

Москва. Северо-Восточный административный округ

№7 (860)
МАРТ
2024

ЗВЁЗДНЫЙ БУЛЬВАР

**Актёр
Андрей Фролов:**
Очень рад,
что переехал
с семьёй именно
в Свиблово **стр. 16-17**



ВСЕ
НОВОСТИ
ОКРУГА
ЕЖЕДНЕВНО
В ТЕЛЕГРАМЕ
T.ME/ZB_SVAO

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



С МЯЧОМ НА ТЫ

Семиклассник
из Бабушкинского
забил четыре гола
на футбольном
турнире в Китае **стр. 3**

Святослав Москаленко — капитан команды «Спартак-2010»



**Сергей
Собянин:**
Президент
определил
ключевые
направления
развития
страны и
нашего города
стр. 2

**Волонтёр
из Останкинского
помогает
фронтovým
врачам
стр. 8**

**Учиться
и работать: какие
возможности
сегодня
предлагают
студентам
колледжи округа
стр. 9**

Андрей Дмитриев

Намечены направления развития

Москва выполняет поручения Президента Путина и становится ориентиром для регионов

Президент России Владимир Путин обратился с очередным посланием к Федеральному собранию. Он дал конкретные поручения по основным программам развития.

По сути, пилотным регионом для выполнения таких поручений стала Москва. Многие из них не только апробируются в столице, но и уже успешно внедряются.

Продление железных дорог

Как отметил мэр Москвы Сергей Собянин, в послании Президент определил направления развития страны и нашего города на ближайшую перспективу.

— Послание Президента России Владимира Владимировича Путина — по сути, чёткая программа развития страны на ближайшие шесть лет. Все направления — начиная от развития транспорта, образования, социальной сферы, промышленности — напрямую касаются Москвы, — заявил он.

По словам мэра, одним из направлений развития Путин назвал создание системы высокоскоростных магистралей (ВСМ) — железных дорог. Проект начнётся с Москвы.

— Это развитие Московских центральных диаметров, продление их до других

региональных столиц, — отметил мэр Москвы.

Инфраструктура для образования и спорта

Президент России потребовал от региональных властей начать в следующем году программу капитального ремонта школ и детских садов. В Москве такая программа уже активно реализуется. Только в прошлом году в столице был начат ремонт четырёх школ, а в ближайшие пять лет планируют капитально отремонтировать 500 школьных зданий.

Глава государства отметил, что необходимо сформировать в России долгосрочную программу сохранения объектов культурного наследия России. В Москве такой план уже воплощается в жизнь. За последние 12

лет в нашем городе отреставрировано около 2,2 тысячи памятников архитектуры.

Также в Москве активно реализуют поручения Президента России по строительству спортивных объектов. За 10 лет их было возведено 195. В этом году город намерен завершить возведение 14 спортивных комплексов.

Услуги по одному клику

Президент России в послании отметил важность развития системы доступных цифровых услуг населению. При этом он анонсировал созда-

ние национального проекта «Экономика данных».

Московская система электронного взаимодействия уже доказала свою жизнеспособность и удобство, она станет органичной частью нацпроекта.

Уже в конце прошлого года портал **mos.ru** предоставлял свыше 420 услуг и сервисов. Создано более 15,8 млн «Личных кабинетов» физических лиц.

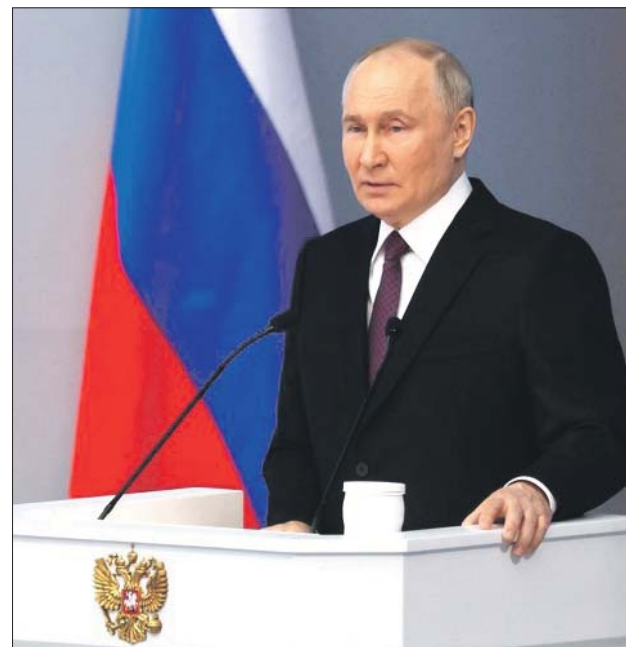
Восстановление промышленности

Ещё одно направление развития, о котором говорил

Московская система электронного взаимодействия станет частью нацпроекта



Мэр Собянин назвал послание Президента фундаментальным, серьёзным и воодушевляющим



Владимир Путин анонсировал создание новых масштабных национальных проектов

Президент Владимир Путин, — это совершенствование системы среднего профессионального образования. Здесь Москве уже есть что продемонстрировать стране.

В частности, в столичных колледжах создадут ещё 10 тысяч бюджетных мест для девятиклассников, усовершенствуют программы обучения, а также приступят к реконструкции зданий. До конца 2024 года в Москве намерены создать или обновить более 300 мастерских и лабораторий для проведения практических занятий.

В Москве уже проводят квалификационные экзамены на реальных заводах и фабриках, что является уникальной для страны практикой. С сентября 2023 года педагогам, сотрудникам и студентам 20 столичных

колледжей стали доступны электронные сервисы Московской электронной школы, которые можно использовать для подготовки к занятиям. Это повысило качество обучения и сделало учебный процесс более доступным и удобным.

Сергей Собянин отметил, что в послании Президента России прозвучал призыв к восстановлению всей отечественной промышленности, которая уже показала, что способна производить собственную продукцию. Всё это, по словам мэра Москвы, даёт возможность стране уверенно смотреть в будущее и строить далеко идущие стратегические планы.

— Это послание фундаментальное, серьёзное и воодушевляющее, — заключил Собянин.

Школьников учат программированию в режиме игры

Новые технологии город внедряет для использования в больницах и школах. Сначала они проходят тестирование, отметил мэр в своём телеграм-канале.

Например, в столице уже работает мультиплексная диагностическая панель для выявления возбудителей респираторных заболеваний. Она макси-

мально быстро проверяет биоматериал пациентов на 26 самых распространённых инфекций и позволяет врачам сразу начать лечение.

А новый образовательный онлайн-сервис помогает школьникам овладеть программированием в режиме игры.

В Москве разработали зондовый микроскоп для космоса

Резиденты особой экономической зоны «Технополис Москва» увеличивают объёмы производства инновационной продукции, в том числе уникальной. Об этом Сергей Собянин сообщил в своём телеграм-канале.

Среди этих компаний, к примеру, раз-

работчик космического зондового микроскопа. Добытая им информация о составе и плотности метеоритов и космической пыли поможет при создании космических аппаратов. Инновационным предприятиям помогают меры городской поддержки.



В новых экологических машинах есть электроотопитель и регулируемое освещение

В течение шести лет город получит ещё 3800 электробусов

До конца 2024 года автобусы на привычных маршрутах заменят 800 электробусов. Об этом Сергей Собянин сообщил в своём телеграм-канале.

«В течение шести лет по новой транспортной программе Москвы город получит ещё 3800 инновационных машин. К 2030 году в столице будут ходить 5300

электробусов», — написал мэр.

В новых экологических машинах есть электроотопитель и освещение, которое меняется в зависимости от

времени суток. Электробусы стали ходить без подзарядки 80 км вместо 40-50. По словам Собянина, все электробусы российского производства.

Четыре гола на личном счету

Семиклассник из Бабушкинского проявил себя на футбольном турнире в Китае

Недавно из Китая вернулся Святослав Москаленко — семиклассник школы №1558 им. Росалии де Кастро в Бабушкинском районе и капитан футбольной команды «Спартак-2010». В городе Гуанчжоу наши ребята участвовали в международном турнире Winter Training Cup. Их соперниками были футболисты из Китая. Спартак-овцы выиграли четыре матча из шести, а лично Святослав забил четыре гола и отдал несколько голевых передач.

— На турнире было непросто. Против нас выходили футболисты на пару лет старше, крепкие, гораздо выше нас, — признался школьник. — В итоге призового места нам не досталось, но выступили мы достойно.

Тринадцатилетний капитан «Спартак-а» занимается футболом с шести лет.

— В клуб меня отвёл папа. Был отбор: вместе с другими участниками я бегал эстафеты, выполнял задания с мячом,

на протяжении нескольких месяцев мы вместе тренировались. В итоге из полутора сотен ребят нас осталось двадцать, — вспоминает футболист. — Я полузащитник, играю в центре поля. Занимаюсь каждый будний день, иногда по два раза, а по выходным у нас матчи.

Чтобы попасть в «Спартак», парень прошёл серьёзный отбор

В школе Святослав учится почти на отлично. Особенно любит русский язык и литературу, ему нравятся творческие задания, а также он интересуется физикой. В свободное время играет в шахматы и в баскетбол.

Мария ГОРБУНОВА

Святослав — полузащитник и капитан команды

Андрей Дмытрив

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Ольга Геранчева,
шеф-редактор
«ЗБ»

Смартфон на подзарядке

Современному человеку сложно представить себе жизнь без электронных гаджетов. Смартфоны, ноутбуки, smart-часы, плееры и многое другое стали неотъемлемой частью повседневности. И с каждым годом появляется всё больше девайсов, призванных облегчить рутину, даже кухонным чайником можно управлять через блютуз. Но, как это часто бывает, есть и обратная сторона медали. Вместе со множеством плюсов, которые несут нам передовые технологии, появляются и новые риски.

На днях шокирующая новость облетела СМИ и соцсети: 22-летний парень погиб от удара током в квартире на улице Корнейчука. Он отправился в ванну, взяв с собой смартфон, подключённый к розетке, и гаджет упал в воду...

Трагический случай многих заставил задуматься. Ведь мы порой не замечаем, что буквально приросли к мобильным экранам. Проступил — надо проверить сообщения, завтракаешь — почему бы заодно не посмотреть какой-нибудь ролик, едешь в метро — есть время покопаться в телефоне, ложишься спать — пора снова пролистать ленту. Думаю, найдётся немало тех, кто берёт с собой телефон в душевую, включает фильмы или блоги, когда моет посуду, и нередко в это время девайс подключён к электросети для подзарядки. Так делают люди любого возраста.

Сколько тратить времени на виртуальный мир в своём смартфоне, личное дело каждого. Но вот напоминать себе законы физики и принципы работы электронных устройств и электроприборов — время от времени стоит всем.

Анна Романова

Движение на участке в Марьиной роще временно ограничили



— ограничение движения
— одностороннее движение до 15 апреля, а затем до 10 июня — одна полоса в обе стороны

В районе дома 14 на 2-й улице Марьиной Рощи до 15 апреля ввели одностороннее движение: ехать можно только в сторону 3-го проезда Марьиной Рощи. А с 15 апреля до 10 июня здесь будет открыта одна из полос уже для двустороннего движения.

Кроме того, с 10 июня по 12 августа будет занята

одна полоса на пересечении 3-го проезда Марьиной Рощи и 2-й улицы Марьиной Рощи. В эти дни здесь также нельзя будет парковаться.

Как сообщили в Центре организации дорожного движения, ограничения связаны с работами по реконструкции подземных коммуникаций.

Михаил КОФАНОВ

Полицейские из Лосинки вернули домой заблудившегося дедушку

В снегопад ночью из квартиры на улице Малыгина ушёл 84-летний мужчина, который страдает потерей памяти. Жена проснулась, увидела, что супруг пропал, и обратилась в полицию. Сотрудники дежурной части передали информацию всем нарядам полиции.

Спустя два часа поисков патрульные Артём Савостин, Олег Иг-

натов, Алексей Самойлов и участковый Александр Горбатов нашли беспомощного старика.

— Мы прочёсывали каждый уголок района. Жителя нашли во дворе на Стартовой улице, в паре километров от его дома. На улице валил снег, видимость была почти нулевая. Пенсионер был в лёгкой курточке и без шапки, он не понимал, где находится, — рассказывал «ЗБ» полицей-

ский-водитель мобильного взвода отдельной роты патрульно-постовой службы ОМВД по Лосиноостровскому району Артём Савостин.

Жителя доставили в отдел полиции, куда вызвали врачей, чтобы ему оказали медицинскую помощь. Вскоре за дедушкой приехал внук, а утром поблагодарить полицейских пришла жена пенсионера.

Татьяна ЯКОВЛЕВА



Патрульные Артём Савостин и Олег Игнатов

Пресс-служба УВД СВАО

**ВСЕ НОВОСТИ
НА САЙТЕ
ZBULVAR.RU**
**ЗВЁЗДНЫЙ
БУЛЬВАР**

Отбор контрактников продолжается

Кандидатов ежедневно принимают на улице Яблочкова

В единый пункт отбора на военную службу по контракту на улице Яблочкова каждый день приходят те, кто хочет пополнить ряды вооружённых сил страны. С некоторыми кандидатами пообщалась корреспондент «ЗБ».

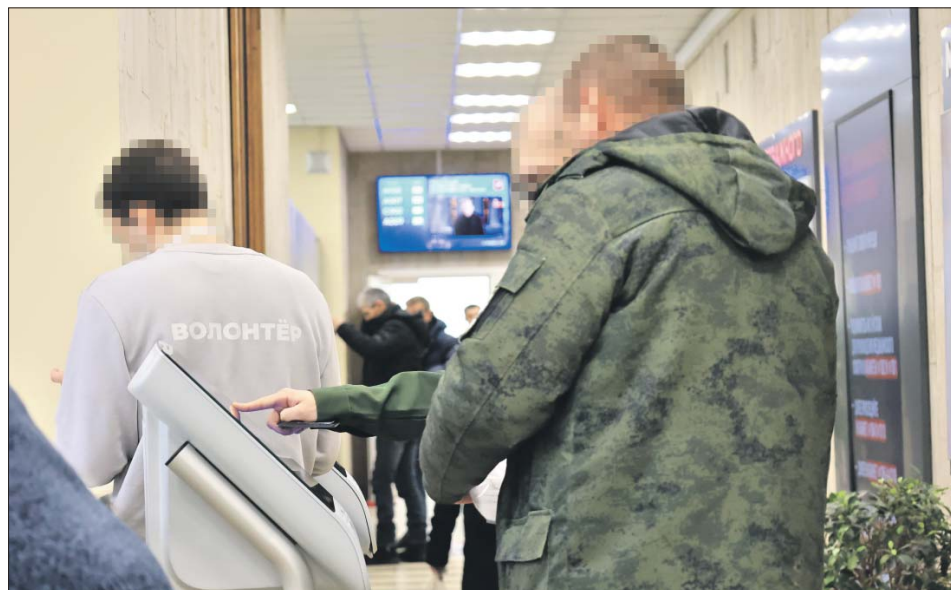
Принял взвешенное решение

Ивану (имя изменено) 51 год. Он живёт в Москве, работает грузчиком в кафе-терии.

— Летом проходил мимо информационной стойки у метро в Алтуфьевском, где волонтеры рассказывали о службе по контракту, и заинтересовался. У меня нет боевого опыта, даже в армии послужить не довелось, но в буклете говорилось, что требуются водители, телефонисты, повара и медицинские работники. Кроме того, волонтер объяснил, что в армии можно получить новую профессию, — рассказал Иван.

Несколько месяцев ушли на раздумья.

— Я взвешивал все за и против. Несколько раз звонил на горячую линию, уточнял подробности. И теперь решился. Хочу заключить контракт на три года. Тем более что сегодня стране



Григорий Матвеев

Пункт отбора работает без выходных

пригодится любая наша подмога, — считает кандидат.

Он надеется, что его водительский опыт пригодится — у мужчины есть права категорий В и С, много лет работал дальнотойщиком.

Трудностей не боится

Ещё один кандидат — 28-летний Леонид (имя изменено). Он работает торговым представителем и часто ездит по делам на личном автомобиле. Говорит, что вождение — его страсть.

— Всегда любил машины. Как только исполнилось 18 лет, сразу получил пра-

Водительский опыт на службе пригодится

ва и купил себе старенькие «Жигули». Радовался тогда, как ребёнок. С тех пор за рулём чувствую себя лучше, чем где бы то ни было, — поделился Леонид.

Мужчина понимает, что водить армейский грузовик — не то же самое, что ездить по городу на легковушке. Но он уверен, что справится, ведь срочную

службу в армии он прошёл в мотострелковой дивизии.

— Трудностей я не боюсь. Я человек ответственный и дисциплинированный, а дисциплина в армии важнее всего, — отметил кандидат.

Каждый кандидат заполняет анкету, проходит медосмотр, профессионально-психологическое тестирование и собеседование. Все этапы отбора — в один день.

София РОСТОВЦЕВА

Адрес: ул. Яблочкова, 5, стр. 1. Время работы: пн. — пт. с 9.00 до 20.00; сб. с 9.00 до 18.00; вс. с 9.00 до 16.00. Тел. горячей линии: 117

Что положено контрактникам и членам их семей

Единоновременная выплата при подписании контракта — 195 тыс. рублей (если контракт подписан не менее чем на год)

Выплаты

До отправки в зону СВО:

- Денежное довольствие — 40-50 тыс. рублей
- Выплата по указу мэра Москвы — 50 тыс. рублей
- Итого: за полный календарный месяц — 90-100 тыс. рублей

В зоне СВО:

- Денежное довольствие — 40-50 тыс. рублей
- Дополнительные выплаты за участие в СВО — 120-240 тыс. рублей
- Выплата по указу мэра Москвы №52-УМ — 50 тыс. рублей
- Итого: за полный календарный месяц — 210-340 тыс. рублей

Пункт отбора на военную службу по контракту

Адрес: ул. Яблочкова, 5, стр. 1

График работы:
будни — с 9.00 до 20.00
суббота — с 9.00 до 18.00
воскресенье — с 9.00 до 16.00

Телефон: 117

Чат-бот: @MskContract_bot

Льготы

Дети и школа

- Зачисление в любой сад (с 1,5 года), школу вне очереди и без регистрации по месту жительства
- Двухразовое питание, продлёнка, кружки

Пожилые родственники 65+

- Помощь соцработника на дому 3 раза в неделю
- Проживание в геронтологическом центре по показаниям здоровья

Ближайшие родственники

- Бесплатное обучение выбранной профессии в лучших учебных заведениях

Дополнительно

- 18 770 рублей в месяц на каждого ребёнка

Свибловские школьники прошли экспресс-курс начальной военной подготовки

Инструкторы учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодёжи «Авангард» провели занятие по начальной военной подготовке в школе «Свиблово».

— Это наш совместный с «Авангардом» проект. Ребята учатся оказывать первую медицинскую помощь, правильно пользоваться противогазами, усваивают базовые правила безопасности. После занятия они получили сертификаты о прохождении экспресс-курса начальной военной подготовки, — рассказал инициатор проекта председатель Мосгордумы Алексей Шапошников.

По его словам, «День «Авангарда» в школе» стал регулярно проводиться в разных образовательных учреждениях районов Свиблово, Южное Медведково и Северное Медведково.

— В своё время начальной военной подготовке перестали уделять должное внимание, и совершенно зря. Предмет многогранный, вполне может пригодиться и в обычной жизни, — сказал Шапошников.

Александр ЛУЗАНОВ

Рассказ тренера из Северного о её воспитаннике вошёл в сборник о героях СВО

Презентация третьего издания конкурсного сборника «Героями не рождаются. За Родину!», в который вошло около 200 рассказов об участниках спецоперации, состоялась в Музее Победы на Поклонной горе при поддержке информационного центра Правительства Москвы.

Среди авторов — тренер команды по хоккею на траве из района Северный, представитель спортивно-досугового центра «Кентавр» Светлана Найденова. Она изложила в книге историю Сергея Блинова. Подростком он занимался в центре «Норд» (сегодня это один из филиалов «Кентавра»), в хоккейный клуб «Сиверко» пришёл тринадцатилетним школьником.

— Всегда целеустремлённый, боевой, — сказала Светлана о своём воспитаннике, с которым команда не раз побеждала на окружных и городских соревнованиях. — Сергей отслужил в армии, с началом спецоперации был моби-



Ольга Соколова

Светлана Найденова тренирует хоккеистов в центре «Кентавр»

лизован. Сейчас на линии фронта.

Светлана Найденова оказалась в числе авторов лучших рассказов в рамках конкурсного проекта «Героями не рождаются. Наши дни!», который реализуется при поддержке Департамента национальной политики и межрегиональных связей г. Москвы, и её рассказ поместили в третий сборник. Всего в трёх изданиях опубликовано свыше 600 историй, книгу раздают в школах и колледжах.

Самому младшему автору 7 лет, старшему — 85. Это отметил руководитель Департамента национальной политики и межрегиональных связей Виталий Сучков.

— Все истории уникальны, — сказал он. — Они не только показывают военные подвиги, но и рассказывают о героях как о простых людях, наших соседях, земляках, друзьях.

Ольга СОКОЛОВА

«Изменения во дворе на Стартовой поразят жителей»

Что ждёт Лосиноостровский район, рассказал глава управы Роберто Леонов

В этом году в Лосиноостровском районе начнётся строительство важной эстакады через пути Ярославского направления железной дороги, запланировано большое благоустройство на Стартовой улице, ударными темпами продолжится программа реновации. Подробно о планах развития района рассказал глава управы Роберто Леонов.



Предоставлено пресс-службой префектуры СВАО

Начнут строить эстакаду

Активно развивается транспортная инфраструктура района. В текущем году планируется начать строительство первой из двух эстакад через пути Ярославского направления железной дороги, между улицами Менжинского и Дудинкой. Инженерные изыскания проведены, завершается проектирование. Следом в работу пойдёт путепровод, который соединит улицу Малыгина с Малыгинским проездом.

В прошлом году разработан проект планировки участка Широкой улицы от улицы Малыгина до Осташковской. Прямые дороги делают соседние районы доступнее для личного и общественного транспорта.

Важным событием станет создание полноценной отстойно-разворотной площадки с диспетчерской и станциями подзарядки электробусов на углу Анадьрского проезда. Она заменит действующий круг у платформы Лось, где водители могут только передохнуть между рейсами и не более. Это позволит увеличить количество транспорта на маршрутах и сократить интервалы движения.

Лидер округа в реновации

В 2023 году, с опережением, в Лосинке завершили первую волну реновации. По темпам реализации программы район на первом месте в СВАО. Недавно под заселение передали новостройки на Тайнинской, 7, корп. 1, 2, и на Шушенской, 5. Скоро начнут заселять дома на Стартовой, 3, и Изумрудной, 28.

Кроме того, строится дом на Тайнинской, 16, корп. 3. В активную фазу строительства вступают ещё два здания на Тайнинской и два на Изумрудной. А недавно мэр Москвы включил в программу две новые стартовые площадки: на Изумрудной, 48, и ул. Лётчика Бабушкина, вл. 36-38.

Сейчас в новые квартиры переезжают жильцы домов 8 и 10 на Осташковской улице. Примечательно, что эти дома не будут сносить, поскольку они имеют историческую ценность. Их реконструируют и приспособят под социальные цели.

— Новые дома возводят не только по реновации. Так, практически готов к вводу в эксплуатацию наш самый проблемный объект

— долгострой на Малыгина, 12. В этом случае обязательство решить проблему обманутых дольщиков взяла на себя город, — добавил Роберто Леонов.

Больше вариантов для отдыха и спорта

В 2024 году благоустроят территории детских садов на Норильской, 6, и Тайнинской, 22, заодно капитально отремонтируют фасады. Родители дошколят давно этого ждут.

А знаковым объектом станет пространство между домами на Стартовой улице. — Это огромный типовой

двор, объединяющий дома от 31-го до 39-го на Стартовой улице. Благоустройство там не проводилось очень давно. Уверен, к осени изменения приятно поразят жителей. Двор станет настоящим оазисом для отдыха, — сообщил глава управы. — Кроме того, завершим благоустроительные работы в квартале между Челюсина и Анадьрским проездом, которые начали в прошлом году.

Кстати, за последние годы Лосиноостровский район оказался в окружении полноценного паркового каркаса. Фактически единую территорию образуют парки Бабушкинский, «Торфянка», скверы вдоль

Изумрудной и Оборонной улиц, парки «Яуза» и «У Дзамгаровского пруда».

По словам главы управы, скоро в районе откроются два фитнес-клуба. Один — в ФОКе на Анадьрском проезде, который сейчас достраивают. Другой — в восстановленном кинотеатре, ныне районном центре «Орион». В нём также заработают спортивные и досуговые центры для жителей разных возрастов.

Теперь в очереди на долгожданную реконструкцию — кинотеатр «Арктика». Его передали на баланс парка «Яуза» и планируют открыть к концу 2025 года.

Андрей НЕФЁДОВ

Скоро в районе откроются два фитнес-клуба



Предоставлено пресс-службой префектуры СВАО

Проектное решение: такую площадку хотят сделать между домами 31-39 на Стартовой улице

В Марьиной роще стартовал конкурс эскизов для районной скульптуры

Жителей округа приглашают поучаствовать в конкурсе эскизов для будущей скульптуры — символа Марьиной рощи. На гербе района изображена девушка, которая олицетворяет красоту и грацию. Именно её и предлагают представить в своей интерпретации участникам конкурса.

Эскиз должен быть уникальным, обладать архитектурно-художественной выразительностью, учи-

тывать исторический контекст и соответствовать геральдическому описанию герба. Подробнее с положением конкурса можно ознакомиться на сайте m-roscha.ru.

Работы принимают до 26 апреля. Можно отправить их на эл. почту mromun@mail.ru или принести бумажный вариант по адресу: Старомарьинское ш., 14, в рабочие дни с 9.00 до 17.00.

Дмитрий ДОЙНИКОВ

Весь сезон в округе действовали более 50 лыжных трасс

«Снежная зима этого года стала настоящим подарком для любителей лыжного спорта. В этом году они могли выбрать любую из 400 лыжных трасс общей протяжённостью более 500 км», — написал в своём блоге Сергей Собянин, оглядываясь на уходящую зиму. Настоящим открытием сезона в этом году, по мнению мэра Москвы, стали семь трасс в национальном парке «Лосиный Остров». Две из них были организованы в северо-восточной части лесопарка со стар-

том в Ярославском районе.

Как сообщил префект СВАО Сергей Мельников, всего в СВАО в этом сезоне проложено 52 лыжные общей протяжённостью 80 км. Благодаря работам по благоустройству парковых территорий в округе удалось организовать 10 новых лыжных трасс. Так, в Лосином Острове сделали две замкнутые трассы длиной 24,5 и 7,2 км со стартом и финишем на улице Красная Сосна. Открыли там и пункт проката. Ещё одна большая,

семикилометровая, трасса появилась в парке «Яуза» на участке вдоль Юрловского проезда. Также лыжные маршруты проложили в недавно благоустроенных парках «Долгие пруды» и «Акведук», скверах вдоль Олонецкого проезда и на Северодвинской улице.

На стадионе «Свиблово», который полностью обновили в прошлом году, действует лыжня с искусственным освещением. Там есть раздевалка и пункты проката спортивного снаряжения. Кроме того, две

лыжни проложены рядом со стадионом — в сквере вдоль Тенистого проезда.

Для тех, кто только встаёт на лыжи, проложили небольшие трассы на школьных территориях.

В спортивно-досуговом центре «Кентавр» для детей организованы секции лыжного спорта. Если ребёнок не успел записаться в течение сезона, не беда: лыжники занимаются круглый год, как раз будет время набрать спортивную форму к следующей зиме.

Андрей НЕФЁДОВ

ТЕСТОВОЕ ГОЛОСОВАНИЕ

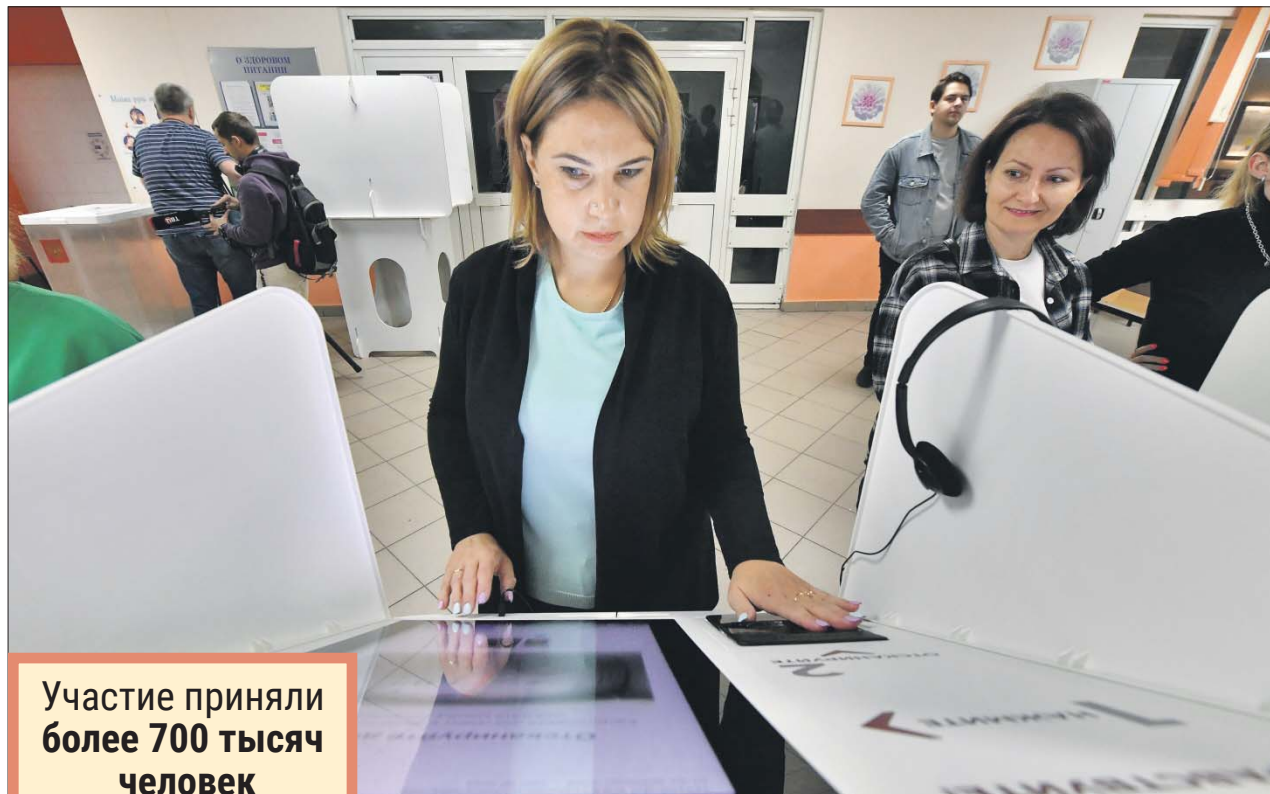
В Москве проверили электронные терминалы на участках и систему ДЭГ

Москва проверила работоспособность систем онлайн-голосования и очного. Решение о проведении тестирования приняли на заседании общественного штаба по наблюдению за выборами.

Тестовое голосование проходило 2 марта с 10.00 до 14.00. В электронном формате проголосовали 713 тысяч человек, ещё около 4 тысяч — с помощью бумажных бюллетеней.

Смоделировали разные ситуации

По словам начальника управления по совершенствованию территориального управления и развитию смарт-проектов Правительства Москвы Артёма Костырко, такой тест позволил проверить готовность системы к трёхдневному голосованию на выборах Президента России. В ходе тестирования москвичи смогли познакомиться с особенностями процесса голосования. А разработчики проверили скорость обновления информации, удобство интерфейса и процедуру онлайн-голосования и голосования через терминалы. За счёт того, что тест проводили в течение короткого временного интерва-



Участие приняли более 700 тысяч человек

Сергей Киселев/Агентство «Москва»

Для тестирования открыли по одному избирательному участку в каждом районе

ла, удалось создать максимальную нагрузку на все системы. Кроме того, на ряде участков провели стресс-тесты, чтобы проверить готовность сотрудников и оборудования к экстренным ситуациям.

— Это могут быть, например, пиковые нагрузки, когда очень много людей голосует в определённые часы: обычно это происходит до

начала и после завершения рабочего дня, — отметил Костырко.

Задали вопрос о тополях

Участие могли принять все совершеннолетние граждане, имеющие постоянную регистрацию в столице. Голосовать можно было онлайн или на избирательном

участке — с помощью терминала для электронного голосования либо используя бумажный бюллетень. Для этого в каждом районе города открыли по одной участковой избирательной комиссии. Их перечень был размещён на сайте Мосгоризбиркома, отметила председатель Московской городской избирательной комиссии Ольга Кириллова.

Тестовый вопрос был выбран на заседании общественного штаба.

— В результате обсуждения мы остановились на таком варианте: «Нужно ли в Москве вырубать тополя, чтобы избавиться от тополиного пуха?» — рассказал руководитель общественного штаба по наблюдению за выборами и руководитель корпуса наблюдате-

лей Общественной палаты г. Москвы Вадим Ковалёв.

Итоги голосования подвели в тот же день. Вот как распределились голоса между тремя предложенными вариантами ответов: «Топolia надо вырубать и высаживать на их место другие деревья» — 37%, «Решение надо оставить специалистам» — 32%, «Топolia не надо вырубать» — 31%.

Андрей ТОМЦЕВ

Благоустройство

На улице Академика Королёва появится бульвар с фонтаном

Пешеходную зону обустроят у жилого комплекса на улице Академика Королёва. Об этом сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Андрей Бочкарёв.

— Протяжённость бульвара, расположенного с внешней стороны новостройки, составит 300 метров. Будет выполнено декоративное мощение, высадят рябины и дубы. На центральной площади строят фонтан, вода в котором поднимется на высоту до 5 метров, — отметил Бочкарёв.

По его словам, благоустроенная территория на границе районов Останкинский и Марфино будет открыта для всех.

А главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов добавил, что сейчас частный застройщик завершает отделку фонтана, устанавливает клумбы из архитектурного бетона. Кустарники и деревья высадят в июне. Во внутреннем дворе дома разместят детский городок и спортивную площадку с тренажёрами. Завершить благоустройство планируют в этом году.

Светлана ДОЛГОВА

Год семьи

Семья из Марьиной рощи выполнила очередное задание

В России в честь Года семьи запустили большой проект «Всей семьёй». Раз в неделю семьи-участницы получают несложные задания, которые нужно выполнить и выложить фотографию в соцсетях.

В акции участвует семья Долотовых с Тихвинской улицы. 38-летняя Ольга и 43-летний Сергей воспитывают семерых детей. Игорь, Илья, Артемий, Алексей и Михаил — школьники. В следующем году в 1-й класс пойдёт Никита. А младшенькой Веронике — три года.

Дети и родители вместе любят гулять по Красной площади, кормить уток в Екатерининском парке. Летом ездят на дачу под Дубной, а там — грибы,

рыбалка! Традиционные и семейные обеды.

— Если варю борщ, то восьмилитровую кастрюлю, а булочки сдобы выпекаю десятками, — поделилась Ольга.

Долотовы выполнили уже много заданий: вместе лепили пельмени, устроили вечер чтения, провели активный день на улице. Последним заданием была совместная уборка квартиры накануне встречи весны. Следующее задание — поздравить женщин семьи с 8 Марта.

Акция будет идти до апреля, к ней можно присоединиться. Подробнее — на сайте vseysemyey.rf.

Оксана МАСТЮГИНА



Из личного архива

Участие в проекте «Всей семьёй» даётся Долотовым легко, ведь они всегда стараются проводить много времени вместе

Есть ли лёд на крыше?

Как должны убирать наледь с кровель и фасадов домов

В столицу пришло потепление: снег начал таять, на крышах и козырьках балконов из-за перепадов температуры образуются сосульки. Как должны с ними бороться, выяснил «ЗБ».

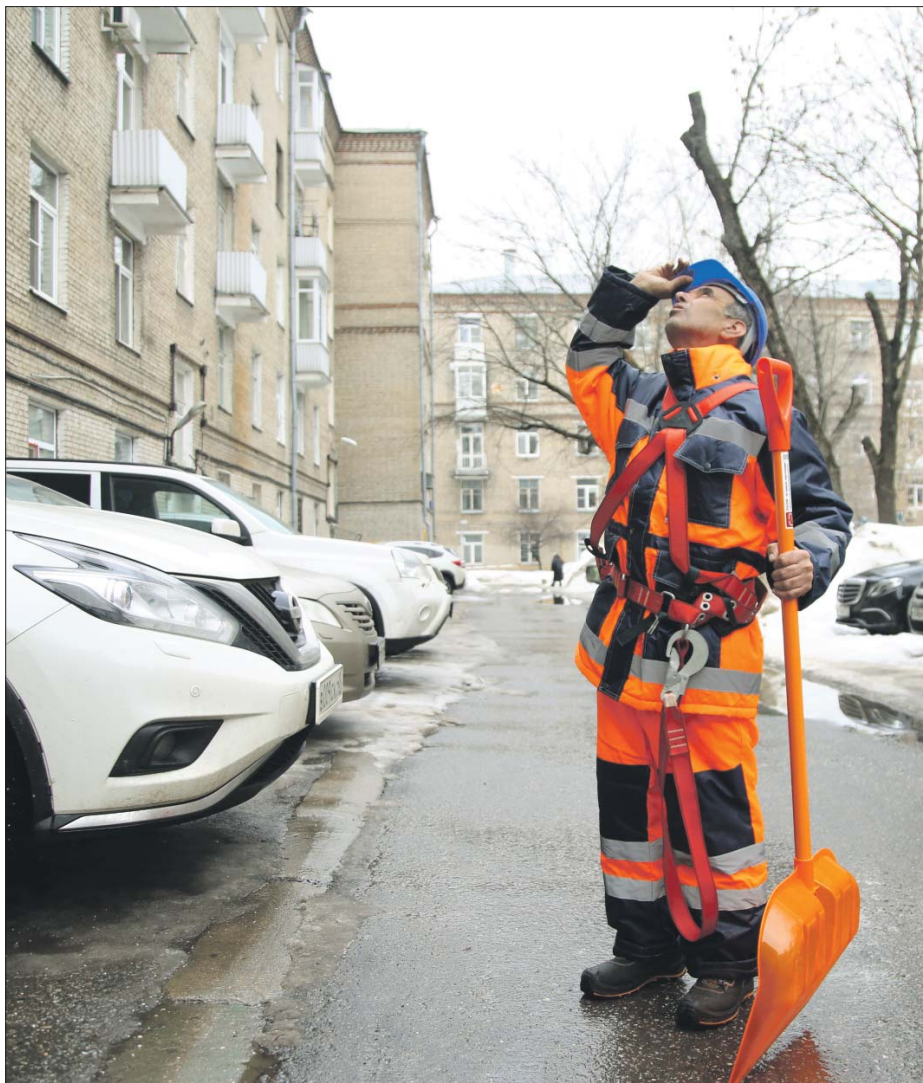
Малоэтажки на особом контроле

По словам первого заместителя главы управы района Марьино роща Константин Абрагимова, сосульки и ледяные глыбы появляются в основном на скатных крышах и в местах воронок наружного водостока либо на выступающих элементах фасада.

— Обычно скатные кровли имеются у старых и малоэтажных домов. В новостройках, как правило, делают плоские мягкие кровли с внутренним водостоком. Сосульки или ледяные насты снега на таких крышах почти не образуются, — отметил Абрагимов.

В Марьиной роще 230 домов, у 96 из них кровли скатные.

— В первую очередь работы проводят на зданиях, расположенных на крупных улицах, магистралях, возле метро. То есть там,



Роман Балаев

Осматривать здания положено каждый день

По заявке коммунальщики помогут сбить сосульки с личного балкона

где проходит много людей. Например, это пятиэтажки — дома 55, 63, 67 на Сушёвском Валу и 1, корп. 1, на Шереметьевской улице. А после этого принимаются за кровли домов в уединённых местах, — пояснил Константин Абрагимов.

Козырьки и водостоки

Начальники участков районного ГБУ «Жилищник» ежедневно проводят обход всей вверенной им территории и в том числе осматривают кровли.

— Если где-то заметят наледь, сразу же уберут, — подчеркнул первый заместитель главы управы.

Помимо крыш, коммунальщики должны сбивать сосульки с общих балконов, водостока, выступающих элементов фасада и козырьков подъезда. Сналедей борются специально обученные кровельщики в спецнаряжении. В арсенале у них пластиковые или деревянные лопаты, чтобы не повредить по-

крытие кровли или водосток.

— Перед началом работ часть здания внизу огораживают, а на подъездных дверях развешивают объявления, в которых просят собственников убрать автомобили подальше от дома. Конечно, если у коммунальщиков есть связь со старшим по дому или доступ к соседским чатам, они обязательно сообщат о планируемых работах, — рассказал Константин Абрагимов.

За что отвечают жильцы

А вот сбивать сосульки с карнизов балконов и окон квартир, с кондиционеров должны сами жильцы.

— Но далеко не все могут дотянуться до сосулек. Да и если кусок наледи большой, нужно быть крайне осторожным, чтобы, сбивая его, не навредить никому внизу, — продолжает Абрагимов. — В таких случаях можно позвонить в свою управляющую компанию и попросить коммунальщиков о помощи. Её окажут бесплатно, только будьте готовы впустить кровельщика в квартиру.

Увиденную на своём балконе сосульку надо сбивать сразу, не дожидаясь, пока она сама полетит вниз.

— Если она упадёт на автомобиль, его владелец может потребовать у «хозяина» сосульки компенсацию материального ущерба по суду, — подчеркнул Константин Абрагимов.

Если же от такой сосульки пострадает прохожий, то ответственность будет уже уголовной. Понять, откуда прилетела ледышка, полиция сможет по камерам видеонаблюдения либо опросив свидетелей.

Михаил КОФАНОВ

➤ **Пожаловаться на сосульки на крыше, козырьке подъезда, общедомовом балконе или вызвать кровельщика, чтобы он помог избавиться от наледи на личном балконе, можно через единую диспетчерскую службу: тел. (495) 539-5353. Если сосульки не сбивают, нужно обратиться в Жилищную инспекцию по СВАО: Снежная ул., 19, тел. (495) 656-6754**

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Что будет в бывшем детском саду на проезде Шокальского?



Что планируется сделать в детском саду за домом 20 на проезде Шокальского? Он не-сколько лет как высе-лен, но территория ухо-женная, дорожки чи-стят.

Юлия,
пр. Шокальского

В управе района Северное Медведково сообщили, что здание по адресу: пр. Шокальского, 18а, находится в ведении ГБОУ дополнительного образования г. Москвы «Центр детского и юношеского творчества (ЦДЮТ) «Бибирево». Сейчас в здании ведётся текущий ремонт, в ближайших планах — благоустройство прилегающей территории. Планируется, что занятия здесь начнутся в следующем учебном году.

— Это будут занятия для детей и взрослых на бюджетной и внебюджетной основе. Также откроются группы для участников «Московского долголетия» — например, по велоспорту, шахматам, каратэ, танцам, рисованию, по игре на музыкальных инструментах и изучению языков, — рассказал «ЗБ» директор ЦДЮТ «Бибирево» Александр Моргунов.

Маргарита
ИВАНОВА

➤ **Управа района Северное Медведково: пр. Шокальского, 30, корп. 1, тел. (499) 476-7786. Эл. почта: nmespr@svao.mos.ru**

СИТУАЦИЯ

В дом на улице Бестужевых пробрались мыши

В редакцию обратилась жительница дома 8 на улице Бестужевых. «Больше месяца грызуны бежали к нам по трубам канализации. Мы отраву купили, мышеловки расставили. Девять мышей поймали! Переживаем, что это продолжится. Можно ли в доме провести дератизацию?» — спрашивает Марина Георгиевна.

Вопрос читательницы «ЗБ» задал сотрудникам де-

зинфекционной станции №6 ГУП «Московский городской центр дезинфекции» (МГЦД), обслуживающей этот дом. По словам биолога Тараса Щербины, о проблеме уже знают.

— В январе проводили плановую профилактическую дератизацию, в подвале и в мусорокамере разложили отравленную приманку, — рассказывает специалист. — В начале февраля

пришли проверить и нашли несколько погибших мышей. Поэтому провели дератизацию ещё раз. И на днях собираемся провести ещё одну — для закрепления эффекта.

Если жители хотят провести дератизацию в своей квартире, то они должны делать это за свой счёт.

— Спровоцировать нашествие мышей могло нарушение герметичности меж-

этажных перекрытий, вызванное капитальным ремонтом дома. Ведь мыши перемещаются именно таким путём в отличие от крыс, которых больше привлекают подвалы, мусорокамеры и контейнерные площадки, — поясняет биолог. — Также возможна миграция мышей во время холодов из ближайшего сквера или лесопарка в поисках пропитания. Не исключено, что кто-то мог при-

вести грызунов в конце осени с дачи — например, в мешках с картофелем.

По словам специалиста дезстанции, в соответствии с требованиями санитарного законодательства обработку жилых домов от грызунов проводят раз в месяц круглый год. А дворы обрабатывают ежемесячно с апреля по октябрь включительно. Для этого каждая управляющая компа-

ния (УК) заключает договоры с организациями дезинфекционного профиля.

Внепланово грызунов травят по заявлениям жильцов. Для этого нужно обратиться в свою УК или в единую диспетчерскую по тел. (495) 539-5353. На обращение сотрудники ГУП МГЦД должны отреагировать в течение трёх рабочих дней.

Михаил КОФАНОВ

Участники благотворительного фонда «Врачи, вы не одни» отправляют на фронт тактические аптечки и медицинские рюкзаки для военфельдшеров. Всё необходимое приобретают на пожертвования. Среди самых активных помощников — Наталья Емельянова из Останкинского района. Она рассказала, какую помощь могут оказать жители округа.

Нужны автоволонтеры

Наталья Емельянова живёт на улице Цандера. Она много лет проработала в текстильных компаниях. Сейчас рабочий график позволяет посвящать время волонтерским делам.

— В группу «Врачи, вы не одни» я вступила в январе прошлого года. Им был нужен автоволонтер и помощник на склад, — рассказывает Наталья.

С тех пор она почти не появляется дома. Работает в ночную смену, а днём закупает медикаменты, доставляет их на склад в подмосковной Балашихе и сортирует.

— Домашнее хозяйство пришлось пока забросить, благо сын уже взрослый, а муж относится с по-

Волонтер Наталья Емельянова со своей любимой собакой Буней



Роман Балаев

Рюкзак фронтового врача

Благотворительный фонд комплектует наборы для оказания первой помощи



Задача волонтеров на складе — правильно разложить подготовленные медсредства по отделениям рюкзака

ниманием. Чаще всего меня теперь видит собака, её нельзя обделять вниманием, — говорит Наталья.

Ежедневно нужна помощь автовладельцев, чтобы забирать в разных точках Москвы заказанные медикаменты, жгуты и отвезти их в Балашиху.

Помощники на складе

На складе в Балашихе опытные участники фонда комплектуют тактические аптечки для бойцов и рюкзаки для медиков, которые оказывают первую помощь раненым на поле боя. Но каждую субботу здесь нужны дополнительные помощники. Работа начинается в десять утра.

— В медрюкзаке несколько отделений. В них нужно класть па-

За неделю добровольцы собирают до 2 тысяч тактических аптечек

кетки с наборами из таблеток, с ампулами, с противоожоговыми препаратами, — объясняет Наталья. — Такие наборы мы подготавливаем в течение недели: сортируем, подсчитываем, раскладываем. По субботам волонтерам остаётся их только разложить в нужные отделения рюкзаков и в индивидуальные аптечки.

Фонд также выполняет конкретные заявки.

— Нам сообщают перечень медикаментов, которые особенно нужны бойцам в данный момент. Я их закуплю, формирую заказы, затем мы отправляем их почтовым сервисом на линию фронта, — рассказывает волонтер. — Очень не хватает мужских рук, ведь большинство коробок объёмные и тяжёлые.

Важен вклад каждого

За неделю волонтеры фонда «Врачи, вы не одни» собирают около 2 тысяч аптечек и 150-200 медрюкзаков. Это серьёзная помощь фронту. А закупать всё необходимое помогают подписчики телеграм-канала, их почти 12 тысяч.

— Жертвуют разные суммы: от 100 рублей до нескольких тысяч — исходя из своих возможностей. Важен вклад каждого, — подчёркивают координаторы движения.

Также в группе состоят неравнодушные предприниматели, которые помогают оплачивать дорогостоящие лекарства и большие партии аптечек. Это московские компании: одна занимается строительством, вторая связана с сельским хозяйством. Есть также благотворитель с Камчатки. Все они сами узнали о волонтерском движении и стараются помогать регулярно — каждый месяц.

Подробная информация и форма обратной связи — в телеграм-канале «Врачи, вы не одни» t.me/vrachivynedni. Сайт: vrachivynedni.ru.

Читатели, которые готовы оказать поддержку, но не пользуются мессенджерами, могут обратиться на горячую линию редакции по тел. (499) 647-6831, и мы поможем связаться с волонтерами.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

В Марфине плетут масксети и льют блиндажные свечи для бойцов

Сообщество «Сердце Марфино» объединяет жителей района, которые оказывают поддержку нашим бойцам: плетут маскировочные сети, льют окопные свечи, передают военнослужащим нательное бельё, перчатки, средства гигиены, лекарства, продукты и многое другое. С недавнего времени волонтеры организовали сбор новой детской одежды и обуви для воспитанников детдома в посёлке городского типа Мирное под Донецком.

Жители Марфина с начала СВО помогали нашим бойцам через другие волонтерские организации. Свою создали после того, как 2 декабря 2022 года погиб участник спецоперации из Марфина — офицер, воспитатель кадетского класса школы №1494 Алексей Заплетнюк.

— В школе организовали уголок памяти героя. Установили мемориальную доску, разместили его военную форму и личные вещи. На открытие пригласили сослуживцев Алексея. Его коллеги, знакомые, родители учеников предложили бойцам помощь, которая оказалась очень кстати, — рассказала участница сообщества Зинаида Авдошкина.

Сегодня в волонтерской группе 85 человек. С ноября прошлого года они сплели 39 масксетей по 6 «квадратов» каждая, изготовили больше 2 тыс. блиндажных свечей.

— Был случай, когда за вечер нужно было собрать средства для закупки крупной партии кровостанавливающих жгутов-турникетов. И ребята справились! — отметила Авдошкина.

Волонтерскую группу возглавляет Ирина Радостина. Благодаря её активности сбор нужных вещей, процесс изготовления свечей и масксетей идёт непрерывно. В числе волонтеров люди разного возраста. Например, Нина Пелевина — председатель первичной ветеранской организации. Ей не в тягость дважды в неделю приходить в пункт плетения сетей.

Присоединиться к сообществу могут все желающие. Добровольцев ждут в центре помощи по адресу: Большая Марфинская ул., 4 (1-й этаж). Сюда можно принести вещи, продукты и лекарства. Пункт плетения сетей открыт в помещении Совета ветеранов на ул. Академика Королёва, 28, корп. 1. Справки по тел. (495) 619-7405, (495) 619-3145.

Оксана МАСТЮГИНА



К участникам сообщества «Сердце Марфино» можно присоединиться

Предоставлено сообществом «Сердце Марфино»

Без пяти минут мастер

В колледжах округа стало больше практики на предприятиях

В колледжах СВАО начинаются дни открытых дверей, где абитуриенты и их родители смогут ознакомиться с разными направлениями обучения. Но их всех объединяет то, что в программы включают всё больше практики, ориентируясь на запросы конкретных предприятий.

Взяли сразу после выпуска

В колледже современных технологий им. Героя Советского Союза М.Ф.Панова на Ярославском шоссе готовят монтажников электросетей, сварщиков, наладчиков КИП, теплоэнергетиков.

— С ПАО «МОЭК» у нас совместный проект по подготовке кадров под запрос работодателей. На производстве уже ждут наших ребят, — говорит директор Александр Лунькин.

Например, Никита Исаков получил профессию «электромонтажник электрических сетей и электрооборудования». Талантливый парень заметили во время учебной практики на производстве и пригласили на работу сразу после выпуска. По его словам, начал с зарплаты 70 тыс. рублей. Сейчас он работает в строительной компании, а студенты родного колледжа учатся у него как у руководителя практики.

Число предприятий, с которыми сотрудничает колледж, постоянно растёт.

— В этом году нашим партнёром стала компания «Микрон» — крупнейший в России производитель микрoeлектроники, — привёл пример директор.

Строитель широкого профиля

Московский колледж архитектуры и градостроительства на Анадьрском проезде

заключил договоры на прохождение практики и дальнейшее трудоустройство выпускников с несколькими крупными строительными компаниями, а также с ГК «Самолёт» и ГБУ «Автомобильные дороги».

— Практика начинается с 1-го курса: сначала в мастерских колледжа, затем на предприятии, — пояснила директор Екатерина Алдошина. — Многие трудоустраиваются на 2-3-м курсах. Таким студентам мы даём возможность совмещать обучение и работу.

Протирать штаны за партой некогда: практика начинается с 1-го курса

Например, по индивидуальному графику учится студент 4-го курса Александр Дорошков, который осваивает специальность «строительство и эксплуатация зданий и сооружений». На 2-м курсе по итогам аттестации он стал маляром и штукатуром 2-го разряда, проявил себя на чемпионатах «Московские мастера», так что без труда устроился на работу в одну из столичных строительных компаний.

Освоят новое оборудование

В числе партнёров политехнического колледжа им. Овчинникова в Бибиреве — предприятия госкорпорации Ростех и другие ведущие машиностроительные и конструкторские производства. При выпуске студенты могут претендовать на 3-4-й разряды.

— Мы приветствуем желание ребят трудоустраиваться и готовы выстраивать индивидуальный учебный график, — говорит директор Ирина Мордвинова. — Сейчас так учатся около 200 студентов.

Девятнадцатилетний Родион Киясов окончил колледж в прошлом году по специальности «оператор станков с программным управлением». В колледже он изучал разные стратегии обработки материалов. Благодаря большому количеству практики ещё до выпуска он стал работать фрезеровщиком-универсалом на оборонном предприятии.

Есть в колледже необычный студент — 49-летний Владимир Рошин. У него высшее техническое образование, хорошая работа. Но, побывав вместе с сыном на дне открытых дверей, решил снова сесть за парту: увлекли новые технологии. Правда, срок обучения, конечно, не такой, как у вчерашних девятиклассников, а всего 10 месяцев.

— Сейчас в колледже идёт обновление материально-технической базы. Мы получили крупную партию оборудования для модернизации лабораторий физики и химии, оборудование по материаловедению и метрологии, — добавила директор.

Ольга
СОКОЛОВА

Дни открытых дверей

Колледж современных технологий им. Героя Советского Союза М.Ф.Панова: **16 марта** в 11.00 на Хибинском пр., 10.

Политехнический колледж им. П.А.Овчинникова: **16 марта** в 11.00 на Бибиревской ул., 6, корп. 1.

Московский колледж архитектуры и градостроительства: **6 и 20 апреля** с 11.00 по адресам: Анадьрский пр., 79, стр. 1; ул. Руставели, 10, корп. 1



Никита Исаков работает в строительной компании и ведёт практику у студентов родного колледжа

Предоставлено колледжем современных технологий им. Героя Советского Союза М.Ф.Панова

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

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

НАМ 19 ЛЕТ!

Акция действительна ТОЛЬКО до 15.03.2024

При высоком качестве — низкие цены! Звоните, приходите и убедитесь! **предъявителю СКИДКА:**

20% на лечение
11% на протезирование
10% на хирургию и имплантацию
5% на детскую стоматологию*

- Лечение зубов под МИКРОСКОПОМ
- ЛАЗЕРНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ
- Лечение аппаратом «Вектор»

Цены для предъявителя купона:

- Консультация, составление комплексного плана лечения **БЕСПЛАТНО!**
- Панорамный рентген **470 р.**
- Пломба светоотверждаемая, Composite **950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР) **9900 р.**
- Винир Е-Маш **12 800 р.**
- Съёмный протез (отечественный) под ключ ~~14 000 р.~~ **10 900 р.**

Только до 15.03.2024 г.

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
(имплант OSSTEM + циркониевая коронка) —

34 000 руб !!!

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

Компьютерная томография зубов 3D.....2500 р. **(790!!!)**

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Скидки действуют при оплате наличными!

* Скидка распространяется на детей до 14 лет

Радуга Звуков

Слуховые аппараты

Оперативное изготовление и ремонт вкладышей

ст. м. «Медведково», ул. Грекова, 4

8 (499) 476 73 49, 8 (903) 103 70 93



Центры хорошего слуха

ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН
www.radugazvukov.ru

ОПЕРАТИВНОЕ ИЗГОТОВЛЕНИЕ И РЕМОНТ ВКЛАДЫШЕЙ

реклама 0120

реклама 0096

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

ХРОНИКА «02»

В Бутырском задержали грабителей

На Большой Новодмитровской улице двое незнакомцев потребовали у 38-летнего местного жителя отдать деньги и ценности, угрожая в случае отказа толкнуть жертву под колёса машины. Мужчина отдал рюкзак и телефон. А потом обратился в полицию. Грабителей 38 и 39 лет задержали. Возбуждено уголовное дело, фигуранты взяты под стражу.

В Бибиреве поймали закладчицу

На улице Плещеева сотрудники полиции задержали подозрительную женщину. Выяснилось, что эта 35-летняя местная жительница сделала в подъездах неподалёку семь тайников с метадонами. Закладки обнаружены, наркотики изъяты. Возбуждено уголовное дело.

Угрожал зажигалкой в Северном

Вечером у метро «Физтех» 19-летнему москвичу незнакомец стал угрожать предметом, похожим на пистолет. После того как парень отдал дорогой смартфон, потребовал следовать за ним. На Долгопрудной аллее юноша смог убежать, он попросил прохожего позвонить в полицию. 36-летнего грабителя задержали на той же улице, у него изъяли похищенный телефон, кухонный нож и зажигалку в виде пистолета.

Анна
ГОНЧАРОВА

Кредиты на имя покойницы

После смерти матери студент из Марфина пустился во все тяжкие

В марфинской семье случилось горе: 53-летний мужчина потерял жену. Они с сыном стали учиться жить без неё. Парень — студент 3-го курса колледжа — клянчил деньги на карманные расходы, но отец еле сводил концы с концами. А спустя две недели после несчастья ему вдруг позвонили из банка...

Пароли сохранились в браузере

Голос в телефонной трубке сообщил:

— На имя вашей жены оформлены кредиты на большую сумму.

— Не несите чушь! — оборвал разговор вдовец, подумав, что звонят мошенники.

Но настоящий шок он испытал, когда вскоре в квартиру нагрянули полицейские. Сын в это время был дома и увиливать не стал. Он признался, что однажды мама заходила с его телефона в «Личный кабинет» на сайте своего банка. Данные для входа остались в истории браузера.

— Обвиняемый вставил сим-карту из телефона матери в свой телефон, зашёл в мобильное приложение банка и подал заявку на кредит в размере около 100 тысяч рублей. Через пять минут кредит был одобрен, деньги поступили на счёт матери. Сын тут же перевёл средства на свою карту, — рассказали «ЗБ» в Останкинской межрайонной прокуратуре.

Молодой человек всю неделю катался на такси, покупал одежду, вкладывал деньги в развитие персонажей в видеоиграх. Когда

деньги кончились, он взял новый заём: частью средств погасил первый кредит, остальное снова потратил на развлечения. Затем взял ещё и ещё... Суммы росли в геометрической прогрессии.

Парень катался на такси, тратил деньги на одежду и развлечения

Оформил заявок на 7 миллионов

В банке заподозрили неладное. За два месяца через мобильное приложение были оформлены 11 кредитных заявок на общую сумму 7 млн.

— Клиентка, на имя которой всё было оформлено, имела хорошую кредитную историю, поэтому кредиты были одобрены. Но такое количество и большая разница в суммах привлекли внимание. Служба внутренней безопасности начала проверку — так и выяснилось, что клиентка умерла за несколько дней до первой заявки, — пояснили в прокуратуре.

Для отца это стало страшным ударом. Сын всегда отличался отзывчивостью и дружелюбием, дурных привычек не имел, хорошо учился — хотел стать фельдшером. По словам отца, семья была очень дружной. Мужчина считает, что так на сыне сказало горе от потери матери, и надеется, что наказание не будет строгим. Сын сразу раскаялся. Однако прокуратура направила уголовное дело в суд. За мошенничество в особо крупном размере юноше может грозить до 10 лет колонии.

Анна
ГОНЧАРОВА



Igor Bastakov/Фотобанк Лори

Почти миллион юноша спустил на снаряжение для персонажа компьютерной игры

ДТП

Авария на Огородном проезде

23 февраля в восемь вечера 20-летний парень на ВАЗе не уступил дорогу «Лексусу» у дома 14 на Огородном проезде. Произошло столкновение, пострадал водитель ВАЗа. Скорая увезла его в больницу с подозрением на сотрясение мозга и ушиб бедра.

Не уступил дорогу в Отрадном

26 февраля в одиннадцать утра у дома 8 на улице Римского-Корсакова водитель автопогрузчика не уступил дорогу попутному «Мерседесу», когда перестраивался в соседний ряд. В аварии пострадал 32-летний водитель легковушки. Он обратился в поликлинику с жалобой на ушиб кисти.

Столкнулись на улице Хачатуряна

27 февраля в два ночи 25-летний мужчина на «Шкоде» ехал по улице Хачатуряна и на перекрёстке с Алтуфьевским шоссе не уступил дорогу «Киа». При столкновении пострадал водитель «Шкоды», он сам обратился в больницу с ушибами грудной клетки и плеча.

Отдел Госавтоинспекции УВД по СВАО

В Северном Медведкове обрушился навес над стоянкой

На охраняемой парковке на Студёном пр., вл. 7-9, на автомобиле упал навес, прикрывающий один ряд машино-мест.

— В соцсетях эта новость вызвала небывалый ажиотаж. Писали, что повреждены около 30 автомобилей, — рассказывает Анна Петрова, представитель организации, обслуживающей парковку. — Но на самом деле — 15 автомобилей. У некоторых ма-

шин повреждения незначительные, у других — серьёзные. Однако всё подлежит восстановлению. Среди людей пострадавших нет.

Обрушился навес под тяжестью снега.

— Наша компания занимается только уборкой дорожного покрытия, работой видеонаблюдения, шлагбаума. А навесы вместе с машино-местами являются частной

собственностью автовладельцев. Навесы старые, пластиковые, мы предупреждали, что этот ряд машино-мест признан аварийным. Из-за того что водители не убирали с навеса снег, пластик не выдержал, — пояснила Петрова.

Сейчас в ситуации разбираются страховые компании.

Михаил
КОФАНОВ

Связать полезный подарок легко

«Право на чудо» помогает родителям недоношенных малышей

Родители, чьи дети родились раньше срока, стараются помочь крохам как можно быстрее догнать своих сверстников в развитии. Им помогает благотворительный фонд «Право на чудо». За последние семь лет здесь получили помощь больше 100 тысяч семей со всей страны. Организации нужны волонтеры.

Тепло и спокойно

Фонд основала москвичка Наталья Зоткина. В своё время она сама родила двойню раньше срока. Спасти удалось только одного малыша.

— Родителям в подобной ситуации часто не хватает моральной поддержки, — говорит Наталья. — У нас семьи получают комплексную информационно-психологическую помощь.

А ещё фонд привлёк волонтеров-рукодельниц. Они вяжут для грудничков тёплые пледы, шапочки, носочки, жилеты, терапевтические игрушки.

— В шерстяных вещах малышу тепло, и он расходует энергию на рост и развитие, а не на то, чтобы согреться, — объясняет Наталья. — А терапевтические игрушки в виде осьминожков, или, как мы их называ-

ем, осьминожек, нужны для того, чтобы малыши, которые в больницах подключены к аппаратам, ненароком не отсоединили какой-нибудь проводок. Осьминожку вкладывают в ручки, ребёнок перебирает щупальца, и ему становится спокойно. Эти игрушки делаем из хлопковой пряжи.

Полчаса на плед

33-летняя Татьяна Колесникова из Останкинского района работает делопроизводителем, помогает фонду начала год назад.

Грудничкам в больницах нужны особые игрушки-осьминожки

— Поймала себя на мысли, что живу как потребитель, а хочется быть полезной людям, — призналась Татьяна. — Фонд «Право на чудо» выбрала потому, что на изготовление одного изделия тратится не более полутора часов. И все нужные для вязания предметы не занимают много места, мож-



Татьяна Колесникова делает пледы из гипоаллергенной пряжи



Терапевтические игрушки востребованы во многих роддомах

Предоставлено БФ «Право на чудо»

Роман Балаев

но даже положить в карман. Например, полетела я в командировку в Чебоксары — из самолёта вышла с готовой парой носочков.

Больше всего Татьяне нравится делать пледы. Их вяжут из мягкой гипоаллер-

генной пряжи, без спиц. Всего полчаса — и мягкое, яркое покрывало размером 40х40 см готово.

Чтобы начать делать вещи для недоношенных малышей, не обязательно иметь опыт в вязании.

Схемы шерстяной одежды и осьминожек представлены на сайте фонда pravonachudo.ru (раздел «Как помочь», вкладка «Чудо-волонтеры»). Важно внимательно отнестись к выбору пряжи, требова-

ния детально описаны под схемами вязания. Кстати, закупить и передать пряжу — тоже один из вариантов поддержки фонда.

Вопросы можно задать по тел. **8-800-555-2924**.

Оксана МАСТЮГИНА

Читатели «ЗБ» отправили посылки нуждающимся

В последний месяц зимы «ЗБ» писал о тех, кто нуждается, и тех, кто им помогает. Заметки нашли отклик у читателей.

Волонтеру из Марфина Ларисе Гагочкиной переда-

ли вещи для подопечных социального дома «Монасеино» (vk.com/monaseinoclub).

— Набралась целая машина, — говорит Лариса. — Две пенсионерки из Южного Медведкова поделились подушками

для взрослых и пелёнками, жителяница Лианозова отдала много тёплых мужских вещей, а ветеран из Останкинского района передал сладости.

По словам волонтера, мужские куртки и обувь, постель-

ное бельё, лекарства, средства гигиены, продукты с длительным сроком хранения подопечным нужны всегда. Связаться с ней можно по тел. **8-926-113-7364**.

Несколько читателей после-

довали примеру многодетной мамы из Отрадного, которая отправляет посылки малоимущим семьям в разные города. О ней мы писали в заметке про благотворительный фонд «Русская берёза» и его проект

«Отдам добрым людям» (t.me/rushbereza, vk.com/russia.bereza). Посылки были собраны активными родителями из районов Алуфьевский, Отрадное, Южное Медведково.

Ольга СОКОЛОВА

Давайте поможем друг другу!

Если кто-то бескорыстно поможет вам, если кому-то помогли вы, напишите нам об этом. Есть ещё много людей, которым нужна помощь!

Присылайте письма на электронный адрес: dobroedelo@zbulvar.ru (в теме укажите: «Звёздный бульвар»)



ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР

ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

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



БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ

8 (499) 938-49-28

сплайн.рф
СПЛАЙН

Редакция газеты в своей работе использует лицензионную Справочную Правовую Систему КонсультантПлюс.

Услуги по обслуживанию Системы КонсультантПлюс оказывает информационный центр «Сплайн»

www.debet.ru

сплайн.рф

(495) 580-2-555

КонсультантПлюс
надежная правовая поддержка

СТОМАТОЛОГИЯ «СОВЕРШЕННАЯ УЛЫБКА»

СОБСТВЕННАЯ зуботехническая лаборатория, поэтому **ВСЁ дешевле, качественнее, быстрее для ВАС!**

ОРТОПЕДИЯ – 10% ТЕРАПИЯ – 15% УДАЛЕНИЕ БЕСПЛАТНО**

ИННОВАЦИОННОЕ ИЗГОТОВЛЕНИЕ СЪЕМНЫХ ПРОТЕЗОВ

С 9.00 до 21.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ!

ООО «Дионис»
ЛО-41-01137-77/00305519
www.perfect-dent.ru
***при протезировании
***подробную информацию уточняйте у администратора
М. «Свиблово», ул. Снежная, д. 27/1, тел.: 8 (499) 186-89-01, 8 (499) 460-60-75

НАС ЦЕНЯТ ЗА ВЫПОЛНЕННЫЕ ОБЕЩАНИЯ

ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ СКИДКА – 10%*

Скидки не суммируются
* Действует только при оплате наличными.
Скидки действуют до 30.04.2024

ИМПЛАНТ КОРЕЯ – 20 000 р.***
КОРОНКА НА ИМПЛАНТ ИЗ ЦИРКОНА 40 000 р. – 20 000 р.***
АКРИЛОВЫЙ ПРОТЕЗ 30 000 р. – 10 000 р.***
АКРИ-ФРИ ПРОТЕЗ 40 000 р. – 20 000 р.***
БЮГЕЛЬНЫЙ ПРОТЕЗ 40 000 р. – 20 000 р.***
КОРОНКА МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКАЯ 13 000 р. – 5000 р.***
КВАДРОТТИ (Quattro Ti) ПРОТЕЗ 40 000 р. – 20 000 р.***
ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА 25 000 р. – 13 500 р.***

Успейте на грандиозные скидки!
Только у нас и только этой весной!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

В строящемся на Берёзовой аллее храме летом начнутся службы

Архиепископ Матфей рассказал об уникальных церковных проектах, которые реализуют в округе

Архиепископа Егорьевского Матфея (Копылова) много обязанностей, или, как говорят в Церкви, послушаний. Он управляет тремя викариатствами Москвы — Северо-Восточным, Юго-Восточным и Северным. Он возглавляет церковную комиссию по развитию паломничества и принесению святости. И наконец, он настоятель трёх приходов, в том числе храма Троицы Живоначальной в Свиблове. В этой старинной усадьбе находится его небольшая резиденция с образом Спаса и портретами всех русских патриархов. Там мы и встретились.

О чём просят прихожане

— Как вам удаётся при таких нагрузках всё успевать?

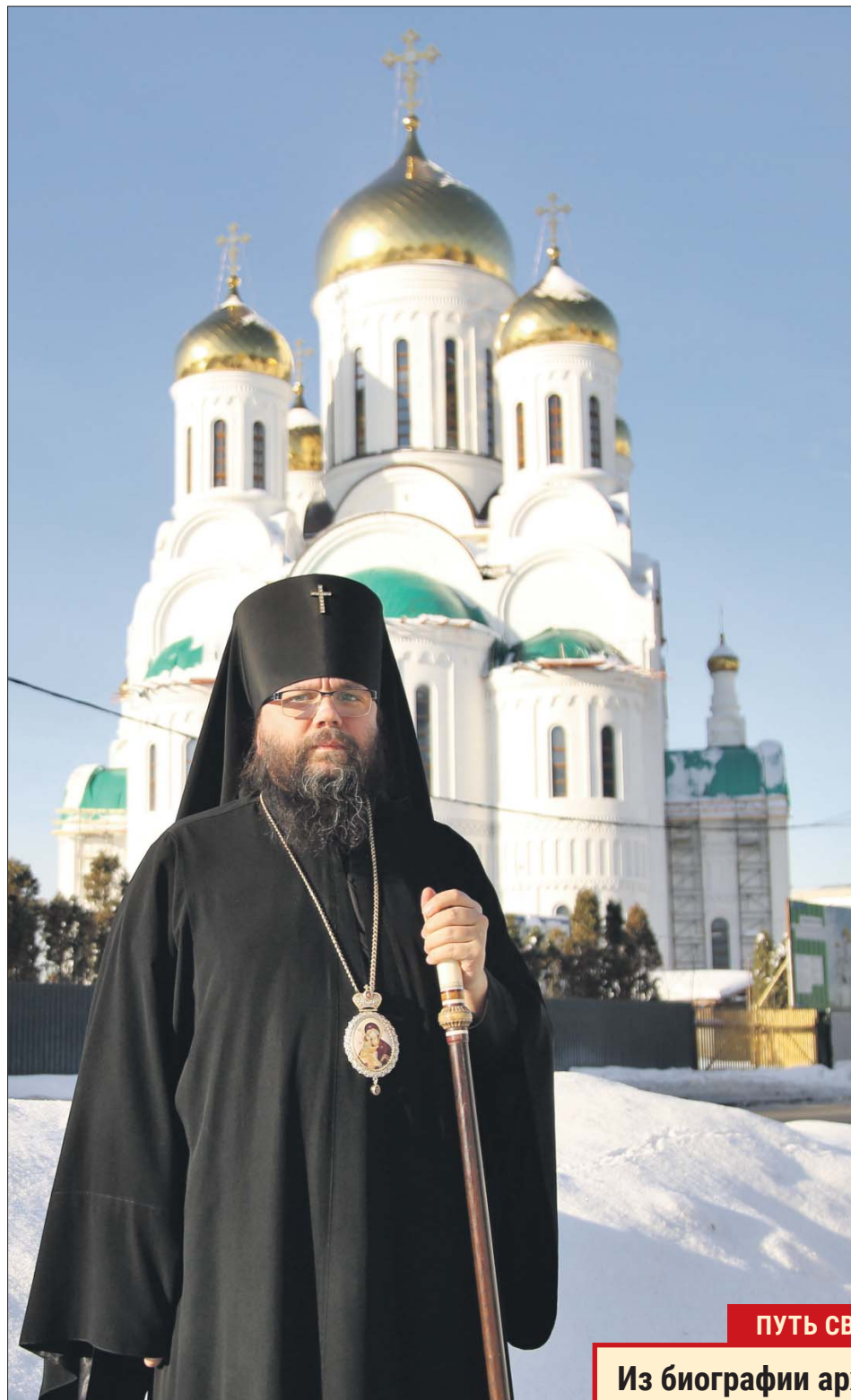
— Я тут не первопроходец, и мои обязанности не исключительное явление. В Москве практически каждый викарий, то есть помощник Святейшего Патриарха, несёт ещё и дополнительную нагрузку — руководит либо синодальной, либо епископальной структурой. Успевать помогает эффективно выстроенная Святейшим Патриархом система работы. По каждому направлению есть квалифицированные помощники.

— Вы часто выезжаете в округа?

— Хотя бы один раз в неделю посещаю каждое из трёх викариатств. В течение года получается около двухсот богослужений с моим участием. Плюс объезд строящихся в округах храмов вместе с куратором «Программы-200» Владимиром Ресиным.

— А непосредственно с прихожанами общаетесь?

— Конечно. После каждого богослужения у нас беседы с настоятелем, с другими клириками, с прихожанами, они делятся проблемами, такой контакт очень важен. Но сначала — Божественная литургия, когда все объединяются в молитве, в таинстве, и это особым образом всех



Храм Успения Пресвятой Богородицы в Останкинском районе станет одним из крупнейших в столице

объединяет, настраивает на нужный лад.

— О чём вас чаще всего просят прихожане?

— Помолиться о близких. Кто-то болеет, кто-то на фронте, кто-то ранен и лежит в госпитале... Иногда просят о врачевании непослушных детей.

Всероссийский охват

— Какие перемены происходят в церковной жизни Северо-Восточного округа? Чем он отличается от других округов столицы?

— Через Северо-Восток проходит путь в Троице-Сергиеву лавру, к Московской духовной академии. Наверное, и поэтому так сложилось, что в этом викариатстве много священников с высоким уровнем образования — преподавателей МДА. Здесь есть масштабные проекты, известные далеко за пределами округа. Например, проект «Общее дело. Возрождение деревянных храмов Севера», начатый 17 лет назад протоиереем Алексием Яковлевым, ныне — на-

ков создал в приходе центр по работе с мигрантами. Здесь приезжим преподают русский язык, помогают оформить нужные документы, дают консультации. Помогают всем — и мусульманам, и гостям из Африки. А при храме Торжества Православия в Алтуфьеве открыли замечательный детский сад, малыши из православных семей готовятся здесь к школе. Кстати, настоятель этого храма протоиерей Сергей Кляев назначен Святейшим Патриархом ответственным за духовное

В духовно-просветительском центре при усадьбе Свиблово занимаются более 700 человек всех возрастов

стоятелем храма Серафима Саровского в Раеве. Это уже всероссийское движение: сотни молодых людей со всей страны каждый год ездят в экспедиции, чтобы восстановить из руин памятники деревянного зодчества в Архангельской, Вологодской областях, республиках Карелии и Коми. Это и активное миссионерство: гости общаются с местными жителями, раздают православную литературу, проводят концерты. Мне тоже довелось принять в этом деле непосредственное участие — в экспедиции.

— Какие ещё проекты можно отметить?

— Настоятель храма «Неопалимая купина» в Отрадном иерей Дионисий Гриш-

окармливание пациентов госпиталей по всей России. И конечно, надо сказать об усадьбе Свиблово, где мы создали крупный духовно-просветительский центр, в котором занимаются более 700 человек. Здесь же открыта полноценная гимназия — в ней учатся с 1-го по 11-й класс.

Главный храм строителей

— На Берёзовой аллее с прошлого года строится грандиозный храм Успения...

— Да, это будет один из крупнейших храмов столицы, его высота 60 метров, два этажа, он рассчитан на полторы тысячи человек. Нижний храм почти готов, летом этого года начнём там служить. А полностью храм будет введён в строй во II квартале 2025 года. Его называют главным храмом строителей Москвы. Сами строители активно участвуют в финансировании этого проекта. Храм выполнен в русском архитектурном стиле домонгольского периода. Он имеет размеры, которые называют Богородичными. Когда греческие строители начинали возводить Успенский храм в Киеве, Матерь Божия, по пре-

ПУТЬ СВЯЩЕННИКА

Из биографии архиепископа Матфея

В этом году владыке Матфею исполнится 45 лет.

В 15 лет Константин Копылов (так тогда звали будущего владыку) стал кандидатом в мастера спорта по настольному теннису, участвовал во многих соревнованиях.

Окончил химико-технологический факультет Пермского государственного технологического университета, тема его диплома — «Технологические машины и оборудование».

С 20 лет работал на заводе, чтобы материально помочь семье. В 22 года поступил в Михайло-Архангельский мужской монастырь села Козиха Новосибирской области. В 26 лет был пострижен в монашество с наречением имени в честь святого апостола и евангелиста Матфея.



Андрей Дмитриев

При усадьбе Свиблово действуют духовно-просветительский центр и православная гимназия

данию, дала им параметры, исходя из размеров Своего пояса — на 20, 30 и 50 поясов. Пояс этот размером 1 метр 20 сантиметров. И если умножить, то получится 24 на 36 и на 60 метров. По этим размерам построены, например, и Успенский храм в Кремле, и Успенский собор Троице-Сергиевой лавры... Теперь будет и у нас в округе.

— **Хватит ли людей, чтобы заполнить строящиеся храмы? Не будут ли они пустовать?**

— Это исключено. Москва активно развивается. Там, где были пятиэтажки, строятся многоэтажные дома, население растёт, открываются новые станции метро. Возведение храмов не поспевает за потребностями в них. В будние дни люди трудятся, и может возникнуть впечатление, что молящихся не так много. Но по воскресеньям и в церковные праздники все храмы переполнены.

Как никогда, нужно единство

— **А как воспринимают люди молитву о Святой Руси, читаемую во всех храмах по благословению Патриарха Кирилла?**

— Сегодня нам, как никогда, нужно единство — и эта молитва направлена именно на единодушие в стремлении к миру и победе над силами, пытающимися разъединить и погу-

бить единый народ. Молитва выражает главные чувства человека: здесь и прошение о здравии воинов-защитников, и мольба о помощи тем, кто лишился крова, кто ранен, кто невинно пострадал. Десятки приходов в наших округах плетут маскировочные сети, шьют спальные мешки для бойцов, собира-

чу представителей более 100 паломнических служб из 70 регионов России. Было интереснейшее обсуждение. Предстоит немало работы: нужно повышать уровень экскурсоводов, а для этого необходимы специальные образовательные программы, и мы готовим дистанционные занятия для всех

найти время для отдыха. Удаётся иногда поиграть в любимый вами теннис?

— Да, стараюсь находить время и для спорта, и для чтения русской классики.

— **Насколько полезен в нынешней деятельности ваш прошлый опыт в Новосибирске, на Камчатке, учёба в техническом университете?**

— Это был очень важный опыт. Моё инженерное образование, а позже участие в строительстве храмов в Новосибирске и на Камчатке очень пригодились сейчас, когда в Москве реализуется «Программа-200». А многие наши региональные проекты отлично прижились и в Москве. Например, в Камчатском крае мы создали епархиальный центр, где совместили всё — и образование, и досуг, и концерты, и встречи. По этой же модели создан духовно-просветительский центр в Свиблове, где ежедневно проводится столько мероприятий, что ни одно помещение не пустует. К нам приходят сотни людей всех возрастов: самым младшим — два годика, с ними занимаются логопед и православный педагог. А старшим за 70 — в рамках программы «Московское долголетие» они приезжают вечерами, чтобы заниматься рисованием, иностранным языком, гимнастикой...

— **Спасибо за беседу, владыко.**

Валерий КОНОВАЛОВ,
Михаил УСТЮГОВ

«Хотим создать электронную платформу с маршрутами для паломников»

ют аптечки, льют окопные свечи. К примеру, в храме Серафима Саровского в Раеве 250 добровольцев работают в швейном цехе. Бабушки вяжут носки для солдат, дети рисуют картинки с благодарностями и поздравлениями. Многие люди сами, на своих автомобилях доставляют гуманитарную помощь в прифронтовую зону.

— **Ещё одно направление вашей работы — паломническое. В нынешних условиях тут, вероятно, есть сложности?**

— Да, недружественные страны практически закрыли для нас свои границы, но зато стал активно развиваться внутренний туризм. Заметно возрос интерес к православным памятникам, святыням, старинным храмам в нашей стране. На недавних Рождественских чтениях мы провели встре-

регионов. Нужны новые паломнические маршруты, привлекательные формы работы с молодёжью. Думаем и над созданием универсальной электронной платформы, где были бы указаны все маршруты для паломников. Такая единая церковная площадка стала бы очень удобной для любого желающего посетить святыне места.

— **Можно ли сегодня нам поехать на Афон?**

— Да, наши паломники могут посещать Афон, бывать там в монастырях. Но причащаться можно лишь в русском Пантелеимоновом монастыре.

Пригодился опыт работы на Камчатке

— **У вас настолько плотный график работы, что трудно, наверное,**

ВОПРОС О ВЕРЕ

Рубрику ведёт
Валерий КОНОВАЛОВ



Из архива редакции

Как молиться перед операцией

Если человек оказывается на операционном столе, это становится испытанием не только для него самого, но и для его близких. Что ещё можно сделать для больного? Чем помочь? В таких ситуациях нередко говорят: остаётся только молиться. И даже не очень верующие люди готовы обратиться к молитве как к последней надежде. Но не всегда знают, как это сделать. Лучше всего посоветоваться со священнослужителями.

— Перед операцией можно совершить молебен в храме вместе со священником, который обязательно подскажет, как и что делать, — сказал нам клирик храма Димитрия Донского в Раеве иерей Иоанн Мамаенко. — А дома надо обращаться с молитвами к Богу, Пресвятой Богородице, ангелу-хранителю и святым. Обычно молятся великомученику Пантелеймену, но можно и другим святым, особенно тому, чьё имя носит человек, попавший в больницу. Хорошо, когда домашняя молитва усиливается церковной. Для этого надо заказать в храме сорокоуст о здравии. Тогда молитва о болящем человеке возносится 40 Божественных литургий.

Подать записки в храме можно только за крещёных православных.

Если нет уверенности в вероисповедании человека, можно самим помолиться о нём — как в храме, так и дома, но подавать сорокоуст нельзя.

Молиться можно своими словами или читать такую молитву: «О Премилосердный Боже, Отче, Сыне и Святой Душе, в нераздельной Троице поклоняемый и славимый, призри благоутробно на раба Твоего (имя), болезнию одержимаго; отпусти ему вся согрешения его; подай ему исцеление от болезни; возврати ему здравие и силы телесные; подай ему долгоденственное и благоденственное житие, мирные Твоя и премирные блага, чтобы он вместе с нами приносил благодарные мольбы Тебе, Всещедрому Богу и Создателю моему. Пресвятая Богородица, всесильным заступлением Твоим помоги мне умолить Сына Твоего, Бога моего, об исцелении раба Божия (имя). Все святые и ангелы Господни, молитесь Богу о больном рабе Его (имя). Аминь».



**НОВЫЙ ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ —
ДЛЯ ВЕРУЮЩИХ И СОМНЕВАЮЩИХСЯ**

- Как правильно молиться?
- Зачем христианам пост?
- Что нужно сделать, чтобы услышать Бога?
- Как прихожане помогают фронту?
- Где в Москве увидеть христианское искусство?

Крестовский
МОСТ

Рассказы о святых и чудесах, об иконах и о церковных праздниках, ответы священников на самые важные вопросы — всё это ежедневно в телеграм-канале «Крестовский мост».

Читайте в Интернете по адресу: t.me/krestovsky_most

Не принесли очередной номер газеты? Звоните! Тел. единого контакт-центра редакции

(499) 647-6828

с 10.00 до 17.30, пн. — пт.

Чаще ходите босиком

Инструктор по ЛФК из Лосинки рассказала, почему возникает плоскостопие и как с ним жить

С плоскостопием в наше время сталкивается каждый второй. Развивается оно по разным причинам, в числе которых неудобная обувь и сидячий образ жизни. Несколько советов для профилактики и облегчения болей, если плоскостопие уже есть, дала инструктор по ЛФК Марина Морис. Она работает в 3-м филиале городской поликлиники №218 на 1-й Напрудной улице.

Рельефный коврик

Исправить плоскостопие можно только в детстве, на начальных стадиях. Но и взрослым можно помочь облегчить симпто-

мы. В первую очередь ортопед назначит массаж и физиотерапию, а из вспомогательных средств может назначить ходьбу по ортопедическому коврику. Он, как пазл, складывается из рельефных кусочков.

— Нужно ходить по нему два-три раза в день минут по пятнадцать. Из-за разного типа неровностей коврика укрепляются мышцы стоп, за счёт чего они держат кости в правильном положении, — объясняет Марина Морис. — У коллеги из детской поликлиники был четырёхлетний пациент, по совету ортопеда в дополнение к терапии мама приобрела для него такой коврик. Уже через несколько месяцев стали заметны улучшения.

Взрослым коврик тоже поможет укрепить мышцы стоп и избавиться от болей.

В числе проверенных средств также гимнастические палки, массажные мячи, валики.

— Палкой и валиком надо массировать стопы, перекачивая по полу. Мяч также надо перекачивать, немного пружиня. Такие простые упражнения помогают снять усталость ног после насыщенного дня, — отметила инструктор.

Форму стельки определит ортопед

Также при плоскостопии помогает ходьба бо-



Оксана Кузьмина/Фотобанк Лори

Неровности на ортопедическом коврике способствуют укреплению мышц

Плоская подошва вредит не меньше шпилек

сиком, поскольку в этот момент активизируются глубокие мышцы-стабилизаторы.

— Особенно хорошо летом ходить босиком по камням, траве и песку. Если такой возможности нет, то хотя бы в носках, — отметила Марина Морис.

И всё-таки значительную часть времени каждый из нас проводит в обуви. Универсальный помощник — специальные стельки. Выписать их должен ортопед, учитывая особенности стопы

пациента, так как плоскостопие бывает продольным, при котором опускается свод стопы, и поперечным, при котором утолщается передний свод стопы и образуются знакомая многим косточка у основания большого пальца.

— Для профилактики таких ситуаций стоит ответственно подходить к выбору обуви. В первую очередь отказаться от слишком узкой обуви, а также от обуви с плоской или сплошной подошвой по типу кед, балеток и на танкетке, — подчеркнула инструктор. — Женщинам, например, отлично подойдут туфли на широком каблуке высотой не больше 5 сантиметров. А вот от шпилек лучше отказаться.

Мария ГОРБУНОВА

СПОРТ

Десятиклассница из Марьиной рощи выиграла на Кубке страны по капоэйре

1-е место на Кубке Российской Федерации по бразильскому единоборству капоэйра в своей возрастной категории завоевала жительница 1-й Ямской улицы Анна Афанасьева. Она учится в 10-м классе школы Марьиной Роща им. В.Ф.Орлова.

По словам Анны, выиграла она уверенно, даже не волновалась почти. Хотя шестнадцатилетняя спортсменка занимается капоэйрой всего полтора года.

— Я вообще спорт люблю: занималась волейболом, танцами, на фигурное катание ходила, — рассказывает девушка. — А потом друзья позвали на капоэйру. Мне понравилось, что здесь много акробатики и выступления проходят под музыку. Сложных элементов много, но мне они по силам. Мама шутит, что я с детства на голове стоять любила.



Григорий Матвеев

Анна Афанасьева обожает акробатические трюки

В будущем Аня хочет стать спортивным менеджером или спортивным журналистом. В свободное время любит готовить и заботиться о своих питомцах: коте, кошке, попугае и рыбах.

Алексей ТУМАНОВ

Пять простых упражнений на каждый день

Марина Морис поделилась небольшим комплексом упражнений, его можно использовать для профилактики, и для облегчения имеющихся симптомов плоскостопия. Выполнять ежедневно в течение 15 минут, по 5-12 повторений каждого упражнения.

1 Сидя на стуле, поджимаем и распрямляем пальцы ног. Потом пальцы раздвигаем и сжимаем. В конце поднимаем большой палец вверх, а остальные опускаем вниз, и наоборот.

2 Также сидя, поворачиваем стопы по часовой стрелке, потом против неё. После ставим стопы рядом и имитируем ходьбу, поднимая только пятки. Далее сдвигаем носочки, а пятки в стороны, и наоборот.

3 Положите на пол небольшое полотенце. Его надо подхватить пальцами ног и затянуть под подошву стоп, затем вытолкнуть пальцами обратно. Выполняем сидя, не поднимая коленей.

4 Стоя и сведя стопы, перекачиваемся с пятки на носок, вставая на цыпочки, при этом оставаясь на плюсневых костях (они находятся за пальцами), и обратно перекачиваемся на пятку.

5 Ходим на носках, пятках и внешней части стопы. Можно добавить ходьбу по коврику. Завершаем тренировку отдыхом: надо на пару минут лечь, разместив стопы на подушке или на подлокотнике дивана, чтобы они были выше тела.

ПРОДАЙТЕ СВОЁ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

585-я проба — 4500 р. за 1 г, 750-я проба — 6500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки — дорого.

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» — одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственными образцам. Ориентир — на цену золотовалютной биржи, современный и точный процесс оценки.

1. Разбираем отличия скупки «Аурум» от ломбарда. Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственному образцу, имеет

в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Также ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий наличными или на карту мгновенно.

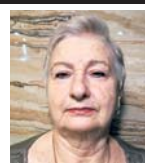
2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

24 филиала по всей Москве. Главный офис компании расположен на улице Петровка, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в

них. А за изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки могут принять всё как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной Пробирной Палаты.

3. Выездная скупка от компании «Аурум»

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойнее) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведёт оценку, ответит на все ваши вопросы.



любой человек. Угостила чаем, Артём разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришёл перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!»

Выездная скупка, насколько это удобно? Спросим у читателя, Расторгуевой Валентины Ивановны:

«Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артём разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришёл перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!»



ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!

8 (800) 551 84 34

Вызов ювелира

Лицензия № ЛО23-00119-77/0000256 от 22 декабря 2021 г.

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 РУБ. К ОЦЕНКЕ!

Ближайшие к Вам филиалы: м. «ВДНХ», проспект Мира, д. 146 • м. «Проспект Мира», проспект Мира, д. 38 • м. «Дмитровская», ул. Бутырская, д. 97 • м. «Китай-город», Большой Спасоглинищевский переулок, д. 1, вход в арку. • м. «Трубная», ул. Петровка, д. 26, стр. 2, магазин «Кристалл Мечты» • м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, д. 22-24. **ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 11.00 ДО 20.00**

Тот самый Янковский

На ВДНХ откроется выставка к юбилею знаменитого актёра

К 80-летию со дня рождения великого актёра Музей кино на ВДНХ подготовил выставку «Олег Янковский. Во сне и наяву», которая откроется **5 марта** и продлится до **24 июня**. Экспозиция будет состоять из двух частей. Первая посвящена детству и юности артиста в Саратове, отношениям в семье, началу карьеры в театре, вторая — фильмографии.

Здесь можно будет узнать, как Олег Иванович работал над образами в кинолентах «Щит и меч», «Тот самый Мюнхгаузен», «Полёты во сне и наяву», «Ностальгия», «Анна Каренина». На выставке представят редкие фотографии со съёмочных площадок.

— Отдельно стоит сказать про акварельные эскизы Натальи Фирсовой к фильму «Тот самый Мюнхгаузен», на которых гости



Эскиз костюма баронессы выполнила художница Наталья Фирсова



Обаятельный барон в исполнении Олега Ивановича запомнился миллионам зрителей

Здесь можно будет узнать, как шла работа над культовым образом Мюнхгаузена

узнают костюмы любимых героев — барона и баронессы в исполнении Инны Чуриковой. Также будут представлены масштабные, насыщенные деталями эскизы декораций будуара и кабинета главного героя к

фильму «Анна Каренина», выполненные Александром Борисовым. Примеры того, как по-разному могут работать художники в кино, — рассказал «ЗБ» куратор выставки Никита Котик.

Один из самых вырази-

тельных экспонатов выставки — сюртучный костюм, который Олег Янковский носил на съёмках, играя роль Алексея Каренина.

В рамках форума «Россия» вход на выставку бесплатный (0+). График работы: вт., ср., чт. с 12.00 до 21.00; пт., сб., вс. с 12.00 до 22.00. Адрес: просп. Мира, 119, стр. 36. Справки по тел. (495) 150-3610.

Гульнара РЕЙНГАРТ

Фототека Музея кино

АФИША

Музыка весны в Бибиреве

7 марта в 17.00 в ДК «Смена» (ул. Корнейчука, 386) состоится концерт «На крыльях весны». Для зрителей выступят вокалисты, музыканты и танцевальные коллективы. Вход свободный (6+). Желательна регистрация на dksmena.ru.

Фестиваль бега на Яузе

8 марта в парке «Яуза» (Юрловский пр., 8) состоится фестиваль «Красивый забег» в честь Международного женского дня. С 11.00 начнётся выдача номеров участникам. Детские старты: 12.10 — на 150 метров, 12.20 — на 1 километр. В 13.10 — забег на 3 километра для взрослых. Участие бесплатное (0+). Регистрация на сайте park-yaufa.info (раздел «Афиша»).

Театральный вечер на Ярославке

10 марта в 18.00 в Московском многофункциональном культурном центре (Ярославское ш., 124) состоится театральный вечер студии «Пикколо». Актёры покажут этюды-наблюдения за людьми, за животными, музыкальные зарисовки. Посещение бесплатное (12+). Регистрация на сайте m-c-m-c.ru.

Ира ЛЬВОВА

Андрей Никеричев/Агентство «Москва»



КУЛЬТ СОВЕТ

от актрисы Ольги Крас'ко

Посмотрите спектакль «Игроки. Иллюзия»

Любителям театрального искусства рекомендую сходить в Театр им. Гоголя на спектакль «Игроки. Иллюзия» по мотивам пьесы этого же писателя. Свою постановку режиссёр Антон Яковлев назвал инферальной комедией, в его понимании Гоголь идеально вписывается в жанр фантастического реализма. Сюжет про

карточных шулеров удалось уложить в 1 час 50 минут без антракта. Две мужские роли играют актрисы. Ирина Гринёва бесподобно воплотила образ коварного картёжника Утешительного. А Алёна Гончарова — угодливого, всё понимающего лакея Алексея. Ну а Александр Семчев в роли Глова — это отдельный спектакль в спектакле.

На Стандартной мастерят модели ракет и самолётов

Клуб технического моделирования и творчества «Пионер» спортивно-досугового центра «Кентавр» на Стандартной улице ждёт новых воспитанников. Здесь дети от шести лет и старше создают модели ракет, самолётов и катеров. Занятия бесплатные и проходят по выходным.

— Я учу ребят создавать модели из подручных материалов, а не только собирать готовые покупные наборы, — говорит руководитель студии Николай Евсюков. — Недавно, например, сделали макеты ракет «Юпитер-3» и «Юпитер-4». Корпус — из ПВХ-трубы. Стабилизаторы вырезали из фанеры и отшли-



Предоставлено ГБУ «СДЦ «Кентавр»

фовали до нужной толщины. А головной обтекатель распечатали на 3D-принтере. Запускать такие ракеты можно многократ-

но. Делаем это на улице в хорошую погоду, иногда даже выезжаем с детьми и их родителями за город. Ракеты запускаем на

специальных зонтиках, а самолёты могут планировать.

По словам педагога, важно, что дети учатся мыслить и изобретать.

— Например, если нужен фюзеляж, дети размышляют, какой подобрать материал, чтобы деталь могла выполнять свою функцию — подниматься и опускаться. Порой пригождаются обычный скотч и ленты для упаковки цветов.

Записаться в кружок «Пионер» можно, позвонив в филиал «ЭПИ-Алтуфьево» по тел. (499) 901-4030. Адрес: Стандартная ул., 23, корп. 1. Сайт: gbukentavr.ru.

Ира ЛЬВОВА

Андрей Фролов: Всерьёз намеревался стать лётчиком

Актёр рассказал, как выбирал профессию и почему ему нравится жить в Свиблове

В новом историческом детективном сериале «Страх над Невой» Андрей Фролов исполнил одну из главных ролей — капитана милиции Фёдорова. Актёр живёт в нашем округе. О своём творческом пути и о том, почему решил поселиться в Свиблове, он рассказал «ЗБ».

Детектив шестидесятых

— Андрей, вы сыграли капитана милиции, который ведёт поиски маньяка. А вам вообще интересны детективы, истории про расследования?

— Конечно. Любая работа в кино интересна. Профессия артиста тем и хороша, что ты можешь попробовать побывать хоть космонавтом, хоть оперативником, можешь окунуться, например, в 1967 год. До того как начать работу над сериалом «Страх над Невой», режиссёр позволил со словами: «Андрюх, смотри больше хроники того времени: как они одеваются, как ходят, как разговаривают. Потому что это не те люди, которые живут сейчас или в 1990-х, там всё своё». И мы очень тщательно подошли к этому моменту.

— Действительно смотрели хронику того времени?

— Да, и хронику, и фильмы 1960-х. Обратил внима-

ние, насколько люди в то время были тактильные. Не стеснялись обниматься или даже поцеловать друг друга в щёку. Это было нормой. Мы добавили эти штрихи в поведение героев во время съёмки.

Сосед «из телевизора»

— Вы давно живёте в районе Свиблово?

— С 2019 года. Всё случилось случайно. Мы с женой жили в Пушкине и решили, что пора перебраться в Москву. Стали мониторить рынок недвижимости. Однажды, проезжая по району, я увидел стройку на месте, где когда-то, в начале 2000-х, стоял стекольный завод. Этот завод я хорошо помнил со времён учёбы во ВГИКе. Я задумался об этом, потом обратил внимание, что рядом Ботанический сад, «Сад будущего», метро, МЦК — в общем, много всего полезного. Мы с женой уже ждали второго ребёнка и подумали: «Почему бы и нет, наверное, тут и надо бросать якоря».

— Не пожалели?

— Нет. Место замечательное. Лучше района, мне кажется, и быть не может, особенно для тех, у кого есть маленькие дети. Мы регулярно гуляем в Ботаническом саду. Нравится, что транспорт отлично развит. Дочка ездит на автобусе на ВДНХ заниматься балетом, очень удобно.

— Вы известный артист. Соседи узнают?

— «Известный» — это громко сказано. Кто смотрит телевизор, конечно, узнают. Но сейчас люди всё меньше смотрят телевизор и всё больше занимаются своими проблемами — работа, семья... Но в общедомовом чате всегда кто-нибудь предупреждает: «Выходит фильм с нашим соседом, смотрите!»

В новом историческом сериале сыграл капитана милиции

Спектакль о мужской дружбе

— Читала, что вы играете одну из главных ролей в нашумевшей комедии *Ladies' Night* в театре «Ателье». О чём этот спектакль?

— О мужской дружбе. Герои истории работают на металлургическом заводе, но он закрывается, и они оказываются в беспросветной ситуации. И вот, наступив на свои мужские амбиции, друзья идут на неожиданный шаг: становятся стриптизёрами, чтобы заработать деньги для своих семей.

— Спектакли идут с аншлагом. В чём секрет успеха?

— Отзывы на наш спектакль разные. Кому-то нравится, кому-то нет. Мне запомнилось, как однажды во время гастролей за кулисы зашёл серьёзный мужчина, чтобы поблагодарить нас. «Мужики, знаете, что самое интересное? Мы сидели, и нам захотелось к вам туда, на сцену», — говорит. Я удивился: «Ну как же так? Это же стриптиз». А он в ответ: «Да дело не в стриптизе. Дело в этом желании что-то делать, стремиться, не бояться».

Путешествуют всей семьёй

— Вы с женой познакомились, когда учились во ВГИКе. Сколько лет вместе?

— Мы с Инной учились вместе на одном курсе и знакомы уже 24 года. Можно сказать, знаем друг друга досконально. У нас одинаковые интересы, нам нравится практически одно и то же, и это очень сближает.

— Как проводите свободное время?

— У нас двое детей — Мария и Мирон, и мы очень любим путешествовать всей семьёй. Можем сесть в машину и отправиться в какой-нибудь город: в Кострому, в резиденцию Снегурочки, либо в какой-нибудь далёкий маленький отель в лесу. Общаться без



Из личного архива

В Бабушкинском ищут пропавшего слепого кота

Житель дома 12 на Изумрудной улице вернулся домой с работы и обнаружил пропажу двух котов — Макса и Муассы. Хозяин предполагает, что это могло произойти из-за невнимательности родственника, который в это время был в квартире. Макса удалось вскоре найти, а второго питомца ищут до сих пор.

— Муассу я подобрал на улице котёнком, и он жил у меня четыре года. Кот слепой: поч-

ти не ориентируется в пространстве и нуждается в медпомощи. Я буду очень рад его возвращению и отблагодарю того, кто вернёт мне любимца, — рассказал «ЗБ» Дмитрий.

К поискам подключили волонтеров, пока всё безрезультатно, но Дмитрий не теряет надежды. Если вы знаете что-то о местонахождении животного или готовы помочь в поисках, звоните по тел. 8-916-218-8662.

Светлана РАВЕНСКАЯ

НУЖНА ПОМОЩЬ



Из личного архива

Хозяин подобрал его на улице ещё котёнком

Есть вопросы? Звоните, пишите!

Ваш «Звёздный бульвар» (499) 647-6831

с 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

ZB@ZBULVAR.RU, CHITATEL@INTERNET.RU

ВСЕ НОВОСТИ
НА САЙТЕ
ZBULVAR.RU

ЗВЁЗДНЫЙ
БУЛЬВАР

Ответы на судoku со стр. 18

9	1	4	5	3	7	8	2	6
5	6	7	9	8	2	1	3	4
2	3	8	6	4	1	5	7	9
3	9	1	4	2	8	6	5	7
6	8	5	7	9	3	4	1	2
7	4	2	1	6	5	3	9	8
4	7	3	2	1	6	9	8	5
8	5	9	3	7	4	2	6	1
1	2	6	8	5	9	7	4	3



Сцена из комедии Ladies' Night в театре «Ателье»

всяких этих гаджетов, гулять, пить чай... Я люблю спорт, так что мы частенько ходим на каток, благо у нас в районе Свиблово с этим всё хорошо и бесплатные катки практически в каждом дворе. Правда, к сожалению, свободного времени не так много. Первое, что у меня спрашивают дети, когда я захожу домой: «Надолго? Дня на два?»

Самолёты любил с детства

— Правда, что изначально вы не планировали быть актёром?

— Когда в 1991-м произошёл развал страны, отец мне сказал: «Андрюх, надо приобретать хорошую профессию». У нас в Калуге располагалось Калужское

С детьми часто гуляем в Ботсаду и ходим на дворовые катки

авиационно-техническое училище. Решили, что пойду учиться на лётчика. Авиация мне нравилась всегда, ведь я вырос в семье военного. Мы постоянно жили в гарнизонах, так что самолёты и вертолёты были неотъемлемой частью детства. Но стать лётчиком было не суждено: военно-лётная комиссия забраковала мою кандидатуру из-за родимо-

го пятна на пояснице. Я остался в военном училище, окончил его по специальности «техник-механик самолётного и вертолётного двигателя», но к концу 1990-х работы по специальности найти не смог.

— А как возникла идея поступить во ВГИК?

— Два года я работал личным водителем президента банка в Калуге. И однажды вспомнил о детской мечте «попасть в телевизор». Правда, я ничего не знал о театральных институтах. Так что просто приехал в Москву, вышел на Киевском вокзале, открыл телефонный справочник, нашёл там ВГИК, позвонил и спросил, что нужно для поступления... С первого раза поступил на бюджет и начал учиться.

— Сниматься начали, будучи студентом?

— Да, на 3-м курсе. Помню, как стою на четвёртом этаже в фойе в лосинах, и кто-то из ректората бежит: «Фролов! Фролов! Иди сюда!» Я спрашиваю: «Что случилось?» — «Там Масленников тебя ждёт». Я говорю: «Сейчас приду, только переоденусь». — «Какое переодевание? Беги срочно!» Я — в ректорат. Захожу, вижу знаменитого Игоря Масленникова. Он смотрит на меня и говорит: «Так, ну хорошо. На мотоцикле ездил?» Отвечаю: «Да». Он кивнул. Так я попал в его фильм «Тимур и его командос» — современную интерпретацию книги Гайдара. Это был 2003 год. И с тех пор я в профессии, чему очень рад.

Беседовала Елена ХАРО

«ЗБ» В ТЕЛЕГРАМЕ

«Звёздный бульвар» можно читать и в Телеграме по ссылке t.me/zb_svaio. Здесь публикуются самые яркие статьи газеты, оперативные новости, любопытные истории из жизни районов СВАО, опросы.

Школьница из Свиблова стала звездой «Ералаша»

Ученица школы «Свиблово» Маруся Ильина снялась в сюжете «Что случилось?» киножурнала «Ералаш». Правда, съёмки состоялись ещё в 2019 году, но только сейчас серия вышла в эфир. «Интересное совпадение — снимали в школе, которую окончила моя мама. Теперь это один из корпусов ГБОУ «Школа «Свиблово», — рассказала Маруся.

В Останкинский прилетел редкий дятел

Жители округа заметили в Останкинском парке белоспинного дятла. Этот вид занесён в Красную книгу Москвы. Он крупнее, чем пёстрый дятел, а на крыльях у него белый узор. В рацион этой птицы входят насекомые-вредители, поэтому его часто называют санитаром леса.

Юный силач из Бибирева поднял гирию 425 раз

Двенадцатилетний спортсмен из клуба «Довмонт» Егор Турчанов за 20 минут поднял 6-килограммовую гирию 425 раз. Это достижение позволило спортсмену из Бибирева выиграть 2-й Сретенский епархиальный турнир. В спорткомплексе храма Собора Московских святых в Бибиреве состязались более 45 спортсменов в возрасте от 12 до 65 лет.

В гости к школьникам приехала олимпийская чемпионка

Звезда волейбола олимпийская чемпионка Екатерина Гамова побывала в школе №1415 в Останкинском районе. Она провела для ребят тренировку, стала судьёй на матче юных волейболистов, а ещё во время неформальной беседы рассказала о себе, о спорте, о секретах успеха. В финале встречи чемпионка раздала автографы и сфотографировалась на память со всеми желающими.

На ВДНХ устроили чемпионат по робототехнике

13 команд, в которые входят в общей сложности более 120 школьников и студентов колледжей Москвы, Московской области, Оренбурга и Санкт-Петербурга, участвуют в чемпионате по робототехнике, организованном в «Технограде» на ВДНХ. Участники демонстрируют знания и умения в программировании, а также устраивают состязания роботов на игровом поле. Победители и призёры будут внесены в реестр «Таланты России» и смогут получить дополнительные баллы к ЕГЭ.

Дмитрий ДОЙНИКОВ



СТОМАТОЛОГИЯ



Приём ведёт
кандидат медицинских наук
ЕСЛИ У ВАС СЛОМАЛСЯ
ПРОТЕЗ ИЛИ ОН НАТИРАЕТ —
МЫ ПОМОЖЕМ
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОТЕЗЫ
ИЗ МЯГКОГО БАЗИСА,
ГЕРМАНИЯ от 20 000 руб.
Гарантия 10 лет!

Скидки пенсионерам 5%

БЕСПЛАТНОЕ годовое обслуживание Ваших протезов
м. «ВДНХ», ул. Бориса Галушкина, д. 3, корп. 1

7 (495) 120-25-28

www.m-stom.ru Скидки действительны до 31.03.2024. Для получения скидок необходимо предоставить данный купон.

НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Предприятие питания

ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

- Заведующих производством
- Поваров
- Буфетчиков
- Кухонных работников
- Мойщика посуды

Ждём Ваших звонков!

8-926-979-47-26, 8-926-979-53-28



Шаурму придумал Александр Македонский?

Шеф-повар из Росткина рассказал, как готовят блюдо в разных странах

Недавно отмечался Международный день шаурмы. Шеф-повар с 45-летним стажем с Малахитовой улицы Александр Цыганов рассказал о разновидностях этого блюда в разных странах и поделился своим фирменным рецептом.

Александр Цыганов любит и классические, и оригинальные рецепты



Из личного архива

Соус обязателен

Александр впервые попробовал шаурму только 10 лет назад в ресторане своего друга.

— В уличных торговых точках покупать не решался, а вот в кафе друга я мог наблюдать за приготовлением. Был приятно удивлён вкусом, так что теперь готовлю шаурму дома. Моё блюдо открытое, его можно есть, используя вилку и нож. Кладу в лепёшку-тортилью куриное бедро, овощи и заправляю жгуче-пряным соусом кимчи, — рассказал Александр.

Сытный донер-кебаб очень популярен в Турции

Он вообще считает соус одним из важнейших компонентов любого яства. Как-то раз в Турции зашёл в кафе, но в заказанном блюде соус показался ему очень жирным и перебивал вкус остальных ингредиентов. И Александр предложил иностранным коллегам свой рецепт: взял оливковое масло, добавил соевый соус, мёд, каплю табаско и сушёные травы. Повара-турки внимательно наблюдали за приготовлением. От соуса они были в восторге и обещали использовать в своих угощениях.

РЕЦЕПТ

Праздничная шаурма с креветками

Если хотите удивить семью или друзей оригинальным блюдом, попробуйте сделать шаурму с креветками и ананасом. По мнению Александра Цыганова, она может стать украшением праздничного стола.

— Сваренные очищенные креветки минуту поджариваем на сковороде. Берём тортилью или лаваш, смазыва-

ем майонезом и кетчупом, добавляем немного соуса кимчи, натираем сверху 15 граммов сыра, в лепёшку кладём по два-три ломтика свежего огурца и помидора, лист салата «айсберг», 20 граммов свежих ананасов и столько же креветок. Заворачиваем лепёшку и обжариваем на сухой сковороде с двух сторон по две минуты, — рекомендовал повар.

Греческий аналог

— То, что москвичи называют шаурмой, а питерцы — шавермой, на самом деле национальное турецкое блюдо донер-кебаб, — рассказывает Александр Цыганов. — На родине мясо для него готовят, как и у нас, на вертикальном гриле, но соус там другой — на основе натурального несладкого йогурта с сушёными травами и очень острым перцем. В Греции есть свой аналог — гирос: в открытую лепёшку, помимо мяса или курицы и помидоров, кладут картофель фри, оливки и заправляют йогуртом.

Кстати, греки утверждают, что заворачивать жареное мясо в лепёшку придумал сам Александр Македонский.

— Не думаю, что древнегреческие воины ели гирос верхом на коне. Сегодня шаурма считается фастфудом, и люди часто заходят с ней в метро, в автобусы. Но я крайне не рекомендую есть на бегу. В таких условиях сложно определить качество и свежесть продукта.

Тем не менее, если вы решите купить шаурму на улице, повар советует обратить внимание на количество покупателей у торговой точки: если их много, то шаурма здесь не залеживается. А внутри павильона должны быть созданы санитарные условия: раковина, чистые инструменты и поверхности, где идёт приготовление, повар должен работать в перчатках.

Виктория КАЙТУКОВА

ДАЧНЫЙ СОВЕТ

Замочите семена перцев и баклажанов перед посадкой

Начало весны — самое время сеять семена перцев и баклажанов для будущей рассады. Опытный садовод жительница Северного Медведкова Александра Турыгина дала несколько советов.

— Поскольку семена этих культур всходят не очень хорошо, особенно если были пересушены, рекомендуется их предварительно замочить часов на двенадцать, — рассказывает садовод. — Вместо

воды можно использовать раствор микроэлементов или удобрений, например «Гумат + 7 микроэлементов». Хороши минеральные комплексы с медью: она активизирует ферменты, повышающие устойчивость растений к заболеваниям. Можно также использовать 0,5-процентный раствор калиевой и магниевой селитры. Кстати, эти элементы содержатся в древесной золе. Раствор готовим так:

чайную ложку золы разводим в стакане воды, лучше дистиллированной. Среди других народных средств — сок алоэ, разведённый в воде в пропорции 1:1.

Перед посадкой в почву семена рекомендуется прорастить. Для этого в пластиковом контейнере уложить, например, кусок влажного бумажного полотенца и на нём с интервалом около сантиметра разложить семена. Накрыть

таким же влажным кусочком полотенца и поставить в тёплое место. Оптимальная температура — 26-28 градусов. Прорастают семена обычно через одну-две недели. Перед посадкой в почву лучше дождаться выхода не только корешков, но и семядольных листиков. При этом важно помнить, что избыточной влажностью можно спровоцировать гнилостные процессы.

Ирина КОЛПАКОВА

Их тирамису покорила жюри

Ученицы 4-го класса школы №1220 на Аргунской улице и подруги Алёна Гринёва и Евангелина Корнева победили на ежегодном городском чемпионате профессионального мастерства «Мастерята». Соревнование проводится среди учеников 1-8-х классов по разным компетенциям. Наши девчонки стали лучшими в «Поварском деле».

— Мы приготовили немецкий салат из отварного картофеля с луком, маринованными грибами, огурчиками и красным болгарским

перцем. Это блюдо идеально подойдёт в качестве гарнира к мясу, — рассказала Алёна.

Также поварятам надо было сделать лимонад. Они приготовили классический напиток из лимона, но со своей фишкой: добавили ягоды красной смородины. А заключительным аккордом кулинарной битвы стал знаменитый итальянский десерт тирамису. Он и у опытных-то кондитеров не всегда получается.

— С тирамису пришлось попотеть, — улыбается Алёна. — Не один стакан чёрного кофе и не одну пачку бисквитного печенья перевели, пока не научились пропитывать основу десерта так, чтобы она не была сухой, при этом не слишком размокала. Выяснили, что окунать печенье в кофе нужно на три-пять секунд, не больше!

Любовь к готовке у девчат с малых лет: помогали мамам на кухне и увлеклись. В школе подружки обожают математику, литературу и окружающий мир. Алёна занимается танцами, рисованием, актёрским мастерством. Евангелина рисует и ходит на тхэквондо.

Оксана МАСТЮГИНА



Из личного архива

Евангелина и Алёна победили на городском чемпионате профессионального мастерства

судoku

Необходимо заполнить пустые клетки большого квадрата так, чтобы каждая строка, каждый столбец, каждый малый квадрат 3x3 содержали все цифры от 1 до 9 (каждая цифра встречается только один раз). Следует проверить строки, столбцы и малые квадраты с учётом уже вписанных цифр. В сложных случаях можно карандашом вписать в клетку цифры «кандидаты». Ответы на sudoku на стр. 16

9			5		7	8	2	
	6	7	9	8			3	
2	3	8			1	5	7	
	9		4		8	6		7
6			7		3		1	
7	4	2		6			9	8
	7			1		9	8	5
8		9		7		2		1
1	2		8	5	9			3

реклама и частные объявления

АВТОМОБИЛИ

• Автовыкуп.
Т.: 8 (495) 227-5655,
8-915-154-2230

НЕДВИЖИМОСТЬ

• **Аренда. Сниму квартиру.**
Т. 8-903-245-4331
• Ареную жильё.
Т. 8-964-635-0700
• Квартиру снимут супруги
из Питера. **Строго у хозяев!**
Т.: 8 (495) 999-6823,
8-963-926-0808

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

• **Куплю квартиру!**
Т. 8-985-923-1778
• Сниму жильё.
Т. 8-985-197-9040, Ирина
• **Сниму комнату, срочно.**
Т. 8 (495) 999-2882
• **Снимут квартиру супруги**
из г. Клина. Срочно!
Т. 8-985-999-2882

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

• Антенна, настройка,
ремонт ТВ. Т. 8-977-575-8564
• **Ремонт** компьютеров, теле-
визоров, стиралок, холодиль-
ников. Услуги сантехника.
Пенсионерам **скидка 30%**.
Т. 8 (499) 394-0657

Большой
выбор тканей.
Гарантия
ОБИВКА И РЕМОНТ
МЯГКОЙ МЕБЕЛИ
8 (495) 649-56-56 www.kalet.ru

• **Ремонт** стиральных
машин, электроплит и
холодильников. Диагностика
бесплатно. Т. 8-980-900-7114
• Ремонт стиральных
машин, холодильников.
Т. 8-995-222-1514
• Ремонт телевизоров! Плит!
Швейных! Т. 8 (499) 703-4194
• **Ремонт телевизоров.**
Т. 8 (499) 180-0110
• Ремонт швейных машин.
Т.: 8 (495) 142-2058,
8-925-642-5807
• Срочный ремонт
стиральных машин любой
сложности. Любая работа
500 р.! Выезд, диагностика –
бесплатно. Гарантия до 3-х л.
Скидки пенсионерам!
Т. 8 (495) 545-1579,
без выходных

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
• «Соболь». Т. 8-926-525-1931

КОМИССИОНКА

• Автомодельки.
Игрушки СССР. Значки.
Радиоаппаратуру куплю.
Т. 8 (495) 508-5359
• **Антиквариат. Книги.**
Значки. Статуэтки.
Подстаканники. Иконы.
Игрушки. Самовары куплю.
Т. 8 (495) 643-7212

МУЗЕЙ КНИГИ КУПИТ
Книги до 1940г. (цены до 200 000р.)
Журналы, плакаты, фото и др.
Сказки, детские книги и игрушки до 1960г.
8-900-546-00-81
ИП Симонова А.Е. ИНН 352533616164

• Книги. Выезд от 130 экз.
Оплата сразу.
Т. 8 (495) 128-5009
• **Купим книги.**
Т. 8 (495) 721-4146
• Куплю книги, ноты, марки,
фотографии до 1940 г.
Т. 8-985-275-4333
• Радиоэлектроника.
Т. 8-916-774-0005, Дмитрий
• Ткани. Духи.
Т. 8-916-993-3664
• Хрусталь, фарфор, сервисы.
Т. 8-905-744-1133

• Часы, значки, янтарь, моне-
ты, фотоаппараты, бинокли.
Выезд. Т. 8-965-397-3137

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

• Адвокат. Т. 8-967-221-1107
• Адвокаты. Возврат квартир.
Т. 8 (495) 210-2563

ЖИВОТНЫЕ

• Куплю котёнка от домашней
кошки. Т. 8-926-738-5211

ВЕТКЛИНИКА
Вызов на дом 24 час.
Гуманное усыпление,
кремация, вывоз.
8 (495) 585-7976 Москва, МО.

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

• Бюджетный ремонт
комнаты, квартиры поэтапно.
Обои. Покраска. Плитка.
Сантехника. Электрика. Окна.
Циклёвка и ремонт паркета.
Ламинат. Натяжной потолок.
Т. 8 (495) 978-0344
• Домашний мастер.
Т. 8-985-723-8703
• Замена замков.
Т. 8-925-402-8288, Владимир
• Замена замков.
Т. 8-926-341-2727

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ
ЗАМЕНА
8 (495) 507-11-81
КРУГЛОСУТОЧНО

Замки
ВСЕ УСЛУГИ
8 (495) 920-63-34
8-916-142-2406

• Мастер на час.
Т. 8-965-372-3729
• Ремонт квартир.
Т. 8-925-82-77-150
• Ремонт квартир.
Т. 8-965-208-2054, Сергей
• Ремонт квартир.
Т. 8-916-738-6296
• **Циклёвка** паркета.
Т. 8 (495) 761-2388
• Электрик. Т. 8-903-778-0949

ЗНАКОМСТВА

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

РАБОТА

• Время зарабатывать.
Оплата достойная.
Т. 8-901-720-9577

Требуется
ГРУЗЧИК-КОМПЛЕКТОВЩИК
для подбора товара
по накладной и
погрузо-разгрузочных
работ на складе.
Лианозово.
Т. (495) 739-08-33

• Ищем швею на
производство, возможна
работа на дому. Зарплата
до 120 000 руб. Звоните.
Т. 8-964-030-0872

• Консьерж, м. «Алтуфьево».
Т. 8-903-717-4212 (с 14.00)
• Приходи и зарабатывай.
Т. 8-905-126-1966
• Требуется кладовщик на
склад, м. «Шоссе Энтузиастов»
(5 мин.). График 2/2, с 10.00
до 21.00. Опыт от 1 года.
Т. 8-906-750-5522, Ирина

УБОРЩИЦА В ОФИС
(Телецентр «Останкино»)
Оформление по ТК РФ, мед. страховка,
оплата питания и отпуска, 5/2, 6.30-11.00.
3/н 40 000 руб., 2/2, 10.00-22.00, 3/н 60 000 руб.
8 (495) 617-51-60

• Требуется консьержка,
ул. Шереметьевская, д. 37,
корп. 1, подъезд 2.
Сутки/трое. **Т. 8-903-531-1732**
• Требуется автослесари
(«Газель»). Медведково.
Т. 8-966-121-7765
• Требуется водители
категории В и С.
Т. 8-966-121-7765

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
8 (495) 782-82-12
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН:
www.edinrek.ru

ОНИ НАШЛИ ХОЗЯИНА

Медисон обрела
новый дом в Бибиреве

В каждом номере «ЗБ»
в рубрике «Они ищут хо-
зяина» мы рассказыва-
ем о питомцах муницип-
альных приютов наше-
го округа. И многие чи-
татели уже нашли себе
верных друзей.

Так, житель района
Бибирево, пенсионер, а
в прошлом машинист
электропоездов Виктор,
взял из приюта «Крас-
ная сосна» собаку по
кличке Медисон.

— Увидел объявле-
ние в «Звёздном буль-
варе», сразу мне эта со-
бака чем-то понрави-
лась, — рассказывает
Виктор. — Созвонился
с волонтерами и узнал,
что Медисон много на-
терпелась: об этом гово-
рили последствия травм,
в том числе сломанный
хвост. Очень было её
жалко.

Когда-то Виктор за-
нимался охотой, и у него
в разное время жили че-
тыре спаниеля. Так что
он разобрался в соба-
чьей психологии и взялся
за реабилитацию Ме-
дисон, хотя собаке было
уже около пяти лет.

— Сначала она была
совершенно дикой, —
продолжает Виктор.



Ольга Чумаченко

Виктору удалось завоевать доверие
настрадавшейся в прошлом собаки

— Ела всё подряд, как
комбайн, — явно когда-
то голодала. Прошло
полгода, прежде чем
она стала полностью
нам доверять. К новой
обстановке тоже при-
выкла, в нашем районе
хорошие условия: много
зелени, площадки для
выгула. Но вот с други-
ми собаками она поч-
ти не общается, боится
их.

Медисон не может
вить хвостом, но её
взгляд в полной мере
выражает любовь и пре-
данность новой семье.

Галина ПОГОДИНА

► Приют «Красная сосна»:
ул. Красная Сосна, 30.
Сайт: **priut-ks.ru**.

► Приют «Дубовая роща»:
пр. Дубовой Рощи, вл. 23-25.
Сайт: **priut-ostankino.ru**.

► Приют «Искра»: ул. Искры,
23а. Сайт: **priutiskra.ru**

Читайте «Звёздный бульвар»
и в Телеграме!

Новости Северо-Восточного округа можно читать в мессенджере
Telegram. 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**.

ВАШЕ МНЕНИЕ

Большинство читателей следят
за балансом витаминов в рационе

В начале весны многие отмечают упадок
сил: сказывается недостаток солнечного све-
та в зимние месяцы и питательных веществ,
которые в тёплое время года организм полу-
чает из свежих фруктов и овощей. Мы спро-
сили читателей, предпринимают ли они что-
то для профилактики этого состояния, кото-
рое часто называют авитаминозом.

Участие в опросах на сайте «ЗБ» и в нашем
телеграм-канале приняли более 180 человек.
Большинство из них, а именно **62%**, сообще-

ли, что иногда принимают витамины в каче-
стве пищевой добавки, если чувствуют в этом
необходимость. Немало и тех, кто, к счастью,
никогда не страдал от авитаминоза, поэтому
и в профилактике нужды не видит. Так отве-
тили **21%** респондентов. А ещё **17%** участни-
ков опроса отметили, что следят за тем, что-
бы рацион был сбалансированным и в нём
всегда хватало витаминов и микроэлемен-
тов — круглый год.

Иван ПЕТРОВ

Жительница района Марфино пожаловалась на обслуживание в отделении почты
на Ботанической улице. По её словам, там часто образуются очереди
и сотрудники ведут себя неприветливо.

Наш следующий вопрос:

А вы довольны своим почтовым отделением?

- Вполне. Сотрудники вежливые, и очередей почти не бывает.
- В целом да, но иногда посетителей принимают дольше обычного.
- Нет, хотелось бы повысить качество обслуживания.
- Я вообще не хожу на почту.

Голосуйте на сайте «Звёздного бульвара» **zbulvar.ru** в разделе «Опрос»
и в телеграм-канале **t.me/zb_svao**

