Благоустройство Кольского пруда завершится осенью



Занесённые ветром семена и пыльца экосистеме не повредят

Роман Балаев

В редакцию «ЗБ» написала жительница района Свиблово Валентина. Она была обеспокоена состоянием Кольского пруда, а также спрашивала о благоустройстве вокруг водоёма.

С тополей и ольхи

«У Кольского пруда, ближе к домам на Тенистом проезде, заметила грязновато-белый налёт. Что это? Ведь вода такой быть не должна. В пруду плавают несколько уток. Им и водной растительности это не повредит?» — спросила Валентина.

За разъяснениями мы обратились в ГУП «Мосводосток».

— Специалисты эксплуатационного гидротехнического района №3 провели обследование водоёма. На поверхно-

Со дна достали двигатель, покрышки и много мусора

сти воды близ одного из берегов пруда было обнаружено скопление пуха и пыльцы. Эти компоненты сбиваются ветром и не представляют опасности для окружающей среды, — пояснили в ведомстве.

Чтобы выяснить текущую ситуацию, на Кольском пруду побывала корреспондент «ЗБ». Действительно, сейчас на участке, который занимает чуть меньше четверти водоёма, лежит пух. Как раз в этом месте у воды растут ольха, тополя и ива, которую в народе называют «чернотал». Именно они сбрасывают пух и семена.

Вокруг поставят лавочки

Ещё один вопрос, который беспокоил автора письма, — отсутствие близ пруда мест для отдыха.

«В газете писали, что у пруда будет предусмотрено всё необходимое для отдыха, в том числе лавочки. А присесть и отдохнуть тут нельзя — единственная лавочка постоянно кем-то занята», — сетует наша читательница.

Первый заместитель главы управы по вопросам ЖКХ и благоустройства района Сви-

Пена на Чермянке могла появиться из-за автомойки

Жители Бибирева на прошлой неделе выложили в соцсетях видео и фотографии с загрязнениями на Чермянке. На кадрах видно, что поверхность реки покрыта плотной белой пеной. Слово кто-то выше по течению вылил моющее средство.

Корреспонденты «ЗБ» обратились в ГУП «Мосводосток». Нам ответили, что сообщение о загрязнении реки поступило к ним 8 июня в 20.55. Через час бригада специалистов при-

была на место для обследования русла реки.

— Загрязняющих веществ не обнаружено, посторонних запахов не зафиксировано. Угрозы для флоры и фауны отсутствуют, — сообщили в пресс-службе предприятия, добавив, что участок реки принят на особый контроль.

Есть предположения, что пена на Чермянке появилась после сброса в реку моющих средств из расположенной неподалёку автомойки. Однако подтверждений этому не найдено.

блово Роман Поздняков объяснил, что работы по благоустройству территории ещё не закончены.

— В прошлом году был выполнен первый этап комплексных работ. Водоём почистили от иловых отло-

жений, берега укрепили. Во время очистки рабочие также достали со дна двигатель машины, несколько автомобильных покрышек и много мусора.

Теперь специалистам предстоит создать здесь биоплато

и высадить водные растения: ирис, камыш, тростник, рогоз, кувшинки и сусак. Вместе с этим, по словам Позднякова, вокруг пруда будут восстанавливать газон. А затем установят и новые скамейки.

Татьяна ГОХНАДЕЛЬ



На двух биоплато в общей сложности разместились 3 тысячи водных растений

Денис Афанасьев

В водоём на Широкой высадили ирисы и кувшинки

КАК И ОБЕЩАЛИ

Реконструкция Медведковского пруда завершена.

Она была проведена по просьбам жителей. В 2019 году во время обхода территории к префекту СВАО Алексею Беляеву обратились обеспокоенные горожане. Жаловались, что пруд обмелел, берега были разрушены. В качестве первоочередной меры пруд наполнили водой, а как только пандемия закончилась, приступили к капитальному ремонту.

Финальным этапом в преобразении пруда стала высадка 3 тысяч водных растений: рогоз узколистный, камыш озёрный, ирис болотный, сусак зон-

тичный и кувшинки — белая и красная. Эти растения быстро приживаются и препятствуют распространению синезелёных и нитчатых водорослей. Значит, вода будет чистой.

— Биоплато площадью 535 квадратных метров созданы в двух частях водоёма, чтобы самоочищающаяся экосистема пруда работала в полную силу, — уточнил руководитель пресс-службы Мосводостока Евгений Лукашевич.

За время реконструкции специалисты предприятия сделали всё, чтобы решить многолетнюю проблему обмеления пруда и привести в порядок гидротехнические сооружения.

— Дно очистили: вывезли 3,5 тысячи кубометров илового осадка, уложили

надёжный водоупорный слой, укрепили береговую линию протяжённостью 470 метров. Также сделали надёжную бетонную основу пешеходного моста через пруд и построили большие перепускные трубы для связи биоплато за мостом с основной акваторией. Восстановили водосбросное устройство, — рассказал Лукашевич.

Кстати, купаться в Медведковском пруду всё так же запрещено, о чём предупреждает знак на берегу: водоём — декоративный. Зато водные растения позволят рыбам обустроить зоны нерестилищ. Активные жители уже запустили в пруд четырёх карпов и 30 карасей.

Татьяна ГОХНАДЕЛЬ

Тем, кто плохо видит или не видит совсем, трудно самостоятельно ходить в магазин, аптеку или больницу. С 2003 года инвалидам по зрению 1-й и 2-й группы, которым исполнилось 18 лет, помогает московский некоммерческий учебно-кинологический центр «Собаки — помощники инвалидов». Он бесплатно предоставляет собак-поводырей. Организации нужны волонтеры.

Чтобы щенок привык к людям

Руководитель центра кинолог Елена Орочко много лет проработала в школе подготовки собак-проводников в Подмосковье. А потом вместе с единомышленниками создала собственную организацию, чтобы помогать инвалидам.

— Мы приобретаем у проверенных заводчиков щенков: лабрадоров и золотистых ретриверов. Собаки этих пород дружелюбны и ориентированы на человека, что очень важно при сопровождении незрячего человека, — поясняет Елена.

До года щенки воспитываются в волонтерских семьях, чтобы вырасти хорошо социализованными и по-настоящему городскими собаками. Затем их возвращают дрессировщикам. Те обучают будущих поводырей сопровождать хозяи-

Воспитать собаку-поводыря

Сообществу кинологов, которое помогает инвалидам, нужны волонтеры



Наталья и лабрадор по кличке Бакстер, которого она сейчас обучает

Предоставлено учебно-кинологическим центром

на, останавливаться и предупредить о препятствиях, запоминать маршруты.

Сейчас в центре около 20 собак, столько же щенков — в семьях. Очередь на четвероногих сопровождающих расписана на три года вперед. Инвалиды со всей страны приезжа-

ют в центр. Живут здесь, знакомятся с будущими помощниками.

Семья добровольцев из Марфина

Наталья Рафиева с Большой Марфинской улицы увидела сюжет о центре по телевизору.

— В то время умер наш любимый пудель. Требовались волонтерские семьи. Решили с мужем заполнить пустоту и помочь инвалидам. Так один за другим появились лабрадоры Рада и Милка, ретривер Тока, — рассказывает Наталья. — Конечно, не обошлось без казусов. Например, когда у Рады менялись зубы, она активно грызла всё в доме. Но мы были морально готовы, да и консультанты из центра всегда были на связи. Сейчас Рада стала поводырем незрячей девушки из Егорьевска. А Милка и Тока — собаки-кинистерапевты, они помогают в реабилитации детей.

Сама Наталья стала помогать центру и другими способами: выгуливать, кормить, вычесывать собак, следить за здоровьем, чистотой вольеров. Вскоре она оставила работу экономиста и исполнила давнюю мечту

— окончила курсы кинологов. Уже восемь лет Наталья обучает в центре четвероногих сопровождающих и терапевтов.

Как жители могут помочь

Центру требуются волонтеры, готовые временно растить щенка дома. Всем необходимым питомца обеспечит центр. Иногда волонтерской семье нужно уехать, поэтому организация ищет добровольцев, готовых брать собак на передержку. Примут здесь и помощь блогеров: нужна информационная поддержка в соцсетях.

— Мы будем признательны и тем, кто готов поделиться зоотоварами: нужны поводки-рулетки, прочные игрушки и лакомства для дрессировки, — добавила Наталья Рафиева.

Если собака-поводырь нужна инвалиду, от него потребуются разрешение на обработку персональных данных, заявление, анкета, справка об инвалидности, паспорт РФ. Все подробности на сайте guidedogs.ru. Тел. (498) 698-2068, 8-910-418-4289.

Оксана МАСТЮГИНА

Ищут тех, кто готов брать питомцев на передержку

На Складочной собирают предметы гигиены для беженцев

Благотворительный фонд «Лавка радостей» помогает людям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации. А сейчас продолжает сбор гуманитарной помощи для беженцев из ДНР, ЛНР и Украины, в том числе размещённых в Рязанской области.

— В пункт временного размещения беженцев под Солотчей мы ездим регулярно, так как бытовая химия и средства личной гигиены быстро заканчиваются. Там сейчас живут около 40 детей разного возраста. И в последнюю

поездку мы привезли им мячи, бадминтон, дартс и настольные игры, — рассказали в фонде.

В пункте приёма гуманитарной помощи на Складочной примут шампуни, кондиционеры и бальзамы для волос, расчёски, зубную пасту и щётки, стиральные порошки. Также очень нужны детские памперсы и подгузники для взрослых (среди беженцев есть лежачие пожилые люди).

Привезти вещи можно в любой день и в любое время. Посылки просят оставлять за зе-

лёной дверью у входа — в предлифтовой. Также здесь всегда рады волонтерам, которые могут с сортировкой.

— Приходить можно по будням с 10.00 до 17.00 даже на пару часов: дело найдётся для всех, — подчеркнули в благотворительном фонде.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

➤ Адрес пункта сбора гуманитарной помощи: ул. Складочная, 1, стр. 7. Группа фонда «ВКонтакте»: vk.com/lavkaradostej

Библиотеки округа бесплатно раздают книги

В Москве начался 10-й этап проекта «Списанные книги». Окружные библиотеки подготовили более 35 тысяч изданий, среди которых есть произведения классиков и современных авторов, детская, детективная, юридическая литература. Жители столицы смогут бесплатно пополнить ими свою домашнюю библиотеку.

— Книги списываются по причине их ветхости: где-то пожелтели страницы, где-то отошёл переплёт. Но издания все очень хорошие, в

руках заботливого читателя они ещё долго прослужат, — рассказывает Людмила Савичева, заведующая отделом комплектования и учёта фондов Объединения культурных центров СВАО. — Например, у нас есть книга Кира Булычёва о приключениях Алисы Селезнёвой издания середины 70-х годов прошлого века. Она пользуется огромным спросом, всё время на руках. Мы её спишем, а на её место поставим новое издание писателя.

Если хотите пополнить

свою библиотеку, зарегистрируйтесь на сайте knigi.bibliogorod.ru. Затем выберите библиотеку рядом с вами и посмотрите, что они предлагают, что понравилось — забронируйте. В день можно зарезервировать не более 10 книг. Бронь действует три дня, но её можно дважды продлить. Когда издания будут готовы к выдаче, вам направят уведомление в «Личный кабинет» и на электронную почту. После этого можно приехать в библиотеку за заказом.

Алексей ТУМАНОВ

www.dento-lux.ru

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

ООО «Денто-Люкс». Лиц. № ЛО-77-01-017255 от 21.12.2018 г.

НАМ 17 ЛЕТ!
Акция действительна ТОЛЬКО до 20.07.2022

При высоком качестве – низкие цены!
Звоните, приходите и убедитесь!

Предъявителю

СКИДКА:

25%

на лечение

12% на протезирование

10% на хирургию и имплантацию

Цены для предъявителя купона:

- Консультация, составление комплексного плана лечения**БЕСПЛАТНО!**
- Панорамный рентген ~~470~~.....**400 р.**

Компьютерная томография зубов 3D.....~~2500~~р. **790!!!**

Лечение зубов под МИКРОСКОПОМ

ЛАЗЕРНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Лечение аппаратом «Вектор»

Работаем БЕЗ ВЫХОДНЫХ Скидки действуют при оплате наличными!

м. «Медведково»: ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85

м. «Медведково»: Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

Татьяна
Серебрякова,
нутрициолог
и фитнес-
тренер



Пить воду литрами не обязательно

Нутрициолог из Отрадного развенчала распространённые мифы о напитках

Уход с российского рынка популярных сладких газировок может стать отличным поводом перейти на более полезные напитки. О питьевом режиме и о часто встречающихся заблуждениях рассказала нутрициолог и фитнес-тренер Татьяна Серебрякова с Высоковольского проезда.

Не допускайте жажды

Наверняка многие слышали: в день нужно выпивать не менее 2 литров воды. По словам Татьяны, это утверждение возникло из-за того, что за сутки человек через выделительные системы действительно теряет около 2-2,5 литров воды. Но баланс в организме восполняет не только чистая вода, но и другие напитки, овощи, фрукты. Поэтому если вы съели тарелку супа, пару сочных яблок и выпили чашку чая, то значительную часть жидкости вернули.

Серебрякова советует не давиться водой, если вы совсем не хотите пить, но и не допускать возникновения жажды. — Например, если вы сильно увлечены какой-то дея-



Кофе принесёт больше пользы, если не добавлять в него сахар

жания микрофлоры кишечника. Во-вторых, сок содержит фруктозу, а значит, не безобиден для людей с сахарным диабетом второго типа и для тех, кто старается похудеть.

— Тем, кто худеет и считает калории, нужно пить чистую воду, — советует Татьяна Серебрякова. — Добавить вкуса можно с помощью листика мяты, ломтика лимона или апельсина.

Любите кофе — соблюдайте меру

По словам нутрициолога, долгое время кофе считался канцерогенным продуктом, но учёные не нашли этому доказательств. А вот о пользе кофе говорит немало исследований — этот напиток снижает риск рака печени, болезни Паркинсона, сердечно-сосудистых заболеваний. Здесь главное — соблюдать меру.

— Кофе противопоказан детям и подросткам. Не стоит на него налегать и тем, кого беспокоит повышенное сердцебиение, бессонница, нервность, — поясняет Татьяна Серебрякова. — А взрослый человек, у которого нет противопоказаний по здоровью, может употреблять до 400 миллиграммов кофеина в сутки. Для примера: в маленькой чашке эспрессо содержится 90 миллиграммов кофеина, в стандартной чашке капучино — 70-80 миллиграммов. Ну и конечно, кофе лучше пить без сахара.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

На свежавыжатые соки лучше не налегать

тельностью и знаете, что можете даже не обратить внимания на жажду, то держите рядом бутылку воды и время от времени пейте, — рекомендует нутрициолог.

Татьяна также добавила, что жажду и потребность в

воде не утоляют энергетики и алкоголь.

Что можно после еды

Распространён миф о том, что еду нельзя запивать водой,

иначе пища будет плохо перевариваться.

— Несколько глотков воды никак не повлияют на пищеварение. Желудочный сок сам на 90% состоит из воды, — говорит нутрициолог. — Но я рекомендую не употреблять много жидкости вместе с фруктами и ягодами, чтобы не было вздутия живота. А жирные блюда, например плов, главное — не запивать холодной во-

дой. Тёплым чаем или тёплым компотом — можно.

Квас вместо газировки

— Если вы очень хотите пить, но в доступе только газировка или сок в коробке, то можно выпить и их — это лучше, чем ничего, — говорит Серебрякова. — Другое дело, что они содержат мно-

го сахара. Злоупотребление сладкими напитками повышает риск развития диабета и набора лишнего веса.

Газировку лучше заменить квасом: сахар в нём есть, но значительно меньше. Со свежавыжатыми соками тоже стоит быть осторожными. В-первых, в них меньше клетчатки по сравнению со свежими фруктами и овощами. А клетчатка важна для поддер-

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

В парке «Таганский» — разговор о здоровом питании с Анной Семенович и главным диетологом Москвы Антониной Стародубовой

Бесплатная дискуссия «Забора о теле. Почему мы всё знаем, но ничего с собой не делаем?» состоится **25 июня** в 16.00 на главной сцене парка «Таганский». Это уже третья дискуссия лектория «Здоровая Москва». На этот раз о здоровом питании в условиях мегаполиса с москвичами поговорят главный диетолог Москвы, доктор медицинских наук Антонина Стародубова и

заведующий отделением онкоурологии и онкогинекологии Российского научного центра рентгенорадиологии, президент Ассоциации молодых урологов России Александр Дзидзария.

Посетителям парка расскажут о заболеваниях, к которым может привести нездоровое питание, о пользе и вреде интервального голодания, детокса, строгого веганства и различ-

ных диет, а также о том, как сбросить лишние килограммы.

К обсуждению присоединится певица, актриса и телеведущая Анна Семенович. Она поделится своим опытом применения рекомендаций по здоровому питанию.

Посмотреть расписание бесплатных дискуссий и зарегистрироваться на них можно на сайте mosgorzdrav.ru/zm.

Ксения ФИРСОВА

Полис ОМС гарантированно действует на всей территории РФ

МЕДИЦИНСКАЯ СТРАХОВАЯ КОМПАНИЯ МАКС-М

Отправляясь в отпуск и в дальние поездки по России, обратитесь в «МАКС-М»:

- проверить действие вашего полиса;
- внести актуальные данные в действующий полис;
- заменить старый полис на новый в виде пластиковой карты с актуальной информацией о владельце.

Получите новый полис ОМС в течение 15 минут! В пунктах выдачи полисов «МАКС-М»:

- ст. м. «Бабушкинская», «Свиблово», «Отрадное»: пр. Дежнева, д. 29, корп. 1
- ст. м. «Алтуфьево», «Бибирево»: ул. Коненкова, д. 19

телефон горячей линии
8 800 333 60 03
WWW.MAKSM.RU

Лицензия Банка России ОСН № 2226-01. Реклама





Портрет Моцарта из кримплена

Сценаристка с проспекта Мира придумала уникальную технику вышивки

Ирина Синичкина, которая живёт в Алексеевском районе, долгое время писала сценарии телепередач о культуре. Но пять лет назад неожиданно сменила профиль. Теперь её основным занятием стало изготовление тканевых панно.

Холст — старый мешок

— Так вышло, что пять лет назад я осталась без работы, — рассказывает Ирина.

— Бурный ежедневный график сменился полным штилем, и мне пришлось искать, куда приложить силы. Вяла, рисовала маслом, мастерила поделки. Решила раздарить друзьям, но все вежливо отказывались... А потом увидела в Интернете урок по вышивке ков-

риков крючком и захотела повторить.

Ирина признаётся, что получилось далеко не сразу. Но в итоге она смогла придумать свою уникальную технику.

— Я назвала её «тряпичная лапша». Это не лоскутное шитьё, где сшиваются ку-

сочки ткани. Техника больше напоминает вышивку ковров. Но я вместо ниток использую полоски старой одежды. Пробовала найти единомышленников — оказалось, ни в России, ни в Европе ничего подобного не делают, — объяснила мастерица.

Холстом служат старые мешки из-под кофе, а ключевой инструмент — обивное шило. Любимая ткань — советский кримплен.

От Мурманска до Санкт-Петербурга

Первыми оценили труды начинающей рукодельницы друзья из Мурманской области: они попросили сделать картины для своей небольшой гостиницы.

— Родные и друзья даже стали накапливать для меня творческий материал, передавая отслужившие свой век вещи. А вот муж не оценил — мы разошлись, — поделилась Ирина.

Вскоре рукодельнице предложили сделать персональную экспозицию в столичном Музее naive искусства. А после — пригласили на выставку в Санкт-Петербург.

Сегодня Ирина — постоянный гость фестивалей и выставок. Она делает серии тематических картин: фантастические сюжеты, готический цикл, портреты великих людей — Моцарт, Бетховен, Чайковский...

— Сейчас хочу сделать коллекцию «Дневник ВДНХ». Я очень люблю там бывать и хочу запечатлеть свои любимые павильоны, — поделилась планами Ирина.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА
Фото автора



Рукодельница хочет изобразить любимые павильоны ВДНХ

Ирина Синичкина называет свой стиль «тряпичная лапша»

ЛЮБОПЫТНО

Птенцы неясны в Ботсаду готовятся к полётам



Анатолий Нестеров

Целый фоторепортаж о том, как птенец длиннохвостой неясны в Ботаническом саду покидает гнездо, выложил на своей странице «ВКонтакте» фотограф-натуралист Анатолий Нестеров.

— Упорно малыш карабкался по стволу, чтобы забраться на высокую ветку. Пару раз был на грани падения, но крылышки, клюв, а главное — когти, позволили ему совершить первое в жизни восхождение без приключений, — написал он в комментарии.

По словам жителя Свиблова, руководителя проекта «Орнитариум» Вадима Мишина, этот вид неясны — один из самых крупных, размах крыльев может достигать метра. Это исключительно полезная птица, так как основа её рациона — мышевидные грызуны, которые разносят много опасных болезней.

Любопытно, что с неясны связано славянское поверье: если птица прилетела к дому и тихонечко сидит на ветке или на коньке крыши — жди прибавления потомства.

Алексей ТУМАНОВ

Есть вопросы? Звоните, пишите!
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ!

**ЗВЁЗДНЫЙ
БУЛЬВАР**

Ваш «Звёздный бульвар»
(499) 647-6831
ZB@ZBULVAR.RU,
CHITATEL@INTERNET.RU

На Широкой спасли выпавшую из окна кошку

В квартире на Широкой улице из форточки 6-го этажа выпала кошка. Хозяйка выбежала за ней, но не смогла выловить: кошка забилась в подвал. На место прибыла группа «СпасРезерва» — это объединение пожарных и спасателей-добровольцев, прошедших спецподготовку.

— Оказалось, что сначала кошка спряталась в щель под лестницей и провалилась ещё на метр вниз, в подвальную полость. Мы пытались выманить её кормом

и валерьянкой, но тщетно. Тогда мы спустились в подвал, с огромным трудом добрались к кошке с петлёй для ловли животных и вытянули оттуда. Вся операция заняла два с половиной часа, — рассказал «ЗБ» спасатель-доброволец Виктор Чернов.

Представители «СпасРезерва» отвезли кошку с хозяйкой в ветеринарную клинику. Оказалось, что у пушистой «летуньи» перелом лапы, ей оказали ветпомощь.

Татьяна ЯКОВЛЕВА

РЕКЛАМА
ИФН 970116 1901
0630

**ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР
ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ**

- Помощь обманутым вкладчикам (возврат вкладов из КПК, МФО, МПО и т.д.)
- Регистр недобросовестных юристов
- Расторжение договоров с юристами
- Жилищные и наследственные споры
- Расторжение договоров аренды
- Помощь по списанию долгов. Банкротство

**БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ
У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ** ☎ 8 (499) 938-49-28

«ЗВЁЗДНЫЙ БУЛЬВАР» можно читать в Телеграме!

Новости Северо-Восточного округа можно читать в мессенджере Телеграм. Здесь публикуются статьи из свежего номера газеты и заметки, только что написанные нашими корреспондентами. Тематика прежняя: общественно-политическая и хозяйственная жизнь Москвы и округа, интервью с интересными людьми, криминальная хроника, афиша. Подписаться на наш канал можно по ссылке t.me/zb_svao.



Тайна дворянского надгробия

Археологи нашли реликвию, связанную с усадьбой Свиблово

Недавно во время земляных работ при благоустройстве в Большом Гнездиновском переулке археологи обнаружили белокаменное надгробие начала XVIII века. Выяснилось, что оно принадлежит Марии Плещеевой — дочери стольника Семёна Плещеева, который до неё владел усадьбой Свиблово.

Причудливая вязь и орнамент

О находке «ЗБ» рассказал заместитель руководителя Департамента культурного наследия столицы, главный археолог Москвы Леонид Кондрашёв. По его словам, археологи высказывали предположение, что в истори-

ческом переулке могут быть найдены старинные артефакты. Ведь здесь до 1930 года стояла церковь Николая Чудотворца в Гнездиниках. Там в усыпальнице раньше были похоронены многие представители рода Плещеевых.

— Мария Плещеева умерла в ноябре 1702 года на двенадцатом году жизни. Об этом свидетельствует надпись в центре надгробия. Она выполнена вязью — особым видом письма, при котором буквы соединяются друг с другом причудливым образом. Выполнение такой надписи требует большого искусства, — рассказал Леонид Кондрашёв.

О том, что мастер, изготовивший надгробие, был настоящим умельцем, свидетельствует и резной растительный орна-

мент, обрамляющий плиту. Сейчас надгробие передано в Музей истории Москвы и представлено в основной экспозиции на выставке «История Москвы для детей и взрослых». Но археологи продолжают его изучать.

Скосила неизвестная болезнь

Семёну Фёдоровичу Плещееву усадьба Свиблово и одноимённое село достались в наследство от его дяди Михаила Львовича, который в своё время с большим трудом отстоял эти владения перед царём Алексеем Михайловичем у других дворян. Межевщикам пришлось дважды ездить в Свиблово, чтобы уточнить его границы и собственника.

— После смерти Семёна Фёдоровича и его жены Свиблово унаследовала их девятилетняя дочь Мария, — продолжает Леонид Кондрашёв. — Но в 18 лет девушка внезапно умирает. И в это же самое время, в ноябре 1702 года, от горячки умирает её дядя Фёдор Плещеев, которому было 30 лет. Горячка же, как правило, симптом заразной болезни. Отсюда мы можем предположить, что безвременная кончина дяди и племянницы могла быть связана именно с ней.

Интрига с завещанием

Село и усадьбу после смерти незамужней Марии Плещеевой унаследовал её дядя по



Кирилл Зыков/Агентство «Москва»

Находку передали в Музей истории Москвы

материнской линии Кирилл Нарышкин, троюродный брат царицы Натальи Кирилловны, матери Петра I.

— Это было очень странно, потому что Мария не оставила письменного завещания. Однако Кирилл Нарышкин уверял, что она дала ему обещание устно. Поэтому у историков есть гипотеза, что Нарышкин мог просто присвоить поместье, как тогда делали многие другие дворяне, пользуясь якобы устными завещаниями, — объяснил Кондрашёв.

Нарышкинское барокко

По рассказам современников, Нарышкину достались деревянные хоромы с шестью

горницами, баня, два погреба, ряд хлебных амбаров, сад с яблонями, грушами и вишнями. На другом берегу Яузы стоял скотный двор, а на самой реке были плотина и мельница.

— Кирилл Алексеевич сразу принялся обустроить усадьбу. Так как он был участником Северной войны, то привлёк к этому мастеров из числа пленных шведов. В Свиблово построили солодовенный завод, людские покои, поварню, каменный господский дом на берегу Яузы и Троицкую церковь в стиле нарышкинского барокко. Дом и церковь сохранились до сих пор, — отметил Леонид Кондрашёв. — Интересно, что свой господский дом Нарышкин украсил в том числе и трофейными ценностями. Даже на оконных рамах были видны имена и гербы баронов, из чьих замков он их забрал.

Впрочем, Нарышкины владели Свибловом недолго: уже через 18 лет оно по суду перешло к Плещеевым.

Наталья АНОХИНА



Роман Балаев

Сегодня в усадьбе Свиблово действует музей колоколов, а в парадных залах проходят выставки и концерты



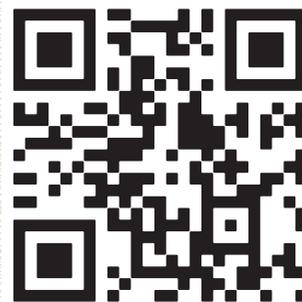
ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства государственной регистрации 024.266

СЕРТИФИКАТ

на услуги группы компаний Ritual.ru

19 590 РУБЛЕЙ



Сертификат действует на территории г. Москвы и Московской области при заключении договора на оказание ритуальных услуг на приобретаемые товары, и предъявлении сертификата до подписания договора.*

*Сертификат действует до 31.12.2022 г. Подробнее об организаторе и правилах участия в программе «Сертификат 19 590 руб.» Вы можете узнать на сайте ritual.ru или по круглосуточному телефону 8 (495) 181-66-32

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 181-66-32 или на сайте службы RITUAL.RU

Виолетта Давыдовская: Меня потянули на глубину, было безумно страшно

Актриса рассказала о сложных ролях и о том, что её волнует сегодня

Недavno на экраны вышел сериал «Вы мне подходите», в котором жительница Марфина актриса Виолетта Давыдовская играет одну из главных героинь. Всего на её счету уже 40 киноролей. Побеседовать с артисткой о недавних съёмках и о многом другом удалось по телефону.

Пыталась копировать маму

— Виолетта, в одном из интервью вы сказали, что вам хотелось бы сыграть отрицательную роль. Удалось осуществить мечту?

— Не сказала бы, что мне удалось сыграть именно то, что хотела, но, по крайней мере, я ушла от так называемой голубой героини — исключительно положительной, милой. Проверить себя в новом амплуа получилось в фильме «Вы мне подходите». Я играл учительницу Юлю — она такая командирша, всё держит в своих руках. На пробах режиссёр Володя Устюгов хотел, чтобы я прямо утрировала властные черты своей героини. Мне казалось, что у меня ничего не получается,

хотела даже уйти. Так что я немного удивилась, когда меня утвердили на роль. Особенно непросто было в первые два съёмочных дня, а потом почувствовала свою героиню, как говорится, «встала на лыжню» — и вперёд.

На съёмках ужасика пролила много слёз

— Может быть, в этот момент вы вспомнили свою учительницу?

— У меня мама учительница русского языка и литературы. Она хороший педагог и всю жизнь проработала в школе. Я пыталась её копировать, воспроизводила какие-то властные нотки. И дома старалась не выходить из образа.

Спину продуло, разогнуться не могла

— На съёмках часто приходится сталкиваться с трудностями?

— Если говорить про фильм «Вы мне подходите», то, ког-

да его снимали, стояла жара, а моей героине полагался строгий костюм: брюки из плотной ткани, шерстяной жилет. Окна в помещении не открывали, чтобы не было брака по звуку. Я мучилась от духоты, в паузах бегала к вентилятору. В итоге спину продуло так, что разогнуться не могла. С трудом приезжала на съёмочную площадку, где меня растирали обезболивающими мазями.

Но это всё ерунда по сравнению со съёмками в ужасике «Пиковая дама: Зазеркалье». Пожалуй, самая сложная в моей жизни картина. По сюжету моя героиня тонет в озере в результате ДТП. Репетиции проходили в бассейне МЧС на шестиметровой глубине. Поднимаясь с такой глубины без специального оборудования, можно запросто потерять сознание. Режиссёр хотел снять, как моя героиня с открытыми в воде глазами уносится в озёрную бездну. Чтобы получились впечатляющие кадры, мне на ноги закрепили металлическую леску и за неё утягивали меня на глубину. Разумеется, подстраховывали дайверы, но всё равно было безумно страшно, не хватало воздуха. В общем, с моей стороны было много слёз и переживаний.



Из личного архива

— Сейчас где-то снимаетесь?

— В данный момент я на даче. У нас здесь не только цветочки, но и помидоры, огурцы. Мы с мамой даже картошку в этом году умудрились посадить. Сейчас с дочкой поедем на велосипедах за мороженым и, наверное, скоро откроем купальный сезон.

Поддерживаю страну в трудное время

— Обратила внимание, что в соцсетях вы сразу же дали понять, что поддерживаете нашу спецоперацию на Украине.

— Не секунду не сомневалась, что всё делается правильно. В трудное время не

поддержать свою страну мне кажется дикостью. Мы же видим, как политики на Западе, уже не скрывая, говорят, что хотят уничтожить Россию, развалить экономику нашей страны, при этом постоянно лгут о том, что в действительности происходит на Украине. У мамы живёт на Украине двоюродная сестра, у меня там много друзей — это хорошие, честные люди, с которыми мы поддерживаем контакты. Мне, конечно, страшно за них, очень переживаю за наших ребят, которые там сражаются, больно за тех украинских хлопцев, которых вынуждают воевать против нас. Я абсолютно уверена, что правда на нашей стороне.

Беседовала
Ирина КОЛПАКОВА

ТОП-НОВОСТИ РАЙОНОВ

За минувшую неделю в СВАО произошло много любопытного. «ЗБ» представляет подборку новостей, опубликованных в районных интернет-газетах.

В Лианозове — актёрские курсы для старшего поколения

В центре соцобслуживания «Лианозово» для жителей «серебряного» возраста открыли курсы «Московский театрал». Постигать азы актёрского ремесла пенсионеры будут под руководством Николая Перминова, известного своими работами в театре и в кино. Занятия проходят по понедельникам и средам с 15.00 до 17.00 по адресу: ул. Череповецкая, 3б. Записаться можно по тел. (499) 909-7722. Об этом пишет газета «Моё Лианозово».



Все новости района: «Моё Лианозово»

В Марфине пройдёт конкурс мультгероев

В честь своего 86-летия студия «Союзмультфильм» в районе Марфино объявила конкурс «Ты — мультгерой». Для участия нужно опубликовать на своей странице «ВКонтакте» фото или видео в образе героя из любимой ленты киностудии с хэштегом #я_Союзмультфильме. Главный приз — посещение киностудии, а ещё 10 лучших образов попадут на страницы журнала. Об этом сообщает газета «Марфино».



Все новости района: «Марфино»

Дмитрий ДОЙНИКОВ

Радуга Звуков
Слуховые аппараты
Оперативное изготовление и ремонт вкладышей
ст. м. «Медведково», ул. Грекова, 4
+7 (499) 476 73 49, +7 (903) 103 70 93

Центры хорошего слуха

ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН
www.radugazvukov.ru

ИМЕЮТ ПРОТИВОПОСЛАВЛЕНИЕ НЕОБХОДИМО ПРОСЛУШАТЬ И ПРОБОВАТЬ СООБЩАТЕЛЯМ

реклама 0367

Читайте «Звёздный бульвар» в Телеграме!

Новости Северо-Восточного округа можно читать в мессенджере Телеграм. Здесь публикуются статьи из свежего номера газеты и заметки, только что написанные нашими корреспондентами. Тематика прежняя: общественно-политическая и хозяйственная жизнь Москвы и округа, интервью с интересными людьми, криминальная хроника, афиша. Подписаться на наш канал можно по ссылке t.me/zb_svao.



0716

ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив
www.invkap.ru
Ул. 1905 года, 7 мин. пешком, г. Москва, Студенецкий пер., д. 3
8 (495) 740-62-66
Мы работаем: с 9:00 до 18:00, сб - вс выходной.

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ
до **20%***
ГОДОВЫХ В РУБЛЯХ

- ВЫПЛАТЫ % ЕЖЕМЕСЯЧНО
- ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ ДО 5 МЛН РУБЛЕЙ ПОЛНОСТЬЮ ЗАСТРАХОВАНЫ

Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Вступительный взнос 100 руб. Суммы от 50 тыс. руб. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору процентного займа на срок от 6 до 24 месяцев. Страхование финансовых рисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». Полную информацию можно получить по телефону 8 (800) 707-77-48. ИНН 7703003636, ОГРН 1197746628309 Реклама

Можно ли излечиться от наркомании?

Кто больше страдает от наркотической зависимости — мужчины или женщины? Как узнать, употребляет ли наркотики ваш ребёнок? О чём ещё рассказал главный внештатный специалист психиатр-нарколог городского Департамента здравоохранения Евгений Брюн?

Читайте
подробный материал
в следующем номере

Погостит в настоящей юрте

На Челюскинской улице идёт фестиваль тюркских народов

В детскую библиотеку №68 «Зелёный Лось» на Челюскинской улице привезли настоящую киргизскую юрту. До 14 июля в ней проводятся экскурсии, мастер-классы, чтение национальных сказок и мульт-показы.

меты национальной утвари, а некоторые даже подержать в руках. А ещё можно провести свою ловкость в национальной якутской игре «Хабалык». Она незамысловатая, но тренирует острый глаз и быстрый ум.

Кукла чий куурчак

Фестиваль предполагает творческую программу. Например, детям читают сказки: якутские, чувашские, киргизские, башкирские, алтайские, татарские, хакасские, тувинские, азербайджанские, уз-

Быт кочевых народов

Фестиваль в библиотеке организован при поддержке клуба кочевых народов «Кут Каныкея» ДК «Темп». Клуб возглавляет учитель русского языка, волонтер, автор проекта «Дом, который всегда с тобой» Дамира Казакпаева.

Шестиметровую юрту установили в большом зале библиотеки. Желающих прикоснуться к национальной культуре много — хорошо, что юрта вмещает 60 человек.

— Юрта в холодное время года сохранит тепло, летом — прохладу, выдерживает три дня проливного дождя, — объясняет Дамира. — При этом опытный человек может собрать и разобрать такую юрту всего за восемь минут!

Во время экскурсий знакомят с обычаями киргизского народа, можно увидеть пред-

Для гостей выступит музыкант из Хакасии

бекские. Ребятам показывают фрагменты из мультфильмов, рассказывают об уникальности каждой культуры. А 30 июня в 16.00 можно послушать выступление фолк-музыканта из Хакасии Георгия Таскаракова.

Всем желающим предлагают своими руками создать куклу чий куурчак.

— Бабушки испокон веков учили внушек делать кукол, ма-



На экскурсии и мастер-классы ждут детей от пяти лет и взрослых



Смотреть здесь

АФИША

Пьесы классиков на Ярославке

24 июня в 19.00 в Московском многофункциональном культурном центре (Ярославское ш., 124) состоится творческий вечер студии театрального искусства «Пикколо». Артисты покажут отрывки из произведений классиков: Александра Островского, Николая Гоголя и Александра Грибоедова. Вход свободный, регистрация на сайте m-c-m-c.ru.

Парки округа приглашают на танцы

Каждую субботу и воскресенье с 15.00 до 18.00 жителей ждут на танцевальных площадках в сквере на Олонечном проезде и в парке «У Джамгаровского пруда», а в Бабушкинском парке ещё и по средам в это же время. Присоединиться может каждый, кто любит музыку, танцы и новые знакомства.

Хатха-йога на проспекте Мира

21 и 26 июня в 10.00 на площадке эколого-просветительского центра «Цветоводство» на ВДНХ (просп. Мира, 119) пройдут бесплатные занятия по хатха-йоге. Вести их будет тренер и биофизик Александра Белова. Предложенные ею упражнения подойдут даже новичкам. С собой возьмите спортивный коврик. Требуется запись по тел. (495) 966-0927.

Ирина ЛЬВОВА

ВСЕ НОВОСТИ НА САЙТЕ ZBULVAR.RU

В «Парке Яуза» сыграет группа Никиты Преснякова

В июне отмечается День молодёжи. В Северо-Восточном округе главной площадкой праздника станет обновлённая территория «Парка Яуза» в долине реки Чермянки (Юрловский пр., 8).

25 июня в 10.00 начнётся

фестиваль уличных культур, где каждый желающий сможет найти интересное занятие. Здесь можно будет поиграть в мини-футбол и настольный теннис, на скейт-площадке пройдут скоростные заезды на

роликах и велосипедах. На корте для большого тенниса пройдёт «Летний кубок СВАО». В 13.00 начнётся первенство Москвы по стритболу.

Для молодых семей с детьми будут организова-

ны «Весёлые старты» и детская зона. Самых творческих гостей приглашают на мастер-классы по граффити. А любителей йоги ждут на занятия по пилатес-йоге с медитацией.

В 18.00 начнётся празднич-

ный концерт. Откроют его артисты, выступающие в формате стендап и КВН-скетчей. Через час на сцену выйдет певец и актёр Никита Пресняков со своей группой.

Ирина ЛЬВОВА

ЗТФ «СЛАВЯНКА»: ЛУЧШИЕ ТУРЫ ПО РОССИИ
(29 лет на рынке российского туризма)

24-25.06 - ЯСНАЯ ПОЛЯНА - ТУЛА С ВЫСТАВКОЙ ФАБЕРЖЕ	30-31.07 - ВЛАДИМИР - СУЗДАЛЬ - КИДЕКША
26.06 - ГЛАВНЫЙ ХРАМ ВС РФ В ПАРКЕ «ПАТРИОТ»	05-07.08 - КР.ОРЕШЕК - О. КОНЕВЕЦ - БОГОСЛОВКА
09-10.07 - ЗАРАЙСК - ДАРОВОЕ - СЕННИЦЫ - ФРАНЦУЗСКИЙ ЗАМОК	05-07.08 - БЕЖЕЦК ГУМИЛЕВЫХ - ТВЕРЬ - ЛИХОСЛАВЛЬ С МАРМЕЛАДНЫМ КОРОЛЕВСТВОМ
09.07 - СТАЛИНСКИЙ АМПИР: СЕВЕРНЫЙ РЕЧНОЙ ВОКЗАЛ + ТЕПЛОХОДНАЯ ПРОГУЛКА	06-07.08 - ВОДОПАД «ТРЕМЯЧИ» - КИРЖАЧ
09.07 - ТАРУСА	08-14.08 - СОЛОВЕЦКИЕ ОСТРОВА
15-17.07 - ВАЛААМ - КРЕПОСТЬ «КОРЕЛА»	12-14.08 - ПЕТЕРБУРГ ЕКАТЕРИНЫ II
17-21.08, 14-18.09 - ВСЕ ПРИГОРОДЫ ПЕТЕРБУРГА	12-14.08 - СЕЛИГЕР - ТОРЖОК - ОСТАШКОВ
16.07 - ОСТАШЕВО КНЯЗЯ КОНСТАНТИНА РОМАНОВА - ВОЛОКОЛАМСК	19-21.08 - ВОРОНЕЖ - ДИВНОГОРЬЕ - ЗАМОК ОЛЬДЕНБУРГСКИХ
21-22.07 - КИЖИ - ПЕТРОВЗОВОДСК	23-28.08 - ВОЛОГДА - КАРИЛЛОВ - ТОТЬМА - В. УСТЮГ - СОЛЬВЬЧЕГОДСК
22-24.07 - ПЕТЕРБУРГ ПЕТРА I - КРОНШТАДТ	03-04.09 - НЕОТРАЗИМАЯ ИОШКАР-ОЛА
22-24.07 - ЗОЛОТОЙ ГОРОД (ФОНТАНЫ И ПЛАНТАЦИЯ РОЗ) - КУЛИЖОВО ПОЛЕ - БОГОРОДИЦК - ФЕДОРОВКА	17-18.09 - САРАНСК - Б. БОЛДИНО + УСАДЬБЫ
23-24.07 - БЕЛИКИЙ НОВГОРОД - СТ. РУССА	06-09.10 - КАЛИНИНГРАД - СВЕТЛОГОРСК - КУРШСКАЯ КОСА

Наш адрес в Интернете: www.slavianka.ru; Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68

Фотовыставка о малышах и мамах открылась в Бабушкинском парке



Пресс-служба Бабушкинского парка

В Бабушкинском парке открылась выставка под открытым небом. Она приурочена к двум событиям июня — ко Дню защиты детей и Дню медицинского работника. На 20 уличных стендах представлены фотографии из родильного дома: малыши в первые дни жизни, их счастливые мамы, заботливые руки врачей. Экспозиция подготовлена при поддержке и участии Сони Даниелян — врача акушера-гинеколога, заместителя главного врача ГКБ им. А.К.Ерамишанцева.

— Счастье семьи бесценно. А большая семья — большое счастье. Пусть рождается больше детей, тогда люди будут счастливее. Мы постарались сделать наш роддом таким, чтобы о родах оставались наилучшие впечатления, — отметила Соня Даниелян.

Выставку можно посмотреть до середины июля. Она размещена неподалёку от входа в парк со стороны улицы Менжинского.

Ксения ФИРСОВА

реклама и частные объявления

АВТОМОБИЛИ

• Автовыкуп. Честно.
Т. 8 (495) 227-5655

НЕДВИЖИМОСТЬ

• **Абсолютно срочно** снимаю квартиру. Семья из Питера.
Т. 8-903-245-4331

• **Абсолютно срочно** снимаю квартиру/комнату у добросовестных хозяев.
Т.: 8 (495) 999-2882, 8-985-999-2882

• Агентство «СТОЛИЧНОЕ».
Т. 8 (495) 782-5671

• Ареную жильё.
Т. 8-964-635-0700

• Ареную жильё.
Т. 8-916-745-8493

• Жители Москвы снимут квартиру. Т. 8-967-066-1442

• Квартиру снимут супруги из Питера. **Строго у хозяев!**
Т.: 8 (495) 999-6823, 8-963-926-0808

• Сниму жильё.
Т. 8-985-197-9040, Ирина

• **Супруги из Новосибирска** снимают квартиру.
Т. 8-985-999-5831

• **Супруги из г. Клина** снимают квартиру, срочно.
Т. 8-985-999-2882

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

• Акция. Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров. Антенн. Плит.
Т. 8 (495) 720-9672

• Антенна, настройка ТВ.
Т. 8-977-575-8564

Большой выбор тканей. Гарантия

ОБИВКА И РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ

8 (495) 649-56-56 www.kalet.ru

• **Ремонт: стиралки, холодильники и пр.**
Т. 8-985-636-9189

• Ремонт стиральных машин, холодильников.
Т. 8-969-777-2896

ХОЛОДИЛЬНИКИ И СТИРАЛЬНЫЕ МАШИНЫ РЕМОНТ ВСЕХ МАРОК

СТАНЬ 30 ЛЕТ

8 (499) 180-3440
8-903-744-3579

ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО

• Ремонт телевизоров! Плит! Швейных! Т. 8 (499) 703-4194

• **Ремонт телевизоров.**
Т. 8 (499) 180-0110

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ

Пенсионерам Скидка до 50% Бесплатный ВЫЕЗД

8 (499) 714-78-94

РАЗНОЕ

• **Дезинфекция.**
Т. 8 (495) 978-6565

ПРОПАЖА

• Утерянный аттестат о среднем образовании на имя Пономаренко Ольги Владимировны, окончившей школу в 1992 г., считать недействительным.

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

• Адвокаты. Возврат квартир.
Т. 8 (495) 210-2563

КОМИССИОНКА

• Аккордеоны, значки, сервизы, мельхиор, книги, картины, статуэтки, солдатики, игрушки СССР куплю. Дорого!
Т. 8-925-544-7594

• **Антиквариат. Книги. Значки. Статуэтки. Подстаканники. Иконы. Янтарь. Самовары куплю.**
Т. 8 (495) 643-7212

• **Выкуп книг, посуды.**
Т. 8-925-509-2894

КУПЛЮ РАДИОДЕТАЛИ

НОВЫЕ И Б/У, ПРОВОДА, ЛОЖКИ, ВИЛКИ, МЕЛЬХИОРОВЫЕ (МНЦ), СТАТУЭТКИ, ЗНАЧКИ, ЧАСЫ НАРУЧНЫЕ В ЖЕЛТОМ КОРПУСЕ И ПРОЧЕЕ

8-903-125-40-10

• Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 128-5009

• Книги, посуда.
Т. 8-915-287-7138

• **Купим книги.**
Т. 8 (495) 721-4146

• **Куплю. Книги. Открытки. Антиквариат.**
Т. 8-916-671-2583

• Покупаю ноутбуки и ЖК ТВ в любом состоянии.
Т. 8-905-545-7897

• Статуэтки, сервизы, иконы, медали. Т. 8-995-920-8438

• **Старьевщик-антиквар.** Скупка! Т. 8-925-770-3000

• Ткани. Духи.
Т. 8-916-993-3664

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

• **Автогрузоперевозки. Недорого.**
Т. 8 (495) 728-6981

• Автогрузоперевозки. Эконом! Т. 8-901-717-6676

• Автогрузоперевозки.
Т. 8 (499) 390-3878

• «Газель» на дачу.
Т. 8-903-559-1677

• Грузоперевозки.
Т. 8-915-065-3867

• Грузоперевозки.
Т. 8 (495) 778-7366

• Квартирные переезды, грузоперевозки.
Т. 8 (495) 744-7852

• Недорогой переезд.
Т. 8 (495) 589-0078

• Перевозки. «Газель».
Т. 8-925-590-9106

• Перевозка пианино.
Т. 8-909-633-3786

РАБОТА

• Выгодное предложение.
Т. 8-901-720-9577

• Постоянная работа.
Т. 8-916-461-8526

• Работа с перспективой.
Т. 8-905-126-1966

• **Работница по производству и продаже пончиков. З/п от 30 т. р. Удобный график работы. Павильон «Пончики», 1-я Останкинская ул., вл. 1.**
Т. 8-910-424-1783, Вадим Александрович.
Т. 8-916-533-3351, Оксана Александровна

• Требуется консьержка (м. «Алтуфьево»).
Т. 8-906-065-5604

УСЛУГИ

Мы ОТКРЫЛИСЬ! Прачечная «ЛОНДЕРИЯ»

м. «Отрадное», ул. Каргопольская, дом 14/1, вход через магазин «Домашние разности»

Стираем, сушим, гладим

Ваши любимые вещи от игрушки до подушки с 9:00 до 21:00 ежедневно

8 (925) 329-63-00

ЗНАКОМСТВО

• Сваха. Гарантированно!
Т. 8-985-985-6025

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

• Ванная под ключ. **Ремонт квартиры поэтапно.** Натяжной потолок. Окна. Циклёвка и ремонт паркета. Укладка паркета, ламината.
Т. 8 (495) 978-0344

• Домашний мастер.
Т. 8-985-723-8703

РЕМОНТ КВАРТИР, ВАННЫХ КОМНАТ, КУХОНЬ

Окна ПВХ Скидка до 40% ПОЛА Натяжной потолок

8 (495) 643-30-33

ДОСТАВКА МАТЕРИАЛА

ОКНА

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ!

ОТДЕЛКА, КРЕШКИ, ВЫНОС, ШКАФЫ МОСКИТНЫЕ СЕТКИ, СТЕКЛОПАКЕТЫ

РЕМОНТ ОКОН, ЖАЛЮЗИ

(495) 150-04-01

www.int-okna.ru

Замки

ВСЕ УСЛУГИ

8 (495) 920-63-34
8-916-142-2406

• Замена замков.
Т. 8-926-341-2727

• Ламинатчик. Паркетчик.
Т. 8-916-585-8325

ЗАМКИ

ВСКРЫТИЕ, ЗАМЕНА

8 (495) 995-5059

Выезд бесплатно

• Ремонт квартир.
Т. 8-965-208-2054, Сергей

• Ремонт квартир.
Т. 8-916-738-6296

• Ремонт квартир.
Т. 8-926-024-0665

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ ЗАМЕНА

8 (495) 507-11-81

КРУГЛОСУТОЧНО

• Циклёвка паркета.
Т. 8 (495) 761-2388

• Циклёвка паркета.
Т. 8 (495) 514-4805

• Электрик. Т.: 8 (495) 778-0949, 8-903-778-0949

ОКОННЫЙ ЗАВОД

ОКНА ПВХ

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ

САЙДИНГ ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ, КРЫШИ, ВЫНОС, ЖАЛЮЗИ

ВНИМАНИЕ! Акция! Только до 30 июня москитная сетка В ПОДАРОК! Подробности по тел. Без вых. гарантия, договор

8 (495) 532-71-88

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

8 (495) 782-82-12

(многоканальный)

www.edinrek.ru

Завод «СтройБалконСервис»

ОКНА ПВХ

Балконов • лоджий

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

БЕЗ ВЫХОДНЫХ

8 (495) 543-53-97
8 (495) 782-54-48

www.balkona.ru

БУКИНИСТ

ФОНДА СОХРАНЕНИЯ РУССКОЙ КНИГИ.

Купит книгу, журнал до 1933 г. за 50 000 р. Автографы, архивы, плакаты. Дорого.

Иконы, знаки, серебро, бронзу и др. антиквариат.

8-925-795-57-97

ТРЕБУЕТСЯ ВОДИТЕЛЬ

на а/м «Газель» с опытом работы, без в/п.

З/п от 40 000 руб., Лианозово.

Т. 8 (495) 739-08-33

ВСЕ НОВОСТИ НА САЙТЕ ZBULVAR.RU

ЗВЁЗДНЫЙ БУЛЬВАР

ОНИ ИЩУТ ХОЗЯИНА

Буми

Ему 1 год. Общительный, энергичный пёс, достигает в холке 45 см. Станет хорошим компаньоном для хозяина, ведущего активный образ жизни.

Пристраивается по договору ответственного содержания не на цепь, не в будку, не в вольер. Здоров, кастрирован, привит.

Опекун: 8-915-249-9409, Алина. Приют «Дубовая Роща»: пр. Дубовой Рощи, вл. 23-25



Китти

Ей около года. Очень ласковая с людьми, но недолголюбит других кошек. Здоровая, стерилизована и привита.

Опекун: 8-910-451-7018, Елена; 8-905-757-4166, Мария. Приют «Искра»: ул. Искры, 23а

Люкс

Жизнерадостный, молодой, активный пёс, жаждущий общения с человеком. Ему 1 год, в холке — 50 см. Знает базовые команды, быстро учится новому. Здоров, привит, кастрирован.

Опекун: 8-977-807-3784, Марина; 8-929-659-2097, Юлия. Приют «Красная сосна»: ул. Красная Сосна, 30



Фото предоставлены волонтерами

ВАШЕ МНЕНИЕ

Проверить здоровье в парке планируют более трети опрошенных

Месяц назад в 46 парках открылись павильоны «Здоровая Москва». За это время здесь прошли обследования более 100 тысяч человек. Проект появился в 2019 году, во время пандемии здесь проводили вакцинацию, теперь же снова вернулись к диспансеризации.

Кажется, сегодня любимые парки уже сложно представить без этих павильонов здо-

ровья — так быстро они стали востребованы у жителей. Например, в СВАО павильонов целых пять: в Останкинском и Лианозовском парках, в сквере на Олонцеком проезде, в парке «Отрадное» и на ВДНХ.

В опросе, который проходил на сайте «Звёздного бульвара» zbulvar.ru, мы решили узнать у читателей, планируют ли они пройти обследо-

вание в «Здоровой Москве».

Более трети опрошенных (39%) ответили, что раньше в «Здоровой Москве» не проверялись, но этим летом собираются. Ещё 18% респондентов сообщили, что уже проверили здоровье в парковом павильоне. А 43% признались, что им привычнее проходить диспансеризацию в поликлинике.

Дмитрий ДОЙНИКОВ

В столице открыты сотни пунктов проката велосипедов. С установлением тёплой погоды двухколёсный транспорт здесь арендуют всё больше людей.

Наш следующий вопрос: А вы берёте напрокат велосипеды?

- Да, арендую велосипед, чтобы доехать до работы.
- Нет, у меня есть свой велосипед.
- Иногда беру, чтобы покататься по парку.
- Нет, ездить на велосипеде не люблю/не умею.

Голосуйте на сайте «Звёздного бульвара» zbulvar.ru в разделе «Опрос»



Смотреть здесь

