

Как Москва помогает Донбассу и семьям мобилизованных жителей города **стр. 6-7**

Москва. Северо-Восточный административный округ

№43 (804)
ДЕКАБРЬ
2022

ЗВЁЗДНЫЙ БУЛЬВАР

Артиста
Николая Бандурина
«ПОСВЯТИЛИ»
в артиллеристы
стр. 13



ВСЕ
НОВОСТИ
ОКРУГА
ЕЖЕДНЕВНО
В ТЕЛЕГРАМЕ
T.ME/ZB_SVAO



Олег Дроченко/ИТАР-ТАСС

WWW.ZBULVAR.RU • E-MAIL: ZB@ZBULVAR.RU • VK.COM/SVAO_ZB • ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ: (499) 647-6831

В Южном Медведкове
появились
голубятни XXI века **стр. 5**



О погоде в декабре
рассказал
известный метеоролог
Евгений Тишковец **стр. 8**

Пять правил
тренировок
зимой на улице
стр. 11

БКЛ: СКОРО ПОЕДЕМ

По северо-восточному участку новой линии метро
поезда прошли в тестовом режиме **стр. 9**

↑ М М Марьяна Роцца
Maryina Roscha



Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

Прибыл на линию обороны

Сергей Собянин встретился с военнослужащими из столицы в Луганской области

Мэр Москвы посетил Луганскую область и прибыл на линию обороны, которую защищают мобилизованные военнослужащие из столицы России. Об этом он сообщил в своём Телеграм-канале.

«Помогаем нашим ребятам обустроить рубежи: противотанковые рвы, траншеи, доты и блиндажи. Устанавливаем генераторы, печки, проводим освещение. Строим медицинские пункты», — написал столичный градоначальник.

По словам мэра, сейчас обустройством быта военнослужащих заняты тысячи работников городских коммунальных предприятий.

Сергей Собянин отметил, что он лично встретился с солдатами и строителями и убедился, что настроение у мужчин боевое. Он также посетил госпиталь в Луганске, где сейчас работает бригада столичных медиков.

«Они трудятся добровольно и самоотвержен-

но. За всё время сделали более 4 тысяч операций. Это и раненые бойцы, и пострадавшие дети», — сообщил мэр Москвы.

Сергей Собянин также встретился с учениками луганского 1-го учебно-воспитательного комплекса им. лётчика-космонавта Берегового. Ранее московские специалисты восстановили здание комплекса: разобрали вокруг него развалины, оставшиеся после бомбёжек, а территорию благоустроили. Теперь после многолетнего перерыва здесь возобновились занятия.

После визита на линию обороны в эфире телеканала «Россия 24» Сергей Собянин рассказал, что Москва уже закупила около 800 единиц медоборудования для ДНР и ЛНР. Они должны поступить в Донецк и Луганск к новому году. Мэр также заявил, что такая помощь будет поступать и в дальнейшем по заявкам региональных медслужб.

Андрей
ТОМЦЕВ



По словам мэра, настроение у наших солдат боевое



Собянин также пообщался с учениками луганского 1-го учебно-воспитательного комплекса имени лётчика-космонавта Берегового



Луганская городская многопрофильная больница №7



Ранее московские специалисты восстановили здание комплекса, чтобы после многолетнего перерыва здесь вновь начались занятия

Покорила татарским танцем

Семиклассница из Свиблова завоевала Гран-при международного конкурса

Главный приз прошедшего в Новороссийске международного многожанрового арт-проекта «Остров счастья» взял ансамбль «Весна» центра детского творчества «Свиблово». Среди них — тринадцатилетняя ученица школы №293 им. Твардовского Мария Платонова. Она живёт на улице Седова.

— Больше семи лет назад в районный центр меня привели родители, и я сразу же влюбилась в занятия по танцевальному искусству, — призналась девушка. — Это не первый конкурс для нашего ансамбля. Больше года педагоги и балетмейстеры готовили с нами танец, посвящённый красоте природы Татарстана и татарскому народу. Всего в «Острове счастья» участвовали около 200 коллективов. Я познакомилась с ребятами из разных городов России, Казахстана, Беларуси; мы вместе ездили на экскурсии, играли в волейбол, в баскетбол и занимались в бассейне.

На репетиции Мария ходит трижды в неделю: изучает артистическое и сценическое мастерство, режиссуру и хореографию, а также исто-

Мария Платонова занимается в районном ансамбле «Весна»

рию, культуру и быт народов нашей страны. При этом девушка отлично учится, её любимый предмет — химия. В будущем она мечтает стать хирургом. Также у Марии 2-й разряд по плаванию, в свободное время она ходит в бассейн. А ещё гуляет и катается на коньках и на лыжах с друзьями. Дома школьницу всегда ждёт верный питомец — шиншилла по кличке Шурик.

Мария ГОРБУНОВА



Кроме хореографии, школьница увлекается режиссурой и фольклором

Из личного архива

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Ольга Геранчева,
шеф-редактор
«ЗБ»

Не кладите в кормушку хлеб

Во многих районах округа с приходом холодов стало появляться всё больше кормушек для птиц. Делают их сами жители. «Школьник Ваня повесил эко-кормушку рядом с «Орионом», — пишут в паблике Лосиноостровского района. В Ростокине рассказывают о соседях, которые сделали уже третью кормушку. А в Останкинском опубликовали фотографию креативного изделия, назвав его «Скворечник IT-скворца»: корпус домика декорирован старыми компьютерными клавиатурами.

Вообще, делать скворечники и кормушки учат со школьных лет. И это, на мой взгляд, здорово: это забота о природе, бережное отношение ко всему живому. Но многие не знают (или забывают), что подкармливать пернатых можно не всем подряд.

Никакой человеческой еды в кормушку класть не стоит, даже хлеб. Исключение — несолёные и нежареные семечки подсолнуха или тыквы. А ещё — сало, тоже несолёное. Лучше в разные кормушки класть корм какого-то определённого типа, так как гастрономические пристрастия у птиц разные. Например, сало — лакомство для синиц и дятлов, и его надо не класть в кормушку, а подвешивать рядом на верёвочке. Одни из самых красивых обитателей зимнего леса — сойки — уважают жёлуди. Снегири и свиристели обожают ягоды рябины, калины, боярышника. А для щеглов, зеленушек и других мелких птиц, зимующих в наших парках, можно покупать в зоомагазине зерновую смесь, конопляное и канареечное семя: эти корма недорогие.

Наконец, сделать и повесить кормушку — только начало дела. Важно регулярно её наполнять. Иначе, прилетев в столовую раз-другой и не найдя в ней еды, птицы потеряют к ней интерес.



Игорь СМЕРНОВ

ПОЖАРЫ

За неделю в округе произошло 5 пожаров, погибших и пострадавших нет.

В Марфине вспыхнул дверной звонок

24 ноября сотрудники МЧС выезжали на Малую Ботаническую ул., 17. Здесь вспыхнул дверной звонок. Сотрудники МЧС вызвали жильцы квартиры, почувствовав дым, но успели сами потушить пламя до прибытия пожарных. Никто не пострадал.

В Ярославском горел мусор

28 ноября на пульт диспетчера пожарной охраны поступило сообщение о пожаре на Ярославском ш., 6, корп. 2. Здесь загорелся мусор в мусоросборочной камере. В экстренную службу позвонили жильцы дома, возгорание ликвидировали сотрудники МЧС. Причина ЧП выясняется.

Светлана РАВЕНСКАЯ

Жительница Ростокина сыграла в «Поле чудес» и прославилась

Наша соседка жительница района Ростokino Лана Соколова стала участницей телепередачи «Поле чудес». С ней в студию поехали двое сыновей. Старший, двадцатилетний Евгений, был в зрительном зале. А младший Валерий, которому семь лет, стоял с мамой у барабана.

— На прошлый Новый год я загадала желание — стать известной, — рассказывает Лана. — Как-то раз включила телевизор и увидела любимую передачу «Поле чудес», которую с детства смотрели всей семьёй, и поняла: это то, что нужно.

Лана отправила письмо на сайт программы и стала ждать ответа.

— Я так волновалась, что даже похудела на 4 килограмма, — улыбается она. —



Лана Соколова и её сын Валерий подарили Якубовичу необычное варенье, чай и шахматы

Но, как ни удивительно, уже через неделю мне позвонили и пригласили на съёмку.

Как и большинство участников, Лана подготовила подарки для Леонида Якубовича.

— Я увлекаюсь нумерологией, поэтому подобрала Леониду Аркадьевичу подарки, которые подходят именно ему, — объясняет Соколова. — Например, варенье из облепихи, фей-

хоа и грецкого ореха. Чёрный чай с чабрецом. А ещё шахматы, так как знаю, что он любит эту игру. Также я передала привет Якубовичу от моих братьев в виде солений, приготовленных своими руками.

Жительница Ростокина вышла в финал, угадав непростое слово «одиначество» — так когда-то называли единоумыслие.

— В финале я не победила, но совсем не расстроилась. Выиграла девушка, с которой мы очень подружились на передаче, — признаётся она. — Зато после того, как выпуск показали в эфире, я действительно стала знаменитой: меня даже несколько раз узнавали продавцы в магазинах.

Лия ЛЬВОВА

Главному редактору ИД «Звёздный бульвар» вручили «Золотое перо»

Подведены итоги конкурса «Информируем из первых рук». Главному редактору издательского дома «Звёздный бульвар» Юрию Сорокину Союз журналистов столицы вру-

чил «Золотое перо» — за большой вклад в развитие отечественной журналистики и в связи с 20-летием газеты «Звёздный бульвар».

Спецминацией от-

мечен фотокорреспондент Артур Новосильцев за цикл фоторепортажей из Луганска, размещённых в окружных газетах нашего издательского дома — «Восточном

округе», «Севере столицы», «Юго-Восточном курьере», «Звёздном бульваре», «Москва. Северо-Запад».

Мрамор против гололёда

Как и чем обрабатывают улицы округа, чтобы пешеходы не скользили

Зима всё увереннее вступает в свои права: во дворах и на тротуарах начинает образовываться наледь. Какие противогололёдные материалы используют коммунальщики, чтобы уберечь москвичей от падений на скользких дорожках, разбирался «ЗБ».

Лопата, щебень и соли

По словам заместителя директора по благоустройству ГБУ «Жилищник района Северный» Ярослава Казакова, столичные дворники уже несколько лет подряд обрабатывают тротуары твёрдым комбинированным противогололёдным материалом КР-2. В его составе мраморный щебень, соль муравьиной кислоты и обычная пищевая соль. Химия быстро растапливает лёд, а каменная крошка дополнительно препятствует скольжению. Впрочем, сначала в ход идёт лопата или, если снега много, ручной ротор.

В парках, на детских и спортивных площадках химию не используют

— Сначала очищают от снега выходы из подъездов, тротуары, дорожки и тропинки у домов, подходы к остановкам и парковкам. Там, где есть наледь, посыпают участок противогололёдными материалами. Чтобы распределить его равномерно, используют дозаторы. Ручными обрабатывают небольшие зоны, а протяжённые — механическими, на тележке. При необходимости скалывают лёд вручную, — рассказал Ярослав Казаков.

На детских и спортивных площадках, а также в охраняемых природных зонах обработка химией запрещена. Здесь снег счищают исключительно лопатами, а ледяную корку на дорожках посыпают песком с кусточками гравия.



Акмал Вахидов и Михаил Слободян трудятся в «Жилищнике района Северный» не первый год, их знают многие местные жители

Роман Балаев

Лапы питомцам надо мыть

Заместитель начальника территориального отдела Роспотребнадзора по СВАО Ольга Богданова подчеркнула, что противогололёдные средства, которые применяют в столице, для человека не опасны.

— Мы ежегодно проводим проверку качества материалов. Все реагенты, которые Департамент ЖКХ закупает для «Жилищников», безопасны для здоровья, — сообщила она.

Что касается питомцев, то опасность может их подстеречь в первую очередь как раз на неубранном льду. — Животное может поскользнуться и получить вывих, растяжение связок или перелом, а минусовая температура способствует появлению трещин на коже. После каждой зимней прогулки осматривайте лапы питомца. Под снегом могут находиться осколки или другие предметы, которыми можно порезаться, — объяснила ведущий ветеринарный врач станции по борьбе с болезнями животных СВАО Светлана Ивайкина. — Для защиты кожи на лапах питомца можно использовать вазелин или специальные

В Северном гордятся своими дворниками

Общественность активно обсуждает успехи районных дворников в соцсетях. Особенно отметили сотрудников ГБУ «Жилищник района Северный». По словам местных жителей, Долгопрудная аллея вычищена всегда на отлично. «Всё идеально уже которую зиму! Вопросов нет, ребята большие молодцы», — благодарит коммунальщика Иван Ершов в районной группе «ВКонтакте». И таких постов немало.

Как рассказала мастер участка №3 Елена Калтурмиди, в штате управляющей компании большинство сотрудников служат уже много лет. Например, коренной москвич дворник с 10-летним

стажем Михаил Слободян. — Иногда местные жители сами подходят и просят сколоть ледяную корку или убрать снег. Мы всегда убираем. Люди, конечно, благодарят, некоторые даже пишут руководству, — улыбается Михаил.

Ещё один сотрудник, Акмал Вахидов, работает в «Жилищнике района Северный» со дня его основания в 2015 году. Родом он из Таджикистана.

— Я свою работу люблю и выполняю её хорошо. А чем работать нехорошо, лучше вообще не работать, — говорит он.

София РУСЯЕВА

ботинки. В любом случае после прогулок лапы собакам надо тщательно мыть.

Сапоги обрабатывайте воском

Кстати, обувь — это отдельная история. По словам сотрудника дома быта на Студёном проезде, от солей, которые входят в состав противогололёдных материалов, на сапогах

нередко остаются разводы. — Испортиться может обувь из любого материала — кожи, кожзама, нубука. Поможет защитный воск, который используют как водоотталкивающее средство. Некоторые производители выпускают фирменные пропитки от влаги. Обрабатывать обувь надо перед каждым выходом из дома, — посоветовал специалист.

София РУСЯЕВА

ОТРЕАГИРОВАЛИ

На Шереметьевской привели в порядок камеру видеонаблюдения

На первом этаже под потолком есть камера видеонаблюдения. Недавно заметил, что она чем-то забрызгана и вряд ли что-то записывает.

Никита, Шереметьевская ул., 41

Как сообщили в «Жилищнике», камеру видеонаблюдения отмыли от

загрязнений. В настоящее время видеоискатель камеры чистый. Сотрудники участка будут следить за состоянием оборудования в подъезде дома.

Александра КОЛТУН

ГБУ «Жилищник района Марьино»: 3-я ул. Марьиной Рощи, 4, корп. 3. Эл. почта: gbumr@mail.ru. Единая диспетчерская: (495) 539-5353

На Долгопрудной аллее почистили лавочки

Должны ли дворники очищать от снега лавочки? Например, на Долгопрудной аллее они покрыты снегом, нельзя присесть.

Вероника, район Северный

В «Жилищнике» подтвердили, что очистка сидений лавочек от сне-

га входит в обязанности дворников. В учреждении отметили, что на Долгопрудной аллее скамейки уже почистили.

Маргарита ИВАНОВА

ГБУ «Жилищник района Северный»: 9-я Северная линия, 1, корп. 1. Эл. почта: sever-ros@mail.ru. Единая диспетчерская: (495) 539-5353

У жителя Отрадного арестовали авто за долги по коммуналке

Житель улицы Хачатуряна лишился машины «Дэу Нексия» из-за долгов по платежам за коммунальные услуги. Автомобиль арестовали судебные приставы. Если владелец не погасит долг, то машину продадут. Из вырученных денег покроют задолженность, остаток вернут владельцу.

По словам начальника юридического отдела ГБУ «Жилищник района Отрадное» Сергея Кузьмика, житель не платит за коммуналку около трёх лет. Долг — почти 90 тыс. рублей. Ему много раз напоминали о необходимости рассчитаться. Ставили заглушки на канализацию — всё тщетно!

Управляющая компания обратилась в суд. Вердикт — покрыть долг. Иначе арестуют имущество. В ГИБДД выяснили: в собственности у должника есть автомобиль. Рано утром судебные приставы, сотрудники полиции, работники управляющей компании приехали к дому должника, погрузили авто на эвакуатор и увезли на стоянку «Жилищника». Теперь у жителя есть около двух недель, чтобы рассчитаться за коммуналку. Если денег не будет, приставы проведут оценку авто и выставят его на продажу. Машине 10 лет, и много за неё вряд ли дадут. Но средств от продажи на оплату долга точно хватит.

Роман НЕКРАСОВ

Есть вопросы? Звоните, пишите!
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ!

**ЗВЁЗДНЫЙ
БУЛЬВАР**

Ваш «Звёздный бульвар»
(499) 647-6831

ZB@ZBULVAR.RU, CHITATEL@INTERNET.RU

Комфортный дом для пернатых

В Южном Медведкове появились современные голубятни

В этом году на проезде Шокальского обустроили три современных голубятни. Работы проводили во время благоустройства территории.

По новому стандарту

По словам заместителя главы управы района Михаила Гайдарова, голубятни появились возле домов 2, 12 и 126.

— Сейчас осталось завершить работы по утеплению жилища для птиц. Это делают по просьбам голубеводов, так как пернатым зимой нужен тёплый дом. К новому году голуби перелетят, — поясняет он.

Все голубятни сделаны по одному проекту: высотой шесть с половиной метра, с металлическим каркасом и деревянной облицовкой. Внутри есть несколько будок, чтобы не держать птиц разных пород в одном месте.

Ставят домики для пернатых рядом со старыми голубятнями. Так что птицам не придётся долго привыкать к новой обстановке. Когда их переселяют, старые постройки демонтируют.

Теплее, просторнее, выше

То, что новые голубятни придется по нраву и птицам, и их заводчикам, уже проверено. Прежде чем монтировать домики на проезде Шокальского, первый пилотный проект реализовали в прошлом году возле многоэтажки — дома 19 на Ясном проезде. В этой голубятне держат птиц Дмитрий Оськин.

— Новая голубятня просторнее и, что очень важно, с толстыми стенами — около 23 сантиметров. Зимой птицам будет тепло. К тому же моя прежняя го-

Благодаря толстым стенам ПТИЦЫ ЗИМОЙ не замёрзнут

лубятня была всего 4 метра в высоту. Для птиц это не очень хорошо: чем домик ниже, тем им сложнее приземляться. Кроме того, старая голубятня была полностью из металла. Он, понятное дело, со временем



Дмитрий Оськин разводит две породы в голубятне на Ясном проезде

проржавел. А редкие бруски дерева в каркасе сгнили, — рассказывает Дмитрий, — Ещё бы провести электричество — будет вообще идеально.

Высоколетные и спортивные

Дмитрий, к слову, разводит две породы — венгерских высоколетных и русских спортивных. Сейчас

у него 85 птиц. Работает он столяром.

— Иногда беру несколько особей на работу. Прихожу, отпускаю — они летят домой, тренируются. Если этого не делать, могут начать болеть, — рассказывает он.

Интерес к птицам Дмитрий проявил ещё в детстве.

— Сосед разводил голубей. Я посмотрел на него и начал подбирать беспо-

родных и больных птиц с улицы, нести домой и лечить. Потом отец проникся моим увлечением, раздобыл мне несколько голубок, а я соорудил на балконе для них первое импровизированное жилище, — вспоминает Дмитрий.

Однажды ему подарили спортивную голубку, птицы таких пород могут летать на расстояние до 200 км.

— Их очень тяжело приручить, нужно около месяца не выпускать на вылет. Иначе сбегут и не вернуться. Я подсел к голубке самца, чтобы она привыкала. Но через несколько дней заблудился и выпустил её полетать. Думал, сбежит, но ей, по-видимому, так понравилось жить здесь, что она вернулась, — улыбается голубевод.

Михаил КОФАНОВ

У Капустинского пруда высадили яблони

На берегу Капустинского пруда в районе Свиблово посадили 40 яблонь 14 русских сортов, привезённых из питомника в Мичуринске. Сад обустроили в память о героях Великой Отечественной войны. Благодаря подбору сортов он будет цвести весь май.

— Мы с готовностью поддержали инициативу жителей высадить такой сад Победы, — говорит заместитель директора ГБУ «Автомобильные дороги СВАО» Марина Рязанова. — Старожилы района рассказали, что Свиблово славились своими садами.

Высадка яблонь подвела итог большому проекту по благоустройству парковой территории вокруг пруда, который был

реализован в этом году. На берегу была возведена сцена для уличных мероприятий, и во время празднования Дня Победы сад будет цвести прямо за ней.

Место было выбрано не случайно: именно здесь в 1941 году проходил один из рубежей обороны Москвы. По левому берегу Яузы были вырыты эскарпы, а по нынешней улице Седова, юго-западному берегу пруда и вплоть до места, где сейчас находится северный выход из метро «Ботанический сад», были обустроены завалы и надолбы. Вдоль всей линии обороны размещались пулемётные ДЗОТЫ.

Иван ПЕТРОВ

Во всех школах столицы будут свои театры и службы примирения

В следующем году во всех школах Москвы появится собственная служба примирения. Об этом сообщила директор Городского психолого-педагогического центра Любовь Олтаржевская на пресс-конференции, организованной при поддержке информационного центра Правительства Москвы.

— В прошлом году запустили московские службы примирения — это группы педагогов-психологов, которые помогают решать и предотвращать конфликтные ситуации в школах. Сейчас эти службы работают в 483 московских школах. В следующем году в каждой школе будет своя полноценная служба при-

мирения, — отмечает Любовь Олтаржевская. — Для тех, кто находится в трудной жизненной ситуации, мы запустили службу неотложной психологической помощи. В прошлом году в неё обратились более 500 человек.

Также к концу следующего года у каждой столичной школы будет свой

театр. Про это направление рассказал Николай Антонов, начальник управления координации воспитательной работы дополнительного образования и профилактики правонарушений Департамента образования и науки г. Москвы.

Наталья ЛОМЖЕВА

В городе состоялся фестиваль борьбы со СПИДом

В Российском государственном социальном университете на улице Миклухо-Маклая прошёл ежегодный фестиваль «Конструктор здоровья» при поддержке Департамента здравоохранения г. Москвы и Московского городского центра профилактики и борьбы со СПИДом (МГЦ СПИД).

Врач-инфекционист МГЦ СПИД Динара Набиуллина провела лекцию о том, как ВИЧ-инфекция влияет на репродуктивное здоровье женщин, и развеяла распространённые мифы об этом.

— Мы тщательно ведём протоколы беременностей ВИЧ-инфицированных женщин. Сейчас в Москве рождается меньше 1% ВИЧ-

инфицированных детей. Всем беременным с ВИЧ-инфекцией мы назначаем специальную терапию. Новорождённых наблюдаем в течение месяца, — рассказывает Набиуллина.

Также во время фестиваля работал кабинет экспресс-тестирования на ВИЧ-инфекцию.

Московский городской

центр профилактики и борьбы со СПИДом находится на 8-й ул. Соколиной Горы, 15, стр. 51. Там же все желающие могут пройти анонимное или неанонимное тестирование на ВИЧ и проконсультироваться с врачами.

Наталья ЛОМЖЕВА

Горячая линия центра по вопросам ВИЧ/СПИД: (495) 366-6238

Делегация из Луганска приехала в Москву, чтобы на месте изучить опыт работы социальных служб и учреждений.

Делятся ценным опытом

Как рассказал руководитель столичного Департамента труда и социальной защиты населения Евгений Стружак, для гостей организовали экскурсии в центры содействия семейному воспитанию, в школу-интернат №1 и в несколько центров реабилитации.

— Москва продолжает организацию гуманитарной помощи Донецкой и Луганской Народным Республикам. Мы не только передаём спецсредства нуждающимся, но и делимся уникальным опытом специалистов, — отметил Стружак.

Москва сегодня является флагманом организации работы социальных учреждений. Многие столичные наработки стали образцом для внедрения в других регионах. Этот опыт пригодится и на новых территориях.

Это уже второй визит делегации из Луганска в Москву. Впервые социальные службы городов встречались для обмена опытом в октябре. Московские эксперты также в этом году выезжали в ЛНР и посетили местные центры социальной защиты.

По словам Александра Шабанова, директора луганского детско-

Москва отправит в Донецк и Луганск более миллиона учебников

Столица помогает городам-побратимам наладить работу социальных служб



День знаний в школе города Мариуполя. 1 сентября 2022 года

го санатория «Незабудка», сейчас новым регионам необходимо настраивать работу соцсферы с учётом российских законов. И в этом им помогают соцработники столицы.

— Выражаем огромную признательность коллегам за тёплый приём и за возможность изнутри познакомиться с организацией работы лучших детских учреждений социальной сферы Москвы, — заявил он.

Сейчас многие работники сто-

личных предприятий восстанавливают повреждённую социальную и коммунальную инфраструктуру в новых регионах.

Для людей с инвалидностью

Особое внимание Москва уделяет людям с инвалидностью, нуждающимся в спецсредствах.

— За ноябрь этого года столица

отправила 18 тысяч единиц абсорбирующего белья и закупила около 4 тысяч технических средств реабилитации для жителей Донецкой и Луганской Народных Республик. Это трости, ходунки, костыли, кресла-коляски и другие спецсредства. Мы стремимся к тому, чтобы люди получили то, что им сейчас особенно необходимо, — рассказал министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения Евгений Стружак.

Отправить учебную литературу в новые российские республики планируется до конца года

Также город помог приобрести мебель и другое оборудование для социальных учреждений Донецка и Луганска.

Школьники передали книги

В начале следующего года Москва планирует закупить напрямую в издательствах более миллиона учебников и учебных пособий для школ и колледжей Донецка и Луганска.

— Таким образом, мы объединяем усилия систем образования Москвы, Донецка и Луганска ради общей цели — успешного и отвечающего требованиям времени обучения подрастающих россиян, живущих сегодня в республиках, — сообщил руководитель столичного Департамента образования и науки Александр Молотков.

Собрать нужное количество комплектов и отправить их в Донецк и Луганск планируется до конца декабря.

Кроме того, московские школьники в рамках Всероссийской акции «Дети — детям» собрали более 700 книг для детей Луганской и Донецкой Народных Республик. Ребята принесли из домашних библиотек произведения Александра Пушкина, Агнии Барто, Валентина Катаева, Александра Грина и многих других.

Валерий ПОПОВ

Слабослышащие дети из ЛДНР посетили Красную площадь и Москвариум

Воспитанникам донецкой специальной школы-интерната №19 и луганской коррекционной школы-интерната организовали трёхдневную экскурсию по Москве. По информации столичного Департамента труда и социальной защиты населения, ребята приехали для участия в региональном туре 5-го фестиваля детского творчества «Утренняя звезда» для детей и подростков с нарушениями слуха. Почти все ребята могут свободно общаться на жестовом языке и петь жестовые песни. Экскурсию для них провела Общероссийская общественная организация инвалидов «Всероссийское общество глухих». Юные дончане прогулялись по Красной площади и по парку «Зарядье», а затем отправились в Театр мимики и жеста, побывали в Цирке на Цветном и в Москвариуме. В завершение увлекательной поездки школьникам подарили современные ежедневни-



Ребятам организовали трёхдневную экскурсию по столице

ки со встроенной беспроводной зарядкой и наборы сладостей.

— Рады, что удалось показать в столице ребятам из Донбасса много увлекательного и интересного. Надеемся, коллегам из ЛНР и ДНР будет полезен опыт Москвы, в том числе по созданию комфортной жизни и

полноценной интеграции в общество людей с нарушениями слуха, — отметила Наталья Протасова, начальник отдела реализации программ управления по социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями Департамента труда и социальной защиты г. Москвы.

Вера КАЗАНСКАЯ

На акции «Поделись теплом» соберут вязаные вещи для бойцов

1 декабря в Москве началась благотворительная акция «Поделись теплом». Все желающие могут связать для бойцов Российской армии, участвующих в специальной военной операции, тёплые носки, варежки, шапки, свитера. Как рассказал заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы Владимир Филиппов, сбор посылок

продлится до 13 декабря. Передавать их можно в отделы проекта «Московское долголетие» в ТЦСО любого района. В посылки можно вложить письма и открытки со словами поддержки и с новогодними поздравлениями.

Акцию инициировали москвичи старшего поколения. К ним сразу же подключились клубы проекта «Московское долголетие», где

работает много творческих студий, в том числе по рукоделию, шитью и вязанию.

— Дирекция проекта «Московское долголетие» может организовать доставку в зону проведения специальной военной операции писем от горожан старшего возраста, — сообщил Владимир Филиппов.

Татьяна ЩЕРБАКОВА



Инициаторами стали москвичи старшего поколения

Как стать помощником ДЕДА МОРОЗА

Детей мобилизованных москвичей ждут на семейные новогодние программы

С 1 по 16 декабря в центре поддержки семей мобилизованных пройдут новогодние программы: творческие мастер-классы, игры, сказочные квесты и праздничные фотосессии. На них приглашают детей мобилизованных москвичей. Программа «Семейный Новый год» станет важной частью поддержки, которую город оказывает семьям мобилизованных горожан.

Смастерят подарки близким

— Предновогодние встречи помогут почувствовать атмосферу тёплого и доброго праздника, сохранить семейные традиции. Дети вместе с мамами смастерят ёлочные игрушки и открытки, отправят письмо Деду Морозу, — рассказала Ольга Лотванова, заместитель директора центра поддержки семей мобилизованных.

Программа составлена так, что дети любого возраста найдут себе занятие по душе.

— Например, можно сделать подарки близким: браслет из бусин на ленте, ёлочную игрушку, а также нарисовать новогоднюю открытку. Любители творческих и интеллектуальных заданий смогут принять участие в занимательном квесте, — отмечает Ольга Лотванова.

Новый год всегда будет семейным светлым праздником несмотря ни на что. Ранее за такой формат встречи Нового года — без пышных торжеств и дорогостоящих шоу — проголосовали москвичи.

Фестиваль настольных игр

Основной праздничной площадкой стал центр поддержки семей мобилизованных на улице Сергея Радонежского, где с октября помогают получить различные льготы на детей и пожилых родственников, найти работу или пройти обучение.

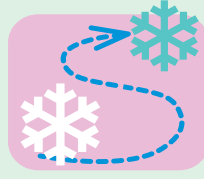
Прийти на новогоднее представление с ребёнком



Увлекательные игры на сплочение для детей и взрослых



Профессиональные фото в праздничном зимнем декоре



Сказочный квест «Собери снежинки»



Создание книги семейных новогодних рецептов



Творческие мастер-классы «Новогодний сувенир»



Новогодняя почта с возможностью написать письмо Деду Морозу



Командные настольные игры с ведущими



Блиц-игры и викторины для детей младшего возраста

Мама поделится друг с другом рецептами для праздничного стола

можно как в будний, так и в выходной день. С понедельника по пятницу ребят ждут с 15.00 до 17.30. А по субботам и воскресеньям праздничная программа идёт с 11.00 до 13.00.

Для родителей с малышами организуют командные игры. Они вместе будут придумывать новогодние рифмы, преодолевать шуточные препятствия, бороться с Кошеем и создавать картины. Желающих приглашают на сказочный квест «Собери снежинки» и на мастер-классы «Новогодний сувенир».

Ребятам от 12 лет будет интересно поучаствовать в фестивалях настольных

игр. Они смогут пройти собеседование на вакансию помощника Деда Мороза, поборются за право стать «Великим оратором», почувствуют себя капитаном пиратского судна.

Красочный снимок у ёлки

Программа в будние и выходные дни немного различается. Поэтому при записи на представление нужно указать возраст ребёнка. При этом ежедневно на первом этаже центра будет работать фотозона с зимним декором у новогодней ёлки. Юные посетители также смогут написать пись-

мо Деду Морозу, оформить конверт и опустить его в почтовый ящик.

Все желающие поделятся своим рецептом для праздничного стола и узнают, какие блюда готовят другие хозяйки. Рецепты попадут в книгу семейных новогодних рецептов. Кстати, всем гостям предложат сладкое угощение.

— Надеемся, что приятные сюрпризы порадуют гостей и подарят им частичку нашего тепла и внимания, — сказала Ольга Лотванова.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Центр поддержки семей мобилизованных: ул. Сергея Радонежского, 1, стр. 1. Записаться на праздничную программу можно по телефону горячей линии Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы (495) 870-4444. Подробная информация о праздничной программе на сайте ДСЗН msupport.dszn.ru/programs

Ёлка мэра в Гостином Дворе

Традиционная новогодняя ёлка мэра будет проходить в Гостином Дворе с 24 декабря 2022 года до 6 января 2023 года. Приглашения уже получили победители олимпиад, юные спортсмены, дети из малообеспеченных семей. А в этом году к ним присоединятся ребята из семей мобилизованных москвичей.



Денис Гришкин/Агентство «Москва»

Представление начнётся уже в фойе, оформленном в виде сказочного вокзала. Потом детей ждут увлекательные приключения с Дедом Морозом и Снегурочкой, с Алисой и её друзьями. Родители и сопровождающие, которые не планируют вместе с детьми участвовать в музыкальном действе, смогут подождать их в мультикинотеатре, где будет вестись трансляция праздника.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

В городе открываются штабы по сбору гуманитарной помощи

С 1 декабря и до 8 января 2023 года в столице будут работать 48 штабов по сбору гуманитарной помощи «Москва помогает». Здесь примут новогодние подарки для семей с детьми, живущих на новых территориях России, и для участников специальной военной операции.

Можно приносить игрушки, книги, настольные игры, сладкие наборы. Все подарки должны быть новыми, в упаковке и с бирками. Военнослужащим можно передать тёплые носки и перчатки, термобельё, шапки, шарфы, подарочные мужские наборы, стельки, мужские средства личной гигиены.

— В январе подарки будут отправлены жителям новых территорий и нашим защитникам, — сообщила Екатерина Драгунова, председатель Комитета общественных связей и молодёжной политики г. Москвы.

Штабы открываются поэтапно. Сейчас в Северо-Восточном округе действуют три, ещё два заработают 9 декабря. Работают штабы ежедневно с 10.00 до 19.00. Подарки принимают волонтеры. Все желающие к ним присоединиться могут подать заявку на сайте ресурсного центра «Мосволонтер» mosvolonter.ru.

Татьяна ЩЕРБАКОВА



Почему обледенела телебашня?

На этот и на другие вопросы о погоде «ЗБ» ответил ведущий специалист ФБОСа

На прошлой неделе в Интернете появилось множество фотографий обледеневшей Останкинской башни. Жители округа делились впечатлениями: в таком обличье в конце ноября башню давно уже никто не видел. С просьбой объяснить это явление «ЗБ» обратился к известному метеорологу ведущему специалисту центра погоды ФБОС Евгению Тишковцу.

Как в Якутии

— Ничего удивительного в этом нет, — объясняет Евгений. — Зима наступила дерзко: в конце ноября ударили январские морозы, причём минуя декабрь-

ские. Температура воздуха в конце ноября была на пять градусов ниже нормы, и неудивительно, что весь накопившийся водяной пар начал интенсивно замерзать. Отсюда причудливая изморозь на железе и на бетоне. Подобные явления, как правило, наблюдаются в самых холодных

регионах нашей страны, например в Якутии. Там ледяные иглы и изморозь — обычное дело.

Холодный декабрь

В этом году зима в Москве стартовала рано: первая ночь декабря началась с сильных морозов. Мы спросили у специалиста: декабрь весь будет таким холодным?

— Да, декабрь будет нордическим. Месяц окажется примерно на 3-3,5 градуса холоднее нормы, в Москве высока вероятность 20-градусных морозов. Недобор снега может составить 20-30%, причём дефицит осадков придётся в основном

на первую декаду. После начнутся снегопады. По предварительным прогнозам, высота снежного покрова будет отставать от климатического графика: вместо положенных к концу месяца 15-20 сантиметров сугробы в столице подрастут до 10-15 сантиметров. В общем, первый месяц зимы будет относительно холодным и мало снежным, с большим, чем обычно, количеством солнечных дней, — ответил Тишковец.

По его словам, в январе в Москве потеплеет. Климатический маятник качнётся в другую сторону, среднемесячная температура прогнозируется на три градуса выше нормы. Ещё более тёплым, по прогнозам синоп-



Причудливая изморозь на железе и на бетоне образовалась при замерзании водяного пара

тиков, будет февраль. Во второй половине зимы погода будет неустойчивой, с чере-

дованием морозов и оттепелей, с осадками и гололёдом.

Елена ХАРО

По прогнозам, во второй половине зимы морозы будут чередоваться с оттепелями

Научный подход к здоровью простаты

В России завершилось большое исследование пользы трав и экстрактов для здоровья простаты. В нем участвовало 38 клинических центров и 820 мужчин. Результаты обнадеживают — в некоторых случаях позитивный эффект наступал в 2 раза быстрее и был в 2 раза более выраженным!

Мужчины не воспринимают всерьез растения и экстракты, они считают их чем-то бесполезным и неэффективным. А вот среди специалистов они набирают популярность во всем мире.² Более того, Европейская ассоциация экспертов составила точный список трав, которые нужны для здоровья простаты.³

В этот список вошли экстракты пальмы ползучей, крапивы обыкновенной и семян тыквы. Именно их принимали мужчины в ходе нового исследования и получили отличные результаты.

5 полезных эффектов

В течение 60 дней добровольцы принимали комплекс из 3 экстрактов и цинка, после чего прошли полное обследование.

Опрос и анализы показали значимое улучшение здоровья:

1. Уменьшились неприятные ощущения внизу живота и при мочеиспускании;
2. Уменьшилось ощущение неполного опорожнения мочевого пузыря;

ТЕСТЫ НА ОСОБОМ ПРИБОРЕ УРОФЛОУМЕТРЕ ПОКАЗАЛИ УВЕЛИЧЕНИЕ СКОРОСТИ МОЧЕИСПУСКАНИЯ В 2 РАЗА!

3. Уменьшилось желание постоянно ходить в туалет;
4. Уменьшилось желание вставать в туалет ночью;¹

Также мужчины заявили об улучшении качества секса и либидо.¹ И это были мужчины которых простата беспокоила более 2-х лет!

Новый комплекс ЧИНЧ®

В этом исследовании мужчины принимали экстракты в комплексе ЧИНЧ®. Он позволяет существенно улучшить здоровье простаты за короткий срок. Было доказано, что травы в его составе благотворно влияют на работу всей мочеполовой системы:

- улучшают кровоснабжение органов малого таза;
- стимулируют работу предстательной железы;
- улучшают выработку секрета простаты, его состава и свойств;
- подавляют негативные процессы в простате и мочевом пузыре.²

ЧИНЧ® можно принимать в любом возрасте длительное время; не влияет на давление и пульс, совместим с алкоголем и лекарствами.

Продается в аптеках

В отличие от множества сомнительных препаратов, которые есть в интернете, ЧИНЧ®

продается только в аптеках.

Комплекс прошел полную государственную проверку и сертификацию. Документы Вам предоставят в любой аптеке.

Доступная цена

Чтобы убедиться в эффекте ЧИНЧ®, не нужно тратить 2-3 тысячи рублей и ждать 6 месяцев. В аптеках он стоит всего 550-600 рублей, а первые результаты вы увидите уже через 4 недели.

Ни один другой препарат не может предложить подобной комбинации трав по такой низкой цене. Чтобы получить схожий эффект, вам придется купить сразу 4 других средства.

Присмотритесь и Вы к комплексу ЧИНЧ®, ведь уже продано 160 тысяч упаковок препарата.⁴ Просто выберите аптеку справа или закажите доставку по тел.: **8-800-700-8888**

18+ РЕКЛАМА. 1. И. В. Виноградов. Оценка эффективности комбинированной терапии симптомов нижних мочевых путей у пациентов с хроническим простатитом. АОУ ВО «Российский университет дружбы народов» Министерства образования и науки РФ; 2. Кульченко Н.Г., Фитотерапия при воспалительных заболеваниях предстательной железы. Исследования и практика в медицине. 2019; 6(3): 87-97. 3. <https://uroweb.org/guideline/>; 4. По данным CSC Pharma, ООО «Си Эс Си ЛТД». ИНН 7706811620 115230 г. Москва, Варшавское шоссе, 47, к. 4, этаж 14, к. 18. +7(499)311-67-71. ОГРН 01.48.01.003.E.000166. 10.18 от 31.10.2018 г. ЧИНЧ-Р№2-осень22



160 тысяч мужчин уже приобрели ЧИНЧ®

Заказать **8-800-700-8888**

Сеть социальных аптек
Аптеки

Во всех Столичках СВАО

- Алтуфьево, Лескова, 6
- Бибирево, Пришивина, 26
- Отрадное, Декабристов, 20, к. 2
- Владыкино, Березовая алл. 9, с. 2
- П.-Разумовская, Яблочкова, 41
- Тимирязевская, Костякова, 6/5
- Дмитровская, Вучетича, 18, к. 1
- Савеловская, Расковой, 26/29
- Медведково, Грекова, 7
- Бабушкинская, Енисейская, 17, к. 1
- Свиблово, Амундсена, 14
- Ботан. Сад, Седова, 13, к. 1
- ВДНХ, Академика Королёва, 3
- Алексеевская, Пр-т. Мира, 95, с. 2
- Рижская, Трифонова, 49
- Фонвизинская, Яблочкова, 41
- Бутырская, Руставели, 12/7, к. А
- Марьяна Роща, Октябрьская, 33
- Р-он, Ростокино, Б. Галушкина, 17
- Ярославский р-он, Ярославское ш., 69

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

Большое кольцо планируют замкнуть в 2023 году

По северо-восточному участку новой линии метро поезда проехали в тестовом режиме

Мэр Москвы Сергей Собянин провёл технический пуск очередного отрезка Большой кольцевой линии метро между станциями «Электрозаводская» и «Савёловская». Последняя расположена на границе СВАО и САО, ещё две — на территории нашего округа: «Рижская» и «Марьяна Роцца».

7,2 километра тоннелей

По словам столичного градоначальника, строительство БКЛ вошло в завершающую стадию.

— Сегодня мы открываем северо-восточный отрезок. Это один из самых сложных участков в истории метроостроения, — отметил мэр.

Тоннели длиной 7,2 километра соединяют станции «Электрозаводская», «Сокольники», «Рижская», «Марьяна Роцца» и «Савёловская». Они сооружены по традиционной технологии — с устройством островных платформ и двух однопутных тоннелей диаметром 6 метров. Технический пуск поездов по участку позволил проверить работоспособность устройств автоматики, телемеханики и управления движением поездов, устройств тяговой сети, поездной и диспетчерской радиосвязи, а также работоспособность системы жизнеобеспечения станции.



В ближайшие месяцы метростроителям предстоит подготовить станции к открытию

Проверка готовности

Как отметил Сергей Собянин, в ближайшие месяцы метростроителям предстоит подготовить станции к открытию, достроить и ввести в эксплуатацию два депо, а также укомплектовать локомотивные бригады новых поездов «Москва-2022» для работы на новых участках.

— Я уверен, что в I квартале следующего года после сложных пусконаладочных работ, которые включают в себя проверку автоматики, телемеханики, управления систем энергоснабжения, запуска большого количества поездов, набора об-

служивающего персонала, Большое кольцо замкнётся и будет работать уже в полном режиме, — сказал мэр Москвы.

Две новые станции округа

Станции «Рижская» и «Марьяна Роцца», расположенные в СВАО, пришлось строить в условиях плотной городской застройки, под землёй, без создания котлована.

«Рижская» размещается под проспектом Мира, имеет выход на Рижскую площадь и переход на одноимённую станцию «оранжевой» ветки. После открытия она войдёт в состав одного из круп-

На «Марьиной Роцце» смонтировали самый длинный в Москве эскалатор

нейших пересадочных узлов Москвы, который объединит станции БКЛ, Калужско-Рижской линии и платформу МЦД-2. В перспективе здесь также пройдут линии МЦД-3 «Ленинградско-Казанский» и МЦД-4 «Киевско-Горьковский». Таким образом, в сто-

лице появится пересадочный узел, объединяющий две линии метро и три Московских центральных диаметра.

Станция «Марьяна Роцца» располагается в одноимённом районе СВАО вдоль 3-го проезда Марьиной Роццы. Она построена на глубине 72 метра под землёй и имеет самый длинный в Москве эскалатор — протяжённостью 130 метров. У станции один вестибюль, из которого пассажиры смогут выйти на Шереметьевскую улицу и на 2-ю улицу Марьиной Роццы, пересечь на поезда «салатовой» ветки метро, а в будущем выйти к платформе МЦД-4, которую сейчас строят.

Андрей ТОМЦЕВ

ДТП

Пострадал на улице Руставели

Утром 30 ноября водитель «Шевроле» при повороте с улицы Руставели на улицу Добролюбова сбил юношу 16 лет, который переходил дорогу по «зебре» на зелёный свет. Пострадавшего увезла скорая с переломом левого плеча, черепно-мозговой травмой и сотрясением мозга.

Скрылся с места происшествия

Днём 30 ноября «Газель» ехала по внешней стороне МКАД в сторону Алтуфьевского шоссе. В районе 88-го км водитель не уступил дорогу попутному автомобилю «Хёндай». Произошло столкновение, в котором пассажир легковушки получил ушибы и сотрясение мозга. Шофёр «Газели» скрылся с места происшествия.

Сбил мужчину в Останкинском

Вечером 30 ноября 76-летний водитель «Форда» сбил мужчину 48 лет, переходившего дорогу по нерегулируемой «зебре» в районе дома 10 на улице Академика Королёва. Пешеход получил ушиб головы.

Два «Киа» столкнулись на МКАД

Вечером 30 ноября водитель «Киа Рио» ехал по внешней стороне МКАД и в районе 82-го км из-за несоблюдения дистанции врезался в попутный «Киа Спектра». В аварии пострадала пассажирка «Киа Рио» — девушка 16 лет. Она сама обратилась в больницу.

ОГИБДД УВД по СВАО

Вложил деньги, а компания исчезла...



Вложил деньги в финансовую организацию, а компания в итоге исчезла, офисы закрыты. Что можно сделать?

Максим, ул. Декабристов

та и имущество компании (при наличии таковых) в рамках обеспечительных мер. Также юристы и адвокаты настоятельно рекомендуют обратиться в пра-

воохранительные органы с заявлением.

Важно понимать, что оттягивание сроков решения проблемы может привести к плачевным последствиям.



Профессиональная помощь юристов и адвокатов

Первая консультация бесплатно

mpcvector.ru +7 (495) 21 21 027

- ▲ Бибирево, ул. Плещеева, д. 18, корп. 2, 1 этаж, оф. 23
- ▲ Алексеевская, Проспект Мира, д. 95, стр. 1, 5 этаж, оф. 313
- ▲ Семёновская, ул. Щербаковская, д. 3, 3 этаж, оф. 311
- ▲ Октябрьское Поле, ул. Народного Ополчения, д. 43, корп. 2, 1 этаж, оф. 3
- ▲ Кузьминки, Волгоградский проспект, д. 139, 4 подъезд, 2 этаж, оф. 1
- ▲ Водный стадион, ул. Адмирала Макарова, д. 8, стр. 1, 2 подъезд
- ▲ Беляево, ул. Профсоюзная, д. 93А, 4 этаж, оф. 425
- ▲ Варшавская, Чонгарский бульвар, д. 4, корп. 2, оф. 6

ИНН 682714324629

Школьники Москвы научат ездить на электросамокатах

Городской Центр организации дорожного движения (ЦОДД) договорился с сервисами, сдающими в аренду самокаты и велосипеды, о том,



Пресс-служба МГД

что они будут проводить для столичных школьников специальные занятия. На них юных москвичей будут обучать безопасной и безаварийной езде на средствах инди-

видуальной мобильности. Соглашение подписали в столичном парламентском центре ЦОДД, а также фирмы «Юрент» и Московский центр «Патриот.Спорт».

Инициатором заключения такого договора стал председатель Московской городской думы Алексей Шапошников.

Он напомнил, что в трёх столичных образовательных комплексах, где спикер город-

ского парламента является председателем наблюдательного совета, уроки по безопасному обращению с электросамокатами уже проводятся.

— То, с каким удовольствием на эти занятия, говорит о том, что такие уроки будут очень популярны. И сегодняшнее подписание соглашения даёт возможность распространить эту инициативу на все образовательные учреждения Москвы, — заявил Шапошников.

Олег ДАНИЛОВ

Отвечает юридическая компания «Вектор Прайм». Тем, кто вложил свои деньги в подобные «конторы», следует незамедлительно обратиться в суд с исковым заявлением о взыскании своих денежных средств, подкрепив исковое заявление ходатайством о наложении ареста на сче-

реклама 0998

Оперативник из СВАО раскрыл двойное убийство 20-летней давности

Сотрудник УВД по СВАО раскрыл жестокое убийство, совершённое 20 лет назад в квартире на Ярославском шоссе. Здесь убили мать и дочь, а затем вынесли их ценности и деньги.

Женщины сдавали в своей квартире комнату посуточно, а рекламировали жильё с табличкой у Казанского вокзала. Там и нашли очередных арендаторов — двух мужчин. Выпив, новые жильцы ночью пошли шарить по комнатам. Хозяйки проснулись — хотели бить тревогу, но не успели... Мать задушили ремнём от сумки, а дочери перерезали горло. После этого злоумышленники скрылись с награбленным.

Недавно оперативник из СВАО вышел на след подозреваемого. Это 40-летний житель

Подмосковья, который ранее не раз отбывал наказание в колониях за кражи и разбои.

— Чтобы выйти на след, у меня ушло восемь месяцев. Я кропотливо изучал материалы дела и образцы с места преступления. С помощью более современных технологий удалось провести экспертизы, которые были недоступны в 2002 году. Я сопоставлял образцы, нашёл совпадение и вышел на предполагаемого убийцу. Задерживать мужчину пришли к нему домой, и он сильно удивился, — рассказал «ЗБ» оперуполномоченный из УВД по СВАО Михаил.

В отношении мужчины возбуждено уголовное дело, ему грозит наказание вплоть до пожизненного лишения свободы.

Светлана РАВЕНСКАЯ

Никто не хотел уступать

В Бибиреве два дорожных конфликта переросли в потасовку

За последние месяцы сразу несколько конфликтов на дорогах округа обернулись уголовными делами. К чему может привести агрессия водителей и пешеходов, рассказали в Останкинской межрайонной прокуратуре.

Слишком медленно шла...

Жительница улицы Лескова шла к своему дому по пешеходному переходу, как вдруг услышала из окна чёрной «Нивы» громкую нецензурную брань:

— Чё тащишься?! Давай быстрее!

— Вообще-то здесь пешеходный переход, — сказала девушка и пошла дальше.



Сергей Корсун

ХРОНИКА «02»

В Бибиреве изъяли героин

На Мурановской заметили мужчину, который периодически останавливался и наклонялся, а заметив полицейскую машину, пытался убежать. В его телефоне стражи порядка нашли фотографии мест закладок. Там оказались свёртки с героином. Возбуждено уголовное дело, подозреваемому грозит до 20 лет тюрьмы.

Ограбление в Бутырском

В микрофинансовую организацию на улице Яблочкова зашёл человек. Угрожая сотруднику ножом, он схватил 16 тыс. рублей, которые не успели убрать в сейф, и скрылся. Полиция

установила, что к нападению причастен 30-летний мужчина, который сейчас находится под стражей в башкирском СИЗО за другие нарушения. Останкинская прокуратура направила дело в суд.

Дебоширил в Ростокине

Пьяный постоялец отеля в Ростокине стал ругаться с сотрудником ресепшена. Тот пригрозил выселением, в ответ буйный жилец схватил с тумбы информационный стенд, кинул в работника гостиницы и рассёк ему лоб. Задержал 45-летнего ранее судимого дебошира участковый. Возбуждено уголовное дело.

Анна ГОНЧАРОВА

Пожилый водитель решил наказать виновника пробки выстрелом из травматического пистолета

Она свернула на тротуар, снова услышала ругань, обернулась и увидела, что «Нива» стоит в парковочном кармане, а водитель бежит за ней с криками: «Не видишь, куда прёшь?! Да меня тут все знают, меня зовут Артур!» Агрессор пытался ударить девушку, но её защитник прохаживал.

Чтобы привести неадекватного водителя в чувство, девушка плеснула ему в лицо квасом. Тот рассвирепел, из-под ремня брюк достал пистолет и стал угрожать девушке и её защитнику. Жительница рванула обратно по переходу, но хулиган схватил её за куртку, после чего за-

щитник набросился на него сзади и оттолкнул. Хорошо, что к этому времени подошли полицейские: буйного водителя увезли в отдел.

Устал стоять в заторе

Учитель из Бибирева утром отправился на машине на работу. Между Белозерской и улицей Корнейчука ему навстречу выехала иномарка. Проезд узкий, но никто не хотел уступать — машины застыли друг перед другом. За ними с обеих сторон образовались заторы.

Через 10 минут к машине учителя, прихрамывая,

подошёл 78-летний пенсионер — водитель машины, застрявшей в этой пробке на встречной стороне. Он требовал убрать авто.

— Учитель вежливо объяснил, что по правилам дорожного движения его направление приоритетное, поэтому дорогу должен уступить встречный автомобиль. В ответ пожилой мужчина потребовал, чтобы оппонент вышел из машины. Когда учитель покинул салон, он услышал выстрел, а потом почувствовал резкую боль в предплечье, — рассказали «ЗБ» в Останкинской прокуратуре.

А пенсионер сел за руль «Вольво» и уехал. Его отслеживали по камерам видеонаблюдения и вскоре задержали. У него был изъят травматический пистолет «Оса». Вину он признал и раскаялся.

До семи лет тюрьмы

Фигуранты обоих дел ждут суда. За хулиганство с применением оружия им грозит до семи лет лишения свободы.

— В дорожном конфликте сработает только стратегия уклонения от конфронтации или уступки, — подчеркнули в Останкинской прокуратуре. — Любое другое поведение может привести к необратимым последствиям. Лучше промолчать и уклониться, чем оказаться в отделении полиции или в больнице.

Если ваши старания избежать конфликта безуспешны и агрессор всё равно провоцирует потасовку, то безопаснее всего оставаться в своём автомобиле, не открывать окна и двери и вызвать полицию.

Анна ГОНЧАРОВА



РИТУАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после случившейся трагедии. Служба 105 (сайт в интернете 105.рф) информирует об участившихся случаях мошенничества и значительном завышении цен на ритуальные услуги.

Рекомендуемый порядок действий:

- Вызовите по круглосуточному номеру **8 (495) 009-05-14** или ***105** сотрудника ритуальной службы, запишите его ФИО и табельный номер.
- По приезду сотрудника проверьте его **ФИО и табельный номер**, чтобы убедиться, что это не черный агент, узнавший о вашем горе от неизвестных информаторов.
- Вызовите скорую помощь (тел. 103) и полицию (тел. 102).
- Если горе случилось в медицинском учреждении, вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления необходимых для похорон документов

Бесплатная консультация по вопросам:

Льготы и социальные гарантии — получение пособия на погребение и компенсации расходов на похороны, организация бесплатных похорон.

Получение места на кладбище — помощь в получении БЕСПЛАТНОГО места на открытых кладбищах, консультация по созданию семейного захоронения.

Прижизненный договор — это возможность заранее позаботиться о похоронах, зафиксировать цену на ритуальные услуги и принадлежности и избежать риска повышения цен.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону **8 (495) 009-05-14** или на сайте **105.рф**

Мышцы надо разогреть

Пять правил зимних тренировок на улице

Те, кто привык заниматься спортом на улице, могут продолжать свои тренировки и с наступлением холодов. О том, как это делать правильно, рассказал «ЗБ» инструктор по спорту Мосгорспорта Геннадий Татарин. Он живёт и работает на улице Милашенкова, проводит для жителей округа тренировки по общей физической подготовке, футболу, настольному теннису, катанию на коньках и хоккею.

1 Оденьтесь многослойно

— Зимой нужно одеваться на манер «капустки» — в несколько слоёв. Между каждым слоем будет воздух, удерживающий тепло и не пропускающий холод, — объясняет тренер. — Вниз стоит надеть термобельё, потом свитер или лонгслив, а сверху — не слишком тёплую куртку. Во время тренировки куртку или свитер можно будет скинуть, если станет слишком жарко. Это позволит спастись от перегрева. Не стоит надевать металлические украшения — они остынут и будут передавать холод телу.

Обувь должна быть на размер больше, чтобы можно было надеть её на тёплый носок.

— Для занятий на снегу понадобится обувь с резиновой подошвой и с шипами. Для тренировок на льду — не обязательно с резиновой, но непре-

менно с плоской подошвой и с мелкими частыми шипами, — пояснил Татарин.

Однако при температуре от -15 и ниже, при сильном ветре, а также в ледяной дождь заниматься не стоит: такие тренировки могут навредить организму.

2 Начните разминку дома

Разминку стоит начинать в помещении, уделив ей хотя бы пару минут.

— В мочках ушей, щеках, кончиках пальцев и носа у нас тонкие капилляры, из-за чего их температура ниже. Поэтому их стоит растереть ладонями перед выходом на улицу, — отметил тренер. — Также можно растереть ноги, торс, сделать несколько разгоняющих кровь движений. А полноценную динамичную и суставную разминку — уже на улице. Она важна для профилактики травм. Мой знакомый однажды плохо разогрелся и травмировал заднюю поверхность бедра, после чего восстанавливался несколько месяцев. Это, кстати, самая частая травма.

3 Выбирайте энергичные упражнения

От статичных упражнений, таких как планка, лодочка, висы на турнике, зимой лучше отказаться.

— В неподвижном состоянии мышцы стывают, из-за чего можно легко травмироваться.

К тому же турники и брусья нередко оказываются обледеневшими. Поэтому зимой лучше выполнять беговые упражнения — с захлестыванием голени, с высоким подниманием бедра, бег приставным шагом. Ещё хорошие упражнения — подъём коленей к груди, наклоны поочередно к левой и правой ногам, к пяткам, желательно с прямыми коленями, — рассказал Геннадий.

Завершить тренировку нужно дома — тёплым душем, чтобы выровнять температуру всех частей тела.

4 Откажись от жёсткой диеты

В рационе тех, кто хочет тренироваться зимой, должны быть овощи, фрукты и продукты с большой теплоёмкостью.

— Подойдут баранина, свинина, говядина, сыры, орехи, сливочное масло и даже сало — в общем, всё, что даст много энергии, — отметил спортсмен. — А вот от жёстких диет стоит отказаться. При голоде в первую очередь горят мышцы, так как организм вытягивает из них необходимый ему белок. А ещё от голода мы мёрзнем.

5 Не пейте заранее чай и кофе

Перед выходом на холодную улицу многие заранее согреваются чаем или

кофе, но перед тренировками так делать не надо.

— Во время тренировок поднимаются пульс и давление. А содержащие кофеин напитки могут поднять их ещё сильнее, из-за чего повысится риск обморока. А если добавить в чай малиновое варенье, то можно ещё и «перепотеть», — объясняет Геннадий. — Вместо этого лучше

Для занятий на снегу понадобится обувь на резиновой подошве с шипами

выпить мясного бульона: он содержит множество важных аминокислот и запускает работу желудочно-кишечного тракта, благодаря чему будет производиться больше тепла.

С собой на «морозную» тренировку инструктор по спорту советует непременно взять тёплую воду.

Мария ГОРБУНОВА



Геннадий Татарин на тренировке

Роман Балаев

Армрестлер из Медведкова выиграл турнир

Победителем Всероссийского турнира по армрестлингу, прошедшем недавно в Тульской области, стал инструктор по спорту филиала «Паллада» СДЦ «Кентавр» в Северном Медведкове Александр Келейников. На соревнованиях он выполнил норму мастера спорта.

— На соревнованиях выступали и чемпионы России, и даже бронзовый призёр чемпионата мира, но пришлось их немножечко подвинуть, — шутит он. — Я вообще от природы сильный, да ещё летом у бабушки в деревне отдыхал. А там у неё под домом куски рельсов были, вот я ими вместо штанги и качался.

Любопытно, что армрестлером Александр стал случайно. Он вспоминает, что, когда учился в школе, у них была тра-

диция: в День учителя старшеклассники заменяли учителей. И вот на уроке биологии один здоровяк из 11-го класса сказал: кто меня на руках поборет, тому пятёрка. Александр попробовал и... проиграл. Расстроился, долго тренировался и вызвал соперника на поединок. На этот раз победил. И так воодушевился, что организовал в классе секцию армрестлинга.

Сейчас Александр готовится к чемпионату России, который пройдёт в апреле следующего года. В свободное время он

не прочь поиграть на гитаре, очень любит авторскую песню.

Алексей ТУМАНОВ



Александр Келейников работает в центре «Кентавр»

Роман Балаев

реклама 1539

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС» www.dento-lux.ru
 ООО «Денто-Люкс», Лиц. № ЛО-77-01-017255 от 21.12.2018 г.

НАМ 17 ЛЕТ! Акция действительна ТОЛЬКО до 30.12.2022
 При высоком качестве — низкие цены! Звоните, приходите и убедитесь!

предъявителю **СКИДКА:**

- 20% на лечение
- 12% на протезирование
- 10% на хирургию и имплантацию
- 5% на детскую стоматологию*

Цены для предъявителя купона:

- Консультация, составление комплексного плана лечения **БЕСПЛАТНО!**
- Панорамный рентген 470 **400 р.**
- Пломба светоотверждаемая, Composite **950 р.**
- Металлокерамическая коронка Ducera под «ключ» (ед.) **4500 р.**
- Съёмный протез (отечественный) под «ключ» **9900 р.**

Только до 30.12.2022 г.

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
 (имплант Osstem + циркониевая коронка) — **32 000 руб !!!**

Компьютерная томография зубов 3D **690!!!**
 3D 2500 р.

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ
 Скидки действуют при оплате наличными!
 * Скидка распространяется на детей до 14 лет

Работаем БЕЗ ВЫХОДНЫХ

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



Тушила зажигалки и шила для фронта

Людмила Сиротченкова из Лосиноостровского рассказала, как жил город во время Битвы за Москву

Коренной перелом в Битве за Москву начался 5 декабря 1941 года: Красная армия перешла в контрнаступление. Враг был отброшен почти на 200 км от столицы. Воспоминаниями о том, чем жил город в годы войны, с «ЗБ» поделилась Людмила Александровна Сиротченкова с улицы Малыгина.

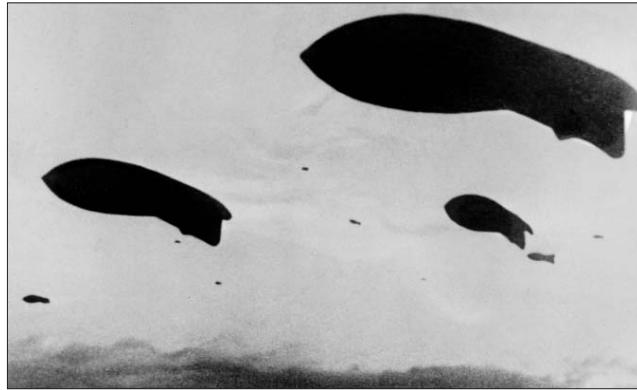
Ледяной взгляд пилота

Когда началась война, Люде было 10 лет.

— Мой отец был военным. В июне 41-го он получил отпуск и позвал нас с мамой в Западную Белоруссию. Он встретил нас у вокзала, погрузил в кузов полуторки, где уже сидели семьи его коллег, и мы отправились на природу. Было где-то восемь утра, наш грузовик остановили офицеры и сказали: «Женщины — домой, мужчины — с нами». Моего отца увели. Больше я его никогда не видела. До сих пор он числится пропавшим без вести, — рассказала Людмила Александровна.

Женщин с детьми повезли обратно на вокзал.

— Едем, вдруг слышим вой самолёта и крики: «Воздух!» Падаем ниц. Я легла вниз животом, а земля от взрывов бомб ходила подо мной, словно желе. Потом этот же самолёт возвращается и лупит по нам из пулемёта. Я подняла голову и столкнулась взглядом с лётчиком: на нём были очки, его голова — как кабачок, а глаза — словно у мороженого судака, — безжизненные и пустые. Он пролетел



Аэростаты воздушного заграждения над Москвой. 1941 год

и больше не возвращался, а нас довели до станции. Сели в поезд и через три дня приехали на Белорусский вокзал.

Суп из крапивы

Тогда Люда и её мама жили в Безбожном переулке, ныне Протопоповском, близ проспекта Мира. Девочка, как и все дети, ходила в школу и помогала фронту: шила рукавицы и стёганные одеяла в обмен на продовольственные карточки.

— Еда была безумно дорогой. При средней зарплате 40-60 рублей в месяц одни из самых дешёвых конфет — «Подушечки со сгущёнкой» — стоили 70 рублей за кило, — вспоминает Людмила Сиротченкова. — По продкарточкам нам полагалось 550 граммов хлеба в сутки, да и в том попадались опилки, обрезки картофельные, трава всякая.

Летом москвичи могли порадовать себя вегетарианским супом.

— Мы ездили на трамвае за растениями в Останкино. Там,

где сейчас телебашня, раньше была огромная поляна. На ней мы собирали лебеду, крапиву и прочие травы. Однажды, летом 1942-го, машинист вагона остановился недалеко от

Останкина и сказал: «Дальше не поеду. Вчера здесь видели немецких разведчиков на мотоциклах».

Прятались под «хрюшами»

Несмотря на страшную войну, люди не забывали о праздниках, в том числе и церковных.

— Моя бабушка была верующей. Мы тихонечко праздновали с ней Рождество, а на Пасху украдкой ходили в церковь Митрополита Филиппа через дорогу от дома и освящали куличи, которые бабуля испекла, — делится Людмила Александровна. — После уроков дежури-



Роман Балаев

ли на крышах наших домов и тушили зажигалки. Были у нас и школьные каникулы, но тогда мы уезжали в Раменский совхоз на уборку полей. А зимой катались со снежной горки во дворе соседней фабрики. Сторож нас пугал: мол, не кататься — враг с воздуха заметит.

Кстати, в первые годы войны в Москве отсутствовало уличное освещение — это правило светомаскировки.

— Когда объявляли воздушную тревогу, мы с мамой и бабушкой шли на станцию «Красные Ворота» — прятаться в метро. На обратном пути нам попадались девушки, которые поднимали на верёвках баллоны — аэростаты. Эти устройства закрывали обзор с неба на

Во время школьных каникул выезжали на уборку полей

город фашистским лётчиком. Из-за пухлой овальной формы эти баллоны мы называли хрюшами.

Война закончилась, Людмила Сиротченкова получила медаль «За оборону Москвы». Отучилась в техникуме и до пенсии проработала в финансовом отделе МВД. Сейчас она живёт в Лосиноостровском районе, у неё есть дочь, трое внуков и столько же правнуков. На заслуженном отдыхе Людмила Александровна любит ухаживать за собой, ходить на выступления хора при Совете ветеранов, хлопотать по дому и принимать гостей.

Александр БЕЛИЦКИЙ

«Солидарность» передала посылки мобилизованным из СВАО

Волонтерский проект АНО «Солидарность» помогает мобилизованным жителям СВАО — и тем, кто пока в учебных частях, и тем, кто уже отбыл к местам несения службы. Десятки военнослужащих уже получили адресную помощь: дополнительные комплекты тёплой одежды, различную экипировку и технику — вещи, которые не входят в нормы довольствия, но очень полезны на передовой.

В «Солидарность» обратилась жительница района Свиблово Наталья Р. (имя изменено). Её муж уже на линии фронта.



Предоставлено АНО «Солидарность»

Доставка посылок в учебную часть

— Ребята попросили восполнить их запасы и привезти то, о чём на гражданке даже не думали: бочки для воды, большой казан для готовки, чтобы целый взвод за раз накормить горячей едой, горелки и побольше тёплого белья: зимой под открытым небом сушить его негде, — рассказала она.

Связь с мужем Наталья поддерживает при первой возможности, хотя это не просто.

— Говорим чётко и по существу, — говорит Наталья. — С дочками ждём нашего защитника домой, трудимся, молимся.

Любовь Г. (имя изменено) из Ярославского тоже отправила заявку в «Солидарность». Заказ получился внушительный. Её супруг Михаил в учебной части сдружился с соседями по округу, посылку надо было собрать на 24 человека!

— Я составила списки с размерами ребят, чтобы вся одежда и экипировка пришлись впору. А ещё всем бойцам передали аптечки, — делится Любовь.

Пришлось искать нестандартное обмундирование. У одного из бойцов, настоящего богатыря ростом под 2 мет-

ра, 47-й размер ноги. Потребовались сапоги-гиганты, и их нашли. Волонтеры «Солидарности» передали также коптер и тепловизор для ведения наблюдения, а также рационы, жгуты-турникеты, с помощью которых можно быстро остановить кровотечение.

Подробнее о проекте адресной поддержки военнослужащих из СВАО можно узнать на сайте **solidarnost.moscow**. Тел. горячей линии: **8-800-222-6142** (по нему можно оставить заявку для солдат и предложить свою помощь).

Евгения СМЕРНОВА

СЕТЬ АВТОСЕРВИСОВ
ВЫГОДНЫХ ЦЕН
«АВТОПИЛОТ»

Просто сфотографируй
эту карту и получи её

БЕСПЛАТНО

в нашем автосервисе
+7 (495) 477-33-68
www.честный-автосервис.рф

ПРОИЗВОДИМ РЕМОНТ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

СЕТЬ АВТОСЕРВИСОВ ВЫГОДНЫХ ЦЕН «АВТОПИЛОТ»
ВСЕ ПО ЧЕСТНОМУ

Подарочная VIP-КАРТА

БЕСПЛАТНО В ТЕЧЕНИЕ 3-Х ЛЕТ

- 1) Работы по замене моторного масла
- 2) Диагностика вашего а/м по 45 параметрам
- 3) Проверка сход-развала
- 4) Проверка а/м при покупке (включая ЛКП)
- 5) Замена всех технических жидкостей
- 6) Кешбэк - 10% от каждого ремонта
- 7) Антибактериальная обработка кондиционера (с заменой фильтра салона)
- 8) Работа по замене воздушного фильтра двигателя

Не удивляйтесь, это действительно бесплатно. Приезжайте к нам и убедитесь в этом сами. Мы просто хотим, чтобы вы стали нашим постоянным клиентом.

м. Свиблово, ул. Енисейская д.7, к.3

Нам 14 лет!

Руководитель техцентра «Автопилот»
Иванов Никита

Куплетист, автор-исполнитель Николай Бандурин недавно побывал в Донбассе: привёз гуманитарную помощь и дал несколько концертов. Одно из выступлений прошло на передовой. Корреспондент «ЗБ» попросил заслуженного артиста России поделиться впечатлениями от поездки и рассказать о людях, с которыми ему удалось встретиться.

Давно туда рвался

— Николай Юрьевич, вы недавно вернулись из Донбасса. Поехали туда по собственной инициативе?

— Я давно туда рвался, но не так-то просто в те края попасть. Об этом нужно заранее договариваться, чтобы кто-то логистику выстроил. И когда на телевидении мне предложили поехать в Донбасс, я сразу согласился. Правда, своим домашним об этом сообщил, когда уже сидел в поезде, чтобы лишний раз не волновались. К сожалению, я не так много смог привезти гуманитарной помощи, как хотелось бы. Для детского дома по его просьбе привёз развивающие игры, госпиталю — памперсы для лежачих, бинты, некоторые медикаменты. У меня было четыре выступления: в детском доме, в госпитале, в роддоме, потом уже на передовой. Я рассказывал анекдоты, пел куплеты, но особой популярностью пользовались душевные авторские песни, которые я исполнял под гитару: их с особым вниманием слушали, девчонки в госпитале даже прослезались.

К обстрелам привыкли

— Что вас особенно тронуло, удивило?

Николай Бандурин: Блиндаж сотряснулся от взрывов

Заслуженный артист дал несколько концертов в Донбассе



Из личного архива

С особым вниманием слушали душевные авторские песни под гитару

— Люди там потрясающие, удивительные, настоящие какие-то. Смотрю: по улице идёт девчонка-подросток — вдруг бухнуло, а она даже не повернулась, как шла, так и идёт. Там уже все местные знают, что за 20 минут до обстрела начинается автоматная перестрелка. Часы можно сверять. Вот сидим в роддоме, я пою молодым мамам и медперсоналу, а вокруг — ш-ш-ш, бум! ш-ш-ш, бум! Причём с регулярностью такой... Удивило, что люди в этом живут, работают, влюбляются, рожают

детей. Они не затаились, не пережидают, а просто живут. Как-то ужинал в единственном уцелевшем в Горловке кафе, разговорился с женщинами. Они говорят: «Мы привыкли к обстрелам. Что может быть страшнее этих взрывов?» Я заметил, что, наверное, тишина. Они согласились: «Вообще-то когда сидим в роддоме, я пою молодым мамам и медперсоналу, а вокруг — ш-ш-ш, бум! ш-ш-ш, бум! Причём с регулярностью такой... Удивило, что люди в этом живут, работают, влюбляются, рожают

забирали всё, что хотели, если нравилась женщина, то хватили за волосы — и в подвал...

Посвятили в артиллеристы

— На передовую, наверное, не часто артисты приезжают...

— Не часто, и это можно понять. Ящики, на которых мы сидели в блиндаже, где я пел ребятам, то и дело подпрыгивали от взрывов. Я засёк три-четыре прилёта в минуту! Конечно, страшно. Но смотришь в глаза этим молодым ополченцам и видишь, что они спокойны и уверены, и эта их уверенность прямо в душу проникает. Нет в них никакой злобы, остервенения к противнику, а есть понимание, что оттуда они не уйдут, ну если только на небеса. Меня поблагодарили за выступление и провели «посвящение» в артиллеристы: разрешили сделать символический выстрел из пушки, намазали порохом и дали по мягкому месту гильзой.

Выступил в госпитале

— А где вам сложнее всего было выступать?

— В госпитале, конечно. Многие ребята только что с перевязок, кто-то после операции, у кого-то нет

руки, ноги. Видно, что некоторые с трудом преодолевают боль. Послушать меня пришли два парня: у одного левая здоровая рука, у другого правая, они мне вместе этими руками и хлопали. Развлекать таких ребят не просто: надо было улыбаться, вселять позитив, а на душе кошки скребут, еле слёзы сдерживаешь. Вообще, концерты в госпиталях нужны, чтобы помочь раненым психологически окрепнуть, вернуться к обычной жизни. Один парень без ног оказался моим давним поклонником, он очень хотел побывать на моём выступлении, но разместить его койку в небольшом помещении не было возможности, и я сам пришёл к нему в палату. Мы немного поговорили, я подарил ему рисунок своего внука, на котором он изобразил льва и написал: «Будь сильным!» Я сказал этому парню, что когда он снова почувствует себя сильным, то пусть отдаст его тому, кто в этом будет нуждаться.

— Снова поехали бы на Донбасс?

— С удовольствием, а пока будем помогать тем, кто в этом особенно нуждается. У жены Марины в Запорожье подруга юности с детьми и внуками, у Мариной сестры в Мариуполе вместо дома теперь воронка от снаряда.

Ирина КОЛПАКОВА

ТОП-НОВОСТИ РАЙОНОВ

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

Команда из Свиблова взяла кубок футбольных мам

Шесть побед в шести матчах принесли футбольной команде «МаМы» из Свиблова победу в турнире «Кубок футбольных мам-2022», информирует газета «Свиблово». Поединки проходили в столичном спорткомплексе «Олимп». В турнире участвовали 16 команд из Москвы, Королёва, Клина, Брянска, Ельца и Владимира. Лучшим игроком стала футболистка из Свиблова Дарья Бессонова.



Все новости района: «Свиблово»

Умный мяч для незрячих разработали в Останкинском

В лаборатории на проспекте Мира разработали первый в мире электронный мяч для незрячих спортсменов. Благодаря непрерывному звуку, который издают датчики и электрические моторы, умный мяч можно найти в любой момент матча. По размеру и форме он не отличается от обычного, а зарядки хватает на два часа. Об этом сообщает «Останкинский вестник».



Все новости района: «Останкинский вестник»

Дмитрий ДОЙНИКОВ



Старость в радость!

Получите одновременно до **5 млн руб.** и до **50 тыс.** ежемесячно по договору пожизненной ренты.

ПЛЮС: оплата всех коммунальных платежей и помощь по хозяйству.

Звоните!

8 (495) 727-28-28

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «Дентал-Визит»

www.m-stom.ru
Лиц. № ЛО-77-01-012890
ООО «Дентал-Люкс»



Если у вас натирают протезы – мы поможем!

СОВРЕМЕННЫЕ, МЯГКИЕ, НЕНАТИРАЮЩИЕ ПРОТЕЗЫ ИЗ СИЛИКОНОВОГО БАЗИСА, Германия..... от **18 000 руб.**
Гарантия 10 лет!

Семейные скидки на лечение **5%**

Скидки действительны до 30.12.2022 Для получения скидок необходимо предоставить данный купон.

м. «ВДНХ», ул. Бориса Галушкина, д. 3, корп. 1 (7 мин. ходьбы от метро)

8 (495) 142-16-68, 8-977-566-35-65

НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- Помощь обманутым вкладчикам (возврат вкладов из КПК, МФО, МПО и т.д.)
- Реестр 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**

Есть вопросы? Звоните, пишите!
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ!

Ваш «Звёздный бульвар» (499) 647-6831

ZB@ZBULVAR.RU,
CHITATEL@INTERNET.RU

АФИША

Диафильм-сказка на проспекте Мира

10 декабря в 13.00 в павильоне «Рабочий и колхозница» (просп. Мира, 1236) можно побывать на интерактивном показе диафильма «Винни-Пух». Автор идеи Алиса Гребенщикова представила неожиданную взгляд на героев классических мультфильмов. Посещение бесплатное, требуется регистрация на сайте znanie.vdnh.ru.



Смотреть здесь

Детективный спектакль на Ярославке

Постановку «8 женщин» по одноимённой пьесе Роберта Тома 10 декабря в 19.00 покажет студия «Лось» в Московском многофункциональном культурном центре (Ярославское ш., 124). Это детективная история, которая развернулась в загородном доме накануне Рождества. Посещение бесплатное, 16+. Желательна регистрация на сайте m-c-m-c.ru.



Смотреть здесь

Ксения ФИРЦОВА

747 суток на орбите

В Останкинском открылась выставка в честь космонавта Сергея Авдеева

Музей космонавтики приглашает посетителей на экспозицию «Прыжки в высоту с короткого разбега». Она приурочена к 30-летию первого полёта Героя России лётчика-космонавта РФ Сергея Авдеева. Название выставки связано с тем, что Сергей Васильевич серьёзно занимался прыжками в высоту, а период его подготовки к отправке на орбиту был весьма коротким по сравнению с другими космонавтами. Также Сергей Авдеев,

совершивший три полёта, — рекордсмен по пребыванию на станции «Мир»: он провёл на ней 747 суток и 10 раз выходил в открытый космос.

Перчатка с зеркалом

Основные разделы выставки посвящены подготовке к полёту Сергея Авдеева, а также экспериментам и исследованиям, которые он проводил в космосе. — Это моя перчатка с зеркалом сверху, в которой я

выходил в открытый космос, — рассказывает космонавт. — Зеркало нужно, чтобы видеть, в каком положении находятся кнопки и переключатели, находящиеся на груди скафандра. Ведь голову к ним не повернуть!

На выставке есть фотография, где изображён переносной контейнер для эксперимента «Перепел».



Пресс-служба Музея космонавтики

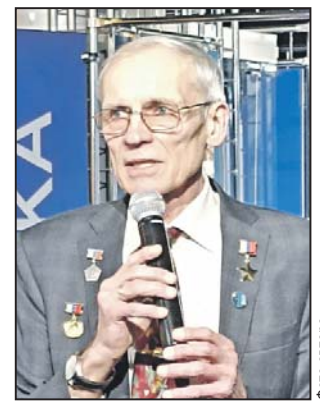


Фото автора

— Ей было 10 месяцев, когда Сергей улетел, — рассказывает жена космонавта Мария Побединская. — Я каждый месяц обводила её ладошки, которые ставились всё больше, и отправляла на станцию. А однажды мы с дочкой послали папе её игрушечного зайца.

По словам Марии Авраамовны, когда муж через полгода вернулся из полёта, дочка его не узнала, хотя мама постоянно показывала ей папу на фотографии и ездила с дочками на сеансы связи в Центр управления полётами в Королёве.

— Клементина сидела у него на коленях, а я спрашиваю: «Где твой папа?» — рассказывает Мария. — Дочка показывает наверх. Я объясняю, что папа уже вернулся. Тогда она соскакивает с его колен, бежит к фотографии, приносит её нам: «Вот он!»

Выставка продлится до 12 марта. Вход по билетам в музей, адрес: просп. Мира, 111.

Ирина ЛЬВОВА



Пресс-служба Музея космонавтики

Трогательные экспонаты — плюшевый заяц и рисунки дочек

На станции «Мир» проводили много экспериментов — например, выращивали из яиц японских перепелов

— На станции «Мир» мы из яиц выращивали японских перепелов, — объясняет Сергей Васильевич. — Кстати, некоторые птицы, появившиеся на свет в космосе, потом спустились с нами на Землю.

На другом снимке — весёлый экипаж станции «Мир». Если приглядеться, можно заметить: все улыбаются, и только темнокожий кудрявый космонавт в центре чрезвычайно серьёзен. — На самом деле это одетый в космический комбинезон манекен, — смеётся Авдеев.

— Его с грузовым кораблём прислали нам для поднятия настроения. Имя ему мы так и не дали, называли просто «неизвестный космонавт».

Подарок от Клементины

Самые трогательные экспонаты — письма близким и рисунки двух дочек, которые Сергею передавали на станцию с грузовым кораблём. На витрине вместе с ними — игрушечный заяц младшей дочки Клементины.

Для гостей ВДНХ подготовили гастрономический путеводитель

На ВДНХ в зимнем сезоне работают 140 точек общественного питания. Об этом во время пресс-тура «Единое гастрономическое пространство ВДНХ» рассказал руководитель проектов отдела общественного питания департамента управления имуществом ВДНХ Андрей Горшков. Пресс-тур был организован при поддержке информационного центра Правительства Москвы.

— Главная тема этой зимы — «Вкусно, как в детстве», — сообщил он. — Помимо традиционных оливье, сельди под шубой и запечённой индейки, гости ВДНХ также смогут попробовать десерты из мандаринов, какао, шоколада. Как и в прошлые годы, часть заведений можно посетить сразу с катка и подкрепиться как на ходу, так и более основательно — например, в знакомом нашем постоянным гостям кафе

«Варежка», куда можно заходить прямо в коньках. Также мы развиваем собственную линейку продуктов — мороженое, лимонад и пончики.

А ещё у выставки появился собственный «Гастрономический путеводитель по ВДНХ», созданный для удобства гостей в выборе одного из объектов питания. Увидеть его можно на официальном сайте ВДНХ vdnh.ru/gastro.

Мария ГОРБУНОВА

Форум печати прошёл в столице

30 ноября Департамент средств массовой информации и рекламы г. Москвы при участии Союза предприятий печатной индустрии (ГИПП) и Российского книжного союза провёл 22-й городской отраслевой форум печати. В работе форума приняли участие руко-

водители и специалисты федеральных и московских издательских домов, полиграфических и дистрибуторских предприятий прессы и книжной продукции.

Участники форума признали необходимость кардинальных качественных изменений в ра-

боте сети НТО «Печать» в Москве и выразили готовность к совместной работе.

В рамках форума печати состоялась церемония награждения победителей ежегодного конкурса «Московские мастера» в сфере издания и распространения печатных СМИ.

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

реклама 1459

Предприятие питания
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

- Заведующих производством - от 38 000 руб.
- Поваров - 33 000 руб.
- Буфетчиков - 30 000 руб.
- Кухонных работников - 27 000 руб.
- Мойщика посуды - 27 000 руб.

Ждём Ваших звонков!
8-926-979-47-26, 8-926-979-53-28

реклама 1575

реклама и частные объявления

АВТОМОБИЛИ

- Автовывкуп. Честно. Т. 8 (495) 227-5655
- Автовывкуп. Т. 8-903-542-6962

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Агентство. Без комиссии! Т. 8 (495) 782-5671
- А я и сниму, и отремонтирую! Т. 8 (499) 677-4939
- Арендную жильё. Т. 8-964-635-0700
- Арендную жильё. Т. 8-916-745-8493, Наташа
- Арендуем 1-2-ком. кв. Семья из Тулы. Т. 8-926-040-3444, Виктория

СДАТЬ СНЯТЬ КВАРТИРУ
8 (495) 928-07-07
 (ежедневно 9-21)
ОПЫТ РАБОТЫ 25 ЛЕТ

- Арендную у метро. Т. 8-915-165-1903
- Жители Москвы снимут квартиру. Т. 8-967-066-1442
- Куплю квартиру, комнату. Т. 8-916-916-1651
- Квартиру снимут супруги из Питера. **Строго у хозяев!** Т.: 8 (495) 999-6823, 8-963-926-0808
- Риелтор. Недорого. Т. 8-962-979-1707
- Сниму комнату, однокомнатную кв. Т. 8-985-999-5831
- Сниму жильё. Т. 8-985-197-9040, Ирина
- Сниму комнату срочно. Т. 8 (495) 999-2882
- Супруги из г. Клина снимут квартиру срочно. Т. 8-985-999-2882

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Акция. Скидка 50%. Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров, плит. Выезд бесплатный. Т. 8 (495) 720-9672

Большой выбор тканей. Гарантия.

ОБИВКА И РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ

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

- Антенна, настройка, ремонт ТВ. Т. 8-977-575-8564
- Ремонт: стиралки, холодильники и пр. Т. 8-985-636-9189

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ

Пенсионерам **Бесплатный СКИДКА до 50% ВЫЕЗД**

8 (495) 023-13-75

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

ХОЛОДИЛЬНИКИ И СТИРАЛЬНЫЕ МАШИНЫ РЕМОНТ ВСЕХ МАРОК

СТАЖ 30 ЛЕТ

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

- Ремонт стиральных машин, электроплит и холодильников. Диагностика бесплатно. Т. 8-980-900-7114
- Ремонт телевизоров! Плит! Швейных! Т. 8 (499) 703-4194

РЕМОНТ НА ДОМУ

30% СКИДКИ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ

от 400 р. Выезд бесплатно! Гарантия **8-495-109-25-36**

Завод «СтройБалконСервис»

ОКНА ПВХ БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ

ВЫЕЗД НА ОЦЕНКУ **AL provedal**

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

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

БЕЗ ВЫХОДНЫХ
 www.balkona.ru

- Ремонт телевизоров. Т. 8 (499) 180-0110
- Срочный ремонт стиральных машин любой сложности. Любая работа – 500 р.! Выезд, диагностика – бесплатно. Гарантия до 3 л. Скидки пенсионерам! Т. 8 (495) 545-1579, без выходных

КОМИССИОНКА

- Антиквариат. Книги. Значки. Статуэтки. Подстаканники. Иконы. Янтарь. Самовары куплю. Т. 8 (495) 643-7212
- Антикварный магазин купит: бронзу, монеты, значки, статуэтки, иконы, подстаканники, ёлочные игрушки, портсигары, самовары, янтарь, книги. Выезд. Т. 8 (495) 532-9781
- Духи. Сервисы. Т. 8-916-993-3664
- Куплю старые банкноты: швейцарские франки, английские фунты. Военный антиквариат. Т. 8-999-715-3560
- Куплю книги, посуду. Т. 8-917-533-5750
- Куплю ненужное. Т. 8-916-053-1698
- Куплю. Книги. Открытки. Антиквариат. Т. 8-916-671-2583
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 128-5009
- Купим книги. Т. 8 (495) 721-4146

- Покупаю ноутбуки и ЖК ТВ в любом состоянии. Т. 8-905-545-7897
- Покупаем старину! Т. 8-925-770-3000
- Хрусталь. Фарфор. Сервисы. Т. 8-905-744-1133

ЗНАКОМСТВО

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

РАБОТА

- Выгодное предложение! Т. 8-901-720-9577
- Денежно и перспективно. Т. 8-905-126-1966
- Консьержка, Медведково. Т. 8-906-708-1511.
- Звонить: 16 ч. – 18 ч.
- На постоянную работу требуется дежурный электрослесарь. График: 1/3. 4000 р./сутки. Т. 8-909-169-6091
- Помощник руководителю! Т. 8-926-784-2534
- Постоянная работа. Т. 8-916-461-8526
- Продавец-кассир в кафе. З/п от 32 000 р. График 2/2, по ТК РФ. Т. 8-965-265-3677
- Работа! Офис! Т. 8-936-259-7875
- Работа/подработка. Оплата 5000 руб./день. Т. 8 (499) 500-9730
- Требуется консьержка, рядом с м. «Фонвизинская». Т. 8-903-246-1057

- Требуется консьержки. Т.: 8-965-200-2442, 8 (495) 616-4183

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

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

ЖИВОТНЫЕ

ВЕТКЛИНИКА

Вызов на дом 24 час. Гуманное усыпление, кремация, вывоз.

8 (495) 585-7976 Москва, МО.

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- Автогрузоперевозки. Недорого. Т. 8 (495) 728-6981
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 778-7366
- Грузоперевозки. Профгрузчики. Упаковка. Т.: 8 (495) 220-2235, 8-903-000-7592
- Квартирные переезды, грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-7852
- Недорогой переезд. Т. 8 (495) 589-0078
- Перевозки. «Газель». Т. 8-925-590-9106

РАЗНОЕ

- Дезинфекция. Т. 8 (495) 978-8080

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Ванная под ключ. Ремонт квартиры поэтапно. Обои. Плитка. Сантехника. Электрика. Натяжной потолок. Циклёвка и ремонт паркета. Ламинат. Т. 8 (495) 978-0344

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ ЗАМЕНА

8 (495) 507-11-81

КРУГЛОСУТОЧНО

ЗАМКИ

ВСКРЫТИЕ, ЗАМЕНА

8 (495) 995-5059

Выезд бесплатно

- Ванны! Восстановление акрилом! Т. 8 (499) 409-5434
- Домашний мастер. Т. 8-985-723-8703
- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Реставрация, ремонт. Т. 8 (495) 686-9364
- Ремонт квартир. Т. 8-916-738-6296
- Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971
- Сантехник. Гарантия. Т. 8-916-504-4689

Замки

ВСЕ УСЛУГИ

8 (495) 920-63-34

8-916-142-2406

- Циклёвка паркета. Т. 8-985-994-4810
- Циклёвка паркета. Т. 8 (495) 761-2388
- Электрик. Т. 8-903-778-0949

ЗАВОД ООО «Окна Мегapolisa»

ОКНА ПВХ

Остекление балконов, лоджий

Цены от ЗАВОДА

8 (495) 177-05-77

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

8 (495) 782-82-12

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН: www.edinrek.ru

Читайте «Звёздный бульвар» и 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.



Ирбис

Активный и позитивный пёс. Любит гоняться по лесу и купаться в реке, несмотря на то, что у него не сгибается сустав на задней лапе. Своего человека уважает, но навязчивую ласку не любит, поэтому пристраивается в семью без детей. Ему около 10 лет, рост в холке 55 см, кастрирован, привит. Опекун: **8-909-646-2486**, Елена. Приют «Красная сосна»: ул. Красная Сосна, 30

ОНИ ИЩУТ ХОЗЯИНА

Саня

Небольшой, тихий и спокойный пёс, который был домашним ещё полгода назад, но по стечению обстоятельств оказался в приюте. Здоров, кастрирован, привит. Опекун: **8-925-080-9793**, Анастасия. Приют «Искра»: ул. Искры, 23а



Риджи



Изящная собака, которая в холке достигает всего 45 см. Ей 5 лет, любит домашний уют. Стерилизована и привита. Пристраивается по договору ответственного содержания с проживанием в квартире. Опекун: **8-903-747-5217**, Мария. Приют «Дубовая Роща»: пр. Дубовой Рощи, 23-25

ВАШЕ МНЕНИЕ

Всегда готовы выручить четвероногого друга

Новый раздел недавно появился на портале «Наш город» gorod.mos.ru. Он называется «Животное в опасности» и создан для того, чтобы москвичи могли оперативно сообщить о том, что кто-то из братьев меньших оказался в беде: попал под колёса, застрял на дереве, замерзает на улице. На прошлой неделе мы поинтересовались у читателей, случалось ли им выручать животных.

Участие в опросах на сайте «ЗБ» и в Телеграм-канале приняли 100 человек.

Оказалось, многим доводилось помогать бездомным кошкам и собакам. Об этом сообщили 38% опрошенных. Большинство — 48% — отметили, что пока с такими ситуациями не сталкивались, но, если заметят несчастное животное, обязательно напишут обращение на портал. Ещё 14% считают, что выручать животных должны только специалисты.

Ксения ФИРЦОВА

Анна Павловна пожаловалась «ЗБ», что на автобусных остановках на улице Декабристов нет расписания автобусов.

Наш следующий вопрос:

Как вы предпочитаете узнавать расписание наземного транспорта?

- Ищу через поисковик в Интернете.
- Смотрю на транспортных сайтах или в приложениях.
- Ориентируюсь на информационные стенды на остановках.

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



и в Телеграм-канале t.me/zb_svao



ДЕТСКИЙ ЛЕПЕТ

«Лучше бы павлина назвали красохвостом»

Марьяна, от 3 до 5 лет

— Мам, а откуда у меня такая большая кукла?
— Забыла? Это тебе тётя Эля подарила.
— Ой, как мне нравятся такие Эли!

Бабушка рассказывает Марьяне, как учатся в школе. Та комментирует:

— Я не родилась, чтобы делать уроки.
— Мам, знаешь, кто не виноват?
— Кто?
— Кто не спрятался.
— А почему павлина назвали таким словом?



— Ой, не знаю, — говорит бабушка.
— Странно, хоть бы назвали красохвостом.

Наливает сок из пакета, половину проливает, сама вытирает тряпкой и приговаривает:
— Зато теперь наливать легко.

Дорогие читатели! Присылайте нам фотографии своих детей и интересные истории о них: 127018, г. Москва, ул. Полковая, 3, стр. 1, zb@zbulvar.ru

СКАНВОРД

Прогноз погоды						Водная артерия Египта		
Официальное прошение	Навес. Вина. Клинок. Ларга. Чай. Сип. Скулыштор. Колун. Бот. Обоз. Арматура. Кварта. Пустыня. Опор. По вертикали: Ходатайство. Орава. Проруха.	Сахара или Гоби	Дровяной топор			«Козырек» над дверью	Пятнистый тюлень	
ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД		Доменных деп мастер	Художник по мрамору			Тележный караван	Опасная часть кинжала	
		Текст под текстом						
		Пахарь «Поля чудес»	Небольшое судно			Прегрешение	«Кафе» в Средней Азии	
	Ермак среди казаков	Каркас железобетона	Две пинты пива					
			Скакать во весь ...	Ивовый прут				
	Кафтан деда Мазая	В бытовой сети их 220				Спас всякой твари по паре		
				Хищник из грифов		Другое имя Бахуса		
	Под стать тирану	Размер человека в высоту			Не принесли очередной номер газеты? Звоните! Тел. единого контакт-центра редакции (499) 647-6828			
	Шумная ватага ребятни	Квнтет без дуэта						
			Бывает и на старуху					

ФОТОКОНКУРС «ЗВЕРИНЫЕ ИСТОРИИ»

Дорогие друзья! Просим присылать фотографии, на которых вы запечатлены с домашними любимцами. Это может быть не только кошка или собака, но и вообще любое живое существо, которое вы поселили рядом с собой: зверушка, птичка, рыбка, насекомое. Важно, чтобы с питомцем у вас оказалась связана какая-то интересная, забавная история, пусть и совсем коротенькая.
Снимки и рассказы можно присылать нам на эл. почту zb@zbulvar.ru. В письме укажите, пожалуйста, ваш номер телефона для связи. В конце года мы подведём итоги и вручим призы победителям.

Ирина и её французские овчарки всегда готовы к путешествиям

У Ирины Пец из Бабушкинского района три французские овчарки породы бриар. Слева на фото — восьмилетний Лерош, справа — его брат и одноклассник Мурыч. А их мама Сенди на этот снимок не попала. Название породы получила от региона Бри во Франции. Это крупные собаки с длинной шерстью, благодаря которой они не замёрзнут ни в горах, ни на равнине. Дело в том, что бриары — пастушьеские собаки.
«Мои бриары Сенди, Мурыч и Лерош умеют не только пасти овец, но и буксировать лыжников, спасать тонущих людей, демонстрировать разные трюки. Но я считаю, что самое главное качество для городской собаки — это безукоризненное послушание», — пишет Ирина.



Из личного архива

Судя по всему, бриары прошли отличную выучку. Ирина сообщает, что её собаки никогда не причиняют неудобств соседям, пешеходам на улице, дружелюбны к детям.
«Жить под одной крышей с обученной собакой очень классно, — делится чита-

тельница. — Во время прогулок приятно ловить восхищённые взгляды прохожих и, что гораздо важнее, можно с интересом и с пользой проводить время, занимаясь со своей собакой спортом».
А ещё Ирина со своими бриарами — заправские ту-

ристы. Вместе они побывали во многих городах России, посетили несколько зарубежных стран.
«Отельеры были рады таким постояльцам, так как их манеры ни у кого ни разу не вызвали нареканий», — заключает Ирина.
Игорь МИНАЕВ

БЕСКОНТАКТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ НА АЛТУФЬЕВСКОМ ШОССЕ ОСВАИВАЮТ СТОМАТОЛОГИЮ БУДУЩЕГО

Жужжащая бормашина, которую старшее поколение вспоминает с ужасом и неприязнью, уходит в прошлое. Сегодня на помощь стоматологам пришёл лазер, с помощью которого можно оказать пациенту

помощь, не прикасаясь к зубу. О возможностях лазерной стоматологии, которую используют специалисты клиники «Скайс», рассказала заведующая клиникой, стоматолог высшей категории Марина Гудиева.

ВСЕ СИЛЫ НА ПРОФИЛАКТИКУ

— Сегодня мы идём к тому, чтобы максимально снизить реабилитационные мероприятия, то есть собственно лечение поражённого зуба, стараемся не доводить дело до этого, — говорит Марина Гудиева. — Все силы стоматологов направлены на профилактику. Но уж если приходится лечить зуб, то мы стараемся минимально травмировать организм пациента.

Вот тут и приходит на помощь лазер. Это совсем не больно, даже не приходится прибегать к наркозу, и человек не чувствует никакого дискомфорта: ни неприятных ощущений во время укола, ни онемения части лица.
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАБОТКА НЕ ТРЕБУЕТСЯ
Лазер применим в самых разных ситуациях. Например, у некоторых людей повышенная чувствительность зубов — даже вдохнув морозный воз-

дух, он уже ощущает болезненность. В этом случае обработка лазером зубов навсегда избавляет человека от повышенной чувствительности — и всего за один сеанс.
Если необходимо обработать кариозную полость в зубе, бормашина уже не нужна: это сделает луч лазера. К тому же, луч не зацепит ничего лишнего: поражённые, разрушающиеся ткани он вычистит, а здоровые не тронет — у него не хватит мощности.

Ещё одно важное качество лазерного луча — обеззараживающее действие. Он убивает все вредоносные бактерии, и после него антисептическая обработка уже не требуется.
ХРАП ИЗЛЕЧИМ
Неожиданная область применения лазера — борьба с храпом. В клинике «Скайс» готовы прийти на помощь тем,

кто своими ночными руладами пугает домашних.
— Храп не только неприятное для окружающих явление, но и серьёзная опасность для самого храпящего, — рассказывает доктор Гудиева. — Это фактически остановка дыхания на небольшое время. Соответственно, лёгкие человека не получают достаточно воздуха. Это явление называется апноэ. Результат апноэ — снижение памяти, интеллекта, чувство усталости.
В нашей клинике с помощью лазера мы производим подтяжку тканей мягкого нёба. Ведь именно их дряблость и провоцирует храп. Это делается за 2-3 сеанса по 15-20 минут.
Алексей МЕЛЛЕР

м. «Алтуфьево», Алтуфьевское ш., д. 78
8 (499) 908-66-33, 8 (985) 777-80-01
www.skyce-clinique.ru ООО «Скайс». Лиц. ЛО-77-01-003226

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



реклама 1661

ЗВЕЗДНЫЙ БУЛЬВАР 43 (804) 2022 год
Издатель: Издательский дом «Звездный бульвар».
Главный редактор издательского дома: Ю.А.Сорокин.
Генеральный директор: А.И.Латышев.
Первый заместитель главного редактора: Е.Ю.Ильина.

Заместители главного редактора: Ю.А.Мироненко, Ю.И.Невский, Е.Ю.Харо.
Главный редактор газеты «Звездный бульвар»: Ю.А.Мироненко.
Шеф-редактор: О.П.Геранчева.
Учредитель: ООО «РИЦ Северо-Восток».

Адрес издателя: 117246, г. Москва, Научный пр., 19, 2-й этаж, комн. бд, оф. 76.
Адрес редакции: 127018, г. Москва, ул. Полковая, 3, стр. 1.
Электронная версия: www.zbulvar.ru.
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и

охраны культурного наследия по Центральному федеральному округу. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС1-02369 от 15 мая 2007 г. Отпечатано в ООО «Типография КП-Москва»: 141407, Московская область, г. Химки, Нагорное ш., 2, корп. 9, пом. А.
Тираж 368 000 экз. Заказ №4615. Подписано в печать 3.12.2022 г. Выход в свет 5.12.2022 г.

Отдел по работе с читателями: тел. (499) 647-6831. Вопросы по доставке принимает единый контакт-центр редакции, тел. (499) 647-6828.
Размещение рекламы: тел. (495) 782-8212. Газета распространяется на территории Северо-Восточного административного округа г. Москвы. Бесплатно. Может содержать материалы 12+