

Юго-Восточный Курьер

МОСКВА
ОКРУЖНАЯ ГАЗЕТА

№ 6 (819) ФЕВРАЛЬ 2019



стр. 18-19
**Анастасия
Волочкова**
ГОТОВИТСЯ
к свадьбе

WWW.UV-KURIER.RU | UVKURIER@MAIL.RU | тел. (495) 681-3645 | vk.com/uvkurier | facebook.com/uvkurier

стр. 4

Власти Москвы разработали
новые принципы
благополучия пенсионеров

стр. 5

Что делать, если вам
предложили заменить
водосчётчик?

стр. 11

Пять идей
домашней подработки
от жителей округа



Александр Кочубей

Бабушки стали блогерами

стр. 14 В Некрасовке пенсионеры освоили «Инстаграм»

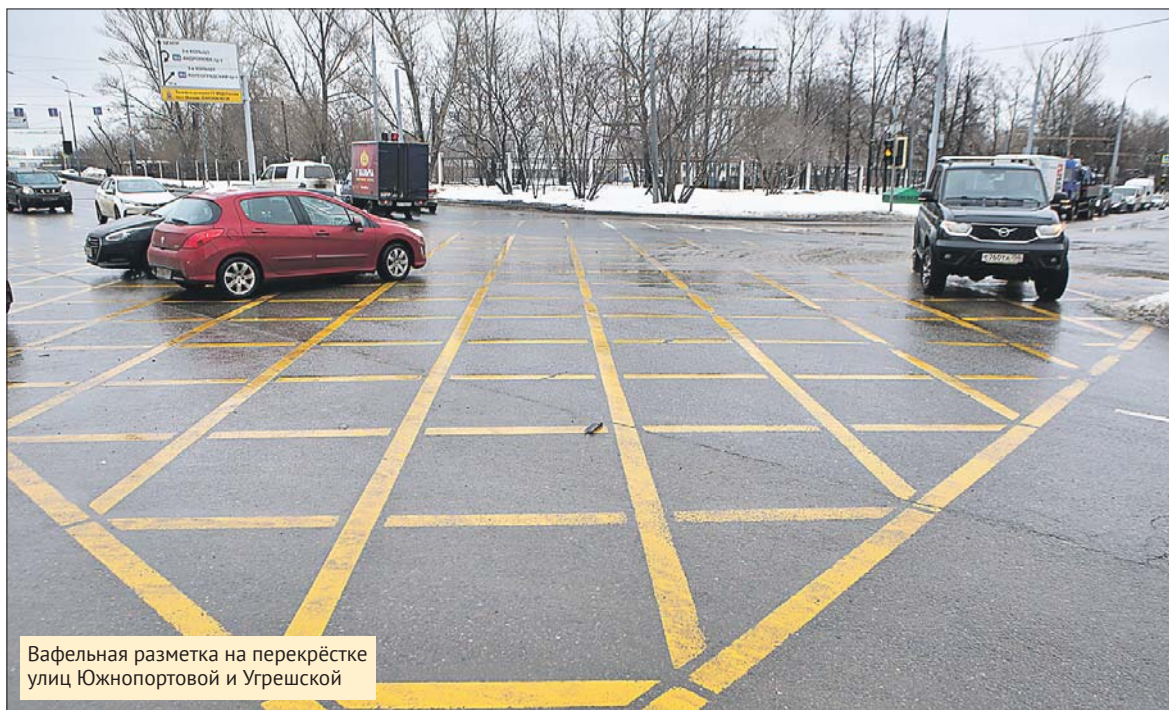
За остановку на «вафельнице» начнут штрафовать в марте

Первые штрафы водителям за остановку на вафельной разметке придут совсем скоро. Напомним: речь о разметке в крупную жёлтую клетку, где нельзя останавливаться при движении по перекрёстку. Водитель, видя, что из-за пробки не сможет проехать «вафельницу», обязан, не въезжая на перекрёсток, пропустить свою очередь и дожидаться следующего включения зелёного сигнала.

Нарушители заплатят 1 тысячу рублей

— Первым перекрёстком, где мы начинаем фиксировать это нарушение с 1 марта, будет пересечение Орликова переулка и Садового кольца, — сообщили в пресс-службе ЦОДД. — Затем будем постепенно внедрять это и на других перекрёстках.

Штрафовать будут того води-



Вафельная разметка на перекрёстке улиц Южнопортовой и Угрешской

теля, чья машина неподвижно стоит на «вафельнице» более 5 секунд. Штраф за это нарушение — 1 тыс. рублей.

В ЮВАО «вафельница» пока

нанесена на шести пересечениях улиц: Краснодарской — Совхозной, Краснодарской — Цимлянской, Академика Скрябина — Ферганской, Люб-

линской — Юных Ленинцев, Южнопортовой — Угрешской, Южнопортовой — 3-го Угрешского проезда.

Василий ИВАНОВ

В ЮВАО выбрали ещё две стартовые площадки для реновации

Список земельных участков, на которых планируется строить два дома по программе реновации для жителей ЮВАО, пополнился ещё двумя адресами. Об этом сообщил заместитель мэра Москвы Марат Хуснуллин.

— В уточнённый общегородской список стартовых площадок включено 10 новых адресов, — заявил он.

Две площадки расположены на Юго-Востоке столицы. В Капотне один дом построят по адресу: 2-й квартал, вл. 21, второй дом построят в Южнопортовом районе по адресу: 1-я ул. Машиностроения, вл. 5А.

Таким образом, на Юго-Востоке Москвы определено 27 стартовых площадок, где будут возводить жильё для жителей хрущёвок.

Игорь КАЗАЧЕНКОВ

В Некрасовку прилетел ястреб-перепелятник



Ястреб, сфотографированный жителями Некрасовки из окна квартиры

Наталья Носова

Жительница района Наталья Носова выглянула в окно и увидела настоящего ястреба.

— Просидел часа два, греясь на солнышке и разглядывая свысока окрестности. Очень красивая птица, — сообщила она.

— Это самка ястреба-перепелятника, — рассказал об этой птице руководитель клиники, которая лечит пернатых, Владимир Романов.

Такие ястребы для Москвы не редкость. Они живут даже в центре города. Питаются мелкими птицами, которых зимой предостаточно. Часто «приклеиваются» к птичьей кормушке и охотятся. Гнездится самка ястреба весной обычно в парковой зоне Москвы. А вылет своих птенцов «подстраивает» под вылет птенцов воробьёв.

Елена ХАРОВ

В Марьине построили новый спорткомплекс

Возведение трёхэтажного физкультурно-оздоровительного комплекса завершилось в Марьине. Об этом рассказал начальник отдела по вопросам строительства управы района Владимир Швыдкой.

— Сейчас строители оформляют документы, необходимые для ввода объекта в эксплу-

атацию, — сообщил он.

Как рассказал сотрудник управы, в здании на площади 4 с лишним тысячи квадратных метров разместятся фитнес-центр и 25-метровый бассейн. Компания-застройщик ещё осенью провела необходимые работы по благоустройству территории: заасфальтированы пе-

шеходные дорожки и места под парковку.

Здание по адресу: Марьинский бул., 8, корп. 2, начали строить в 2006 году. Первый застройщик отказался от своих планов, и потребовалось время, чтобы найти нового инвестора, который и завершил строительство.

Игорь КАЗАЧЕНКОВ



В здании разместятся фитнес-центр и бассейн

Ярослав Чингаев

коротко >>

На Люблинской открылись группы для дошкольников

В ТЦСО «Марьино» открылись группы кратковременного пребывания для детей от трёх до шести лет. График работы — с 10.00 до 12.00 по вторникам, средам и четвергам.

В группу принимают преимущественно дети из многодетных, неполных и малообеспеченных семей. Чтобы записаться, родитель должен прийти с ребёнком в кабинет 40 в ТЦСО «Марьино» по адресу: ул. Люблинская, 159, с паспортом и свидетельством о рождении ребёнка.

Ольга ФРОЛОВА

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

Пишите нам:
uvkurier@mail.ru
redaktor-2017@yandex.ru
Звоните:
(495) 681-3645

Спортсмен с Волгоградки выиграл чемпионат России по бильярду

Золотую медаль чемпионата России по бильярдному спорту, который прошёл в Сочи, завоевал воспитанник спортшколы «Москвич» Павел Плотников. Ему 23 года, бильярдом он занимается 10 лет.

— Я случайно пришёл в бильярд, — говорит он, — до этого шахматами занимался. А тут увидел объявление о наборе в секцию и решил попробовать. Никогда ведь раньше серьёзно не играл, так, в

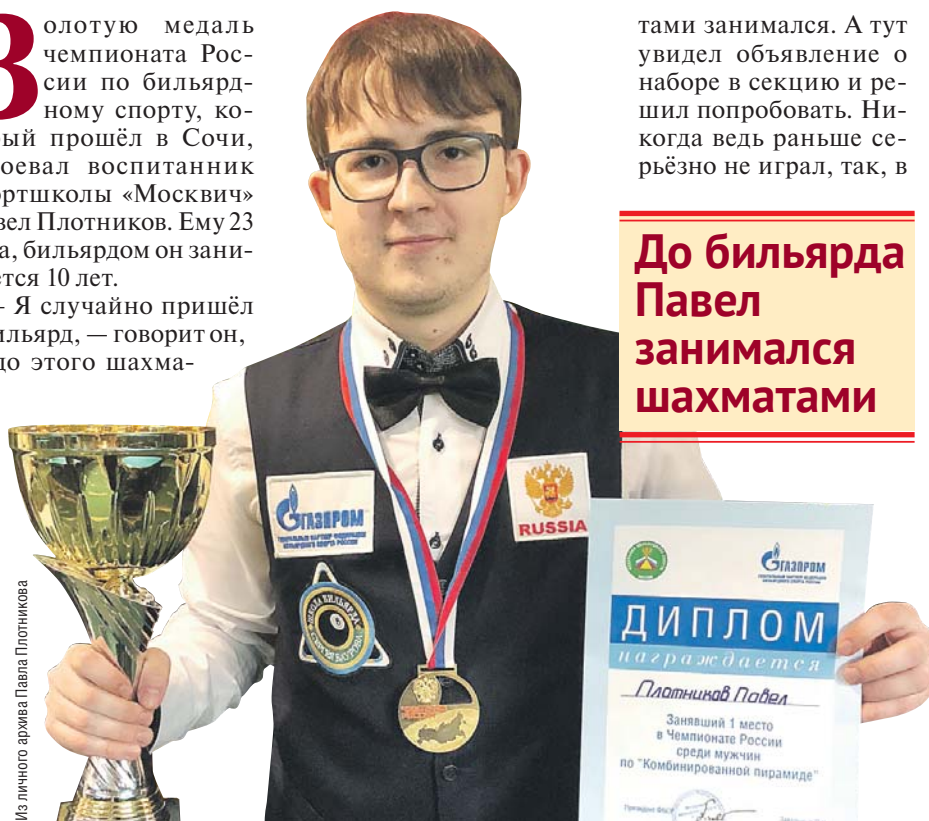
детстве изредка с папой. Благо рост позволял — это важно в русском бильярде: стол-то большой. Да так и заболел бильярдом. Даже окончил Российский университет физкультуры и спорта, отделение бильярда.

До бильярда Павел занимался шахматами

Павел — мастер спорта международного класса, дипломированный тренер. Но на тренерскую работу пока не собирается, шутит: «Я ещё не наигрался». Сейчас готовится к чемпионату мира в Ханты-Мансийске.

Всё свободное время Павел отдаёт любимому виду спорта. А в поездках любит знакомиться с архитектурой городов. Из зарубежных любимых — Барселона, Венеция, Флоренция и Рим.

Алексей
ТУМАНОВ



Из личного архива Павла Плотникова

фотофакт >>

Снежокот в Кузьминском лесу



Candy Cane/Instagram.com

Из незапертой квартиры на Зеленодольской украли банковские карты

В Рязанском районе задержали домосидку, прошлой осенью обокравшего квартиру на Зеленодольской. Примерно в полтретьего ночи мужчина зашёл погреться в подъезд дома 7 на Зеленодольской. И увидел, что дверь в одну из квартир чуть приоткрыта. Войдя в коридор, злоумышленник забрал оттуда рюкзак, в котором нашёл банковские карты.

— Утром, взглянув на мобильное приложение, хозяин квартиры

увидел, что с его банковской карты с четырёх до пяти утра были совершены 16 платежей в различных магазинах на сумму 9743 рубля, — сообщил кузьминский межрайонный прокурор Евгений Мостовой.

Как выяснилось, вор намеренно совершал мелкие покупки, зная, что такие операции не требуют введения ПИН-кода.

Вера ШАРАПОВА

По информации
Кузьминской межрайонной
прокуратуры

У посетителей кафе в Южнопортовом нашли фальшивые евро

В одном из кафе в Южнопортовом районе полицейские провели проверочную закупку, в рамках которой задержали троих подозреваемых в подделке валюты — двоих приезжих 46 и 39 лет и 39-летнего москвича.

— При задержании у них обнаружили поддельные купюры различного достоинства, —

уточнила руководитель пресс-службы УВД по ЮВАО Ольга Егорова.

У задержанных изъяли банкноты на общую сумму 2400 евро. То, что деньги подделаны, подтвердило специальное исследование. Как сообщается, фальшивомонетчики собирались сбыть их за 84 тыс. рублей.

Вера ШАРАПОВА

В районе Люблино приступили к выбору имени для сквера

Жители района могут предлагать варианты названия для территории между улицами Совхозной и Краснодарской у станции метро «Люблино». Об этом сообщил глава управы района Алексей Бирюков на сво-

ей странице в соцсетях.

«В настоящий момент идёт сбор предложений по наименованию для сквера 39-го микрорайона. Буду очень признателен за ваши варианты или комментарии к имеющимся вариантам», — написал он.

Пока меньше всего споров вызывают названия «Татьянин сквер», «Люблинский сквер» и «Сквер Фёдора Конюхова».

Принять участие в обсуждении можно на странице Алексея Бирюко-

ва «ВКонтакте»: vk.com/id501058540 (пост от 4 февраля).

После обсуждения варианты будут представлены для голосования на портале «Активный гражданин».

Андрей ТОМЦЕВ



Сквер у метро «Люблино»

Ярослав Чингаев

Переписать сценарий старости

В столице запустят новые проекты для пожилых москвичей

В столице в ближайшее время будут запущены новые проекты для комфортной жизни пожилых людей. Об этом на прошедшем в Сочи форуме «Здоровое общество. На пути к цели 80+» сообщила заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития **Анастасия Ракова**.



mos.ru

— Сегодняшние пенсионеры — это совершенно другие люди, с другими потребностями, с другим образом жизни. Сценарий старости принципиально меняется. Московский пенсионер сегодня — это самый активный москвич, который пользуется всей инфраструктурой — культурной, социальной, банковской, — системой госуслуг, прекрасно владеет Интернетом, — отметила Анастасия Ракова. — Поэтому требуется разработка принципиально иных институтов социального благополучия пенсионера. И она должна базироваться на совершенно иных принципах, чем несколько лет назад.

Подход — медико-социальный

Активный возраст

Москва формирует принципиально новый подход к работе с пенсионерами. Средняя продолжительность жизни в столице составляет уже 78 лет, и, по прогнозам специалистов, эта цифра будет и дальше расти.

Новая концепция работы с москвичами третьего возраста прежде всего учитывает медицинские потребности пенсионеров. Так, для пожилых людей уже более полутора лет доступен медицинский патронаж на дому. Сейчас ведётся работа над тем, чтобы сблизить ме-



Пенсионеры разминаются перед скандинавской ходьбой

Агентство «Москва»

В столице разработают принципиально новый подход к благополучию пенсионеров

дицинский и социальный патронаж для москвичей.

Успешно работает и ещё один медицинский проект: для пожилых паци-

ентов с тремя и более хроническими заболеваниями теперь работает специальный врач.

— В ближайшее время

мы запустим ещё ряд новых проектов. Я бы назвала их медико-социальными, находящимися на стыке социальных и медицинских служб, — сообщила Анастасия Ракова.

Время учиться

Кроме того, уже почти год в столице работает проект «Московское дол-

голетие», который позволит пенсионерам наполнить свой досуг интересными кружками, секциями, лекциями. В столице работают около 8 тысяч кружков для пенсионеров, они есть в каждом районе Москвы. А участниками «Московского долголетия» стали более 200 тысяч пожилых москвичей.

Виола СЕРГЕЕВА

В Царицыне открылся Детский музей

Первые два зала Детского музея открылись в музее-заповеднике «Царицыно» в конце прошлого года. Об этом сообщила директор музея-заповедника Елизавета Фокина в ходе пресс-конференции, прошедшей в информационном центре Правительства Москвы. В первом зале посетители могут познакомиться с культурными слоями Царицына и с помощью анимационных фильмов узнать, как

менялось это место за последние 4 тысячи лет. В зале — множество интерактивных модулей.

— Таков главный закон Детского музея: трогать можно всё! — говорит **Елизавета Фокина**.

Во втором зале рассказывается, как строили дворцы в XVIII веке. Помогает в этом вертикальный магнитный пазл. Весной и летом в Детском музее откроются ещё два выставочных зала, они

будут посвящены флоре и фауне Царицынского парка и дворцовым увеселениям XVIII века. Последний — «Кабинет натуральной истории» — планируют открыть в конце года. Здесь можно будет ставить спектакли, заниматься творчеством.

Детский музей — это часть большой (взрослой) экспозиции музея-заповедника «Царицыно».

Ирина ЛЬВОВА

В Государственном Кремлёвском дворце пройдёт кадетский форум

5-й городской форум кадетского образования «Честь имею служить Отчизне!» состоится **20 февраля** в Государственном Кремлёвском дворце. Об этом сообщила директор Центра патриотического воспитания и школьного спорта г. Москвы Ольга Ярославская на пресс-конференции в столичном Департаменте образования и науки, которая проведена при содействии информационного центра Правительства Москвы.

— На форуме 26 военных вузов России представят свои профориентационные программы. Будут работать павильоны робототехники, пройдут демонстрация морского симулятора, исторические викторины и презентация «Московской электронной школы» по кадетскому направлению, — сказала она.

В системе образования Москвы открыто более 500 кадетских классов в

201 школе, где обучаются 16,5 тысячи кадет. По статистике, полученной за пять лет существования кадетских классов, 65% выпускников-кадет поступают в вузы силовых структур. Но кадетское образование — это не только военная подготовка. Ребята в кадетских классах танцуют, играют в театрах, занимаются спортом и участвуют в волонтерских акциях.

Ольга ФРОЛОВА

«Марафон талантов» зажжёт новые звёзды

В столице стартует ежегодный конкурс для детей из многодетных семей «Марафон талантов-2019». Отборочный тур пройдёт в **ЮВАО 16 марта**. Желающие показать свои умения могут подготовить номер в любом понравившемся жанре — например, показать хореографическую зарисовку, удивить жюри своим вокалом, сыграть на музыкальном инструменте или же подготовить программу в жанре стендап или КВН.

Счастливчики, которые смогут очаровать жюри и пройти во второй этап конкурса, получат возможность поучаствовать в мастер-классах со звёздами шоу-бизнеса, взять уроки мастерства у деятелей ис-

кусства, получить советы от педагогов по вокалу, по хореографии, по сценическому мастерству. А финалисты конкурса смогут выступить на гала-концерте конкурса, который пройдёт осенью в Государственном Кремлёвском дворце, на одной сцене с российскими селебрити.

«Марафон талантов» проходит в столице в пятый раз. Через отборочные туры прошли более 10 тысяч детей, около тысячи из них по итогам конкурса выступили в Кремле.

Зарегистрироваться для участия можно на сайте **marafon.oms.msk.ru**.

Отборочный тур пройдёт по адресу: ул. Люблинская, 159. Начало в 11.00.

Виолетта ДЕНИСЕНКОВА

При слове «полиция» он убежал

Непонятные личности ходят по квартирам и назойливо предлагают поверку и замену водосчётчиков

Вквартиры жителей округа всё чаще звонят и приходят непонятные личности, назойливо предлагающие поверку или замену водосчётчиков. С этой проблемой столкнулся и корреспондент «ЮВК».

А потом он убежал

После обеда в дверь моей квартиры на Волгоградском проспекте позвонили. На площадке стоял молодой человек.

— Я уполномоченный единого федерального центра учёта платежей, — солидно представился визитёр. — Вы в курсе, что ваши счётчики воды необходимо срочно заменить?

— Это ещё зачем? — удивился я. — Поверка только в 2020 году — так в техническом паспорте приборов записано.

— Забудьте. Закон вчера поменяли. — Парень полез в папку, вытянул оттуда лист бумаги с какой-то печатью и помахал им в воздухе. — Надо ставить умный счётчик. Он сам будет передавать данные в расчётный центр. И стоит недорого, у нас сегодня скидки.

— А если я откажусь? — Я уже понял, что это раз-

вод, но решил доиграть до конца.

— Тогда мы подадим на вас в суд за нарушение закона, — нахмурил брови визитёр. — В другой раз приду с приставами.

— Это хорошо, что вы о них вспомнили. Не уходите, я полицию вызову.

— Беседа начала мне надоедать.

«Специалист» резко развернулся и побежал к выходу. Потом я проверил, и оказалось, что единого федерального центра учёта платежей не существует.

От слов перешли к угрозам

С более изощрённым видом психологического давления столкнулись родители одного из жителей района Марьино.

— По почте пришла бумага с печатью. В ней было написано, что на основании приказа №135 необходимо срочно менять счётчики, — рассказывает он.

Его пожилой отец позвонил по указанному в письме телефону. Деловитый женский голос подтвердил необходимость замены прибо-



Сергей Корсун

ров учёта, однако назвать своё имя женщина отказалась. А после того как отец попытался выяснить, где находится организация, рассылающая письма, дама бросила трубку.

Дальше больше. Родителям позвонил какой-то мужчина и стал пугать,

Купить нельзя заставить

По информации АО «Мосводоканал», правила поверки водосчётчиков в России не менялись уже на протяжении пяти лет.

— Никаких приказов о немедленной массовой замене водосчётчиков нет, — пояснили в пресс-службе организации. — Если кто-то навязчиво предлагает такие услуги, можно уточнить информацию, позвонив по телефону нашей горячей линии, и убедиться, что это неправда.

Что же касается нарушения договора публичной оферты, за разъяснением мы обратились к профессиональному юристу.

Комментирует адвокат Дмитрий Стасюк:

— Публичная оферта — это предложение совершить сделку о покупке чего-либо или об оказании услуг. Например, человек на рынке продаёт картины и зазывает клиентов: «Налетай, торопись, покупай живопись!» Покупатель может спросить о стоимости, качестве товара или о любых других аспектах сделки. Это его ни к чему не обязывает. Как говорится, за спрос денег не берут. Поэтому заявление о нарушении договора публичной оферты суд даже не примет.

Андрей ТОМЦЕВ

Телефон горячей линии АО «Мосводоканал» (499) 763-3434



Никаких приказов о немедленной массовой замене водосчётчиков нет

что, если они не подписут договор, на них подадут в суд. Вроде бы когда родители позвонили по телефону, указанному в письме, то согласились с условиями договора публичной оферты.

Как обращаться на портал «НАШ ГОРОД»

Зарегистрируйтесь на портале gorod.mos.ru, заполнив регистрационную форму. После регистрации на вашу электронную почту придёт соответствующее уведомление

Отправьте жалобу: благоустройство, состояние подъезда, состояние дорог, работа поликлиник, работа центра госуслуг, нарушения в магазинах, завышенные цены на лекарства в аптеках и др.



Вы получите ответ в течение **8 рабочих дней** со дня публикации вашего сообщения на портале

Вы сможете подтвердить устранение нарушения или опровергнуть опубликованный ответ

официально

Встречи глав управ с жителями ЮВАО пройдут 20 февраля в 19.00

■ Выхино-Жулебино

Ул. Авиаконструктора Миля, 18, корп. 2. Тема: «О социально направленной деятельности и предоставлении льгот социально незащищённым группам граждан».

■ Капотня

Капотня, 2-й квартал, 7. Тема: «О ходе работ по содержанию управляющей компанией МКД в зимний период».

■ Кузьминки

Волгоградский просп., 157, корп. 4 (ГБОУ г. Москвы «Школа на Юго-Востоке им. маршала В.И.Чуйкова»). Темы: 1. «О социально направленной деятельности и предоставлении льгот социально незащищённым группам граждан». 2. «О состоянии и работе предприятий потребительского рынка и услуг на территории района».

■ Лефортово

Пр. Завода «Серп и Молот», 10, 4-й этаж (зал МФЦ). Темы: 1. «О работе по снижению задолженности за жилищно-коммунальные услуги». 2. «О пресечении несанкционированной торговли на территории района».

■ Люблино

Спортивный пр., 3а (ГБОУ «Школа №2121 им. С.К.Куркоткина»). Тема: «Об итогах организации зимнего отдыха на территории района».

■ Марьино

Ул. Люблинская, 159 (ГБУ «ТЦСО «Марьино»). Тема: «О социально направленной деятельности и предоставлении льгот социально незащищённым группам граждан».

■ Некрасовка

Ул. Покровская, 35 (ГБОУ «Школа №2053»). Тема: «О ходе работ по содержанию управляющими компаниями МКД в зимний период в районе Некрасовка».

■ Нижегородский

2-й Карачаровский пр., 1 (ГБОУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи им. А.П.Гайдара»). Тема: «О работе по снижению задолженности за жилищно-коммунальные услуги».

■ Печатники

Ул. Шоссейная, 86 (управа района Печатники). Тема: «О социально направленной деятельности и предоставлении льгот социально незащищённым группам граждан».

■ Рязанский

Ул. 1-я Новокузьминская, 10, комн. 206 (зал заседаний управы). Тема: «О состоянии и работе предприятий потребительского рынка и услуг на территории района».

■ Текстильщики

Ул. Саратовская, 1, корп. 2 (библиотека №113 ЦБС ЮВАО). Темы: 1. «О благоустройстве дворовых территорий и ремонте подъездов». 2. «О соблюдении правил пожарной безопасности на территории района».

■ Южнопортовый

Ул. Трофимова, 27, корп. 1 (управа Южнопортового района, актовый зал). Темы: 1. «О ходе работ по содержанию управляющей компанией МКД в зимний период». 2. «О работе по выявлению и вывозу брошенного, разукомплектованного автотранспорта в районе».

Факторы риска — сладости, полуфабрикаты, маргарин

Игорь
Дягилев

Предоставлено пресс-службой ДЦ №3

Советы доктора Дягилева — восемь правил профилактики онкозаболеваний

В России онкологические заболевания — вторая по распространённости причина смертности населения.

— Особая опасность онкологии в том, что на начальных этапах некоторые её виды протекают бессимптомно, и человек может долгое время даже не подозревать о наличии у себя угрожающей жизни болезни, — говорит главный врач ДЦ №3 Игорь Дягилев из Выхина-Жулёбина. — Именно поэтому большой процент онкологических заболеваний выявляется на поздних стадиях, когда остановить запущенные в организме процессы практически невозможно.

Не существует идеального средства ни от рака, ни от других заболеваний. Тем не менее здоровый и активный образ жизни, правильное питание и хорошее настроение позволяют свести риски к минимуму.

1 Сбалансированное питание

Причина многих злокачественных болезней — неправильное питание. Повышенное количество употребляемых жиров приводит к повышению холестерина в крови, а это увеличивает риск появления ракового процесса в лёгких. Злоупотребление углеводами провоцирует заболевание молочных желёз.

Питаясь фастфудом, человек обделяет свой организм микроэлементами и витаминами, что значительно снижает иммунитет. В результате человек становится более восприимчивым к инфекциям, перепадам температур,

обостряются хронические заболевания.

Уже доказано, что в период климакса женщины с избыточной массой тела страдают от рака груди в два раза чаще. А мужчинам с ожирением грозит злокачественное заболевание кишечника. При ожирении в пять раз повышается вероятность развития рака жёлчного пузыря, печени, пищевода, почек.

Существует риск появления онкопатологии при употреблении сладостей, белого хлеба, полуфабрикатов, маргарина.

Рацион питания необходимо изменить, придерживаясь низкоуглеводной диеты. Она включает употребление бобовых, жирных сортов рыбы, круп, орехов, овощей, зелени. Фрукты без контроля также не стоит употреблять, однако и без них нельзя.

2 Отказ от вредных привычек

По оценке специалистов, примерно треть случаев возникновения злокачественных опухолей связаны с нашими ежедневными привычками, которые мы в состоянии изменить.

Необходимо отказаться

от алкогольных напитков или, по крайней мере, контролировать их приём. Алкоголь увеличивает риск злокачественного поражения гортани, пищеварительного тракта. Курение также относится к предрасполагающим факторам. К примеру, выкуривая ежедневно три пачки сигарет, человек повышает вероятность рака в десятки раз. Кроме того, табачный дым, проникая в слюну, поражает слизистую ротовой полости.

5 Наследственность

Зная о наличии ракового заболевания у родственника, нужно и самому регулярно проходить медосмотр.

6 Двигательная активность

Благодаря занятиям спортом активизируется кровообращение, вследствие чего каждая клетка получает достаточное количество питательных элементов, кислорода. Это способствует правильному течению всех процессов в организме. Делайте утреннюю зарядку, занимайтесь плаванием, бегом, велоспортом.

7 Укрепление иммунитета

Иммунитет в состоянии справиться с инфекционными возбудителями, уменьшить воспалительный процесс, снизить скорость роста ракового образования, тем самым отсрочив метастазирование.

Укреплять иммунитет необходимо с помощью регулярных прогулок на свежем воздухе, частого проветривания помещения, нормализации психоэмоционального состояния, приёма витаминов, отдыха на берегу моря, в лесу.

8 Гормональный контроль

Дисбаланс гормонов может стать причиной возникновения онкологического очага в органах репродуктивной системы, щитовидке, надпочечниках. Чтобы предупредить это, необходимо исследовать гормональный уровень, особенно при наличии сопутствующей эндокринной патологии.

Игорь МАКАРОВ

При ожирении в пять раз повышается вероятность рака печени, пищевода, почек

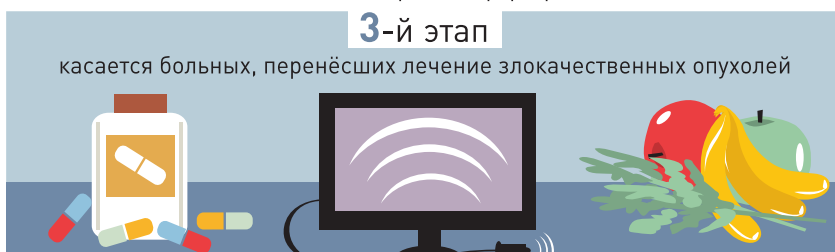
Основные этапы профилактики рака



Здоровый образ жизни и исключение вредных привычек



Регулярное посещение врача, диспансеризация и профилактические осмотры, своевременная диагностика и лечение предраковых состояний и ранних форм рака



Своевременное посещение онколога и необходимые исследования, поддерживающая терапия, правильное питание

Около верхней полки появился столик

На Казанском вокзале можно посмотреть новый плацкартный вагон

В ОАО «РЖД» готовятся использовать для перевозки пассажиров новые вагоны плацкартного типа. Демонстрационная модель размещена на Казанском вокзале. Отличия нового вагона от старого оценил корреспондент «ЮВК».

Вместо подножек — лесенки

Демонстрационная модель состоит из двух плацкартных отсеков, но их достаточно, чтобы оценить новинку. Прежде всего существенно изменился интерьер. Вместо бордовых сидений — темно-серые, а вместо бежевых стен — красные и белые. Так, пожалуй, стало веселее.

В вагоне нет боковых подножек, по которым пассажиры забирались на верхние полки и спускались с них. Хорошо помню, как ночью, спускаясь с верхней боковушки, не нашупал в темноте выступ для ноги и чуть не полетел кубарем вниз. Сейчас выступы заменили лесенками. Такую нащупать ногой куда проще.

Фонари на потолке заменили длинными тонкими лампами с ярким белым светом.

Но, к сожалению, пространства в новом вагоне больше не стало. Двум пассажирам, как и пре-



Лампочки у изголовья стали ярче

Андрей Дмитриев

жде, приходится расходиться в коридоре боком.

На каждой полке — шторка

На каждой полке есть шторка. Закрыв её, можно переодеться или лечь спать, и, если в вагоне в это время горит свет, он не помешает. Жаль, шторка не звукоизолирующая: слышать обсуждение соседями по вагону цен на товары или действий правительства всё равно придётся.

Рядом с полками есть USB-зарядка для гаджетов и розетка. Я проверил: телефон в демонстрационной модели заряжается. Слушать любимую

музыку можно сколько угодно, не опасаясь, что мобильник разрядится, как бывало раньше.

Между верхними полками появился столик с углублениями для стаканов. Можно перекусить

Раньше около каждой полки была тусклая лампа, при свете которой читать невозможно. Меня выручал налобный фонарь. В новом вагоне эти лампы сделали ярче.

альном купе. Выдавать матрасы проводник будет вместе с бельём.

На полу вместо линолеума появится противоскользящее покрытие. В любое время можно будет выпить горячего чая: вместо титана, где иногда вода была едва тёплой, появятся аппараты с кипячком.

Туалеты в новых плацкартных вагонах станут более современными, и их не будут закрывать на станциях. Сейчас новые плацкартные вагоны ходят только в сторону Ярославля, однако уже скоро из них будут формировать составы и для других направлений.

Роман НЕКРАСОВ

Современные туалеты не будут закрывать на станциях

даже ночью, не беспокоя соседей снизу.

— Проснулся — и сразу за столом! — шутит Виталий Аверьянов, который осматривал вместе со мной макет в ожидании поезда до Перми.

Чай в любое время суток

Планируется, что пассажирам будут выдавать ортопедические матрасы. Храниться они будут не на полках, а в специ-

ДТП >>

Из-за столкновения на Таганрогской пострадал пешеход

8 февраля в два часа дня водитель «Фиата» следовал по Таганрогской улице и, поворачивая налево на перекрёстке с Краснодарской, не пропустил встречный «Ленд Ровер». Машины столкнулись, после чего «Ленд Ровер», потеряв управление, выехал на тротуар, где сбил 71-летнего пешехода (пенсионер стоял у края дороги в ожидании зелёного сигнала светофора). Пешехода доставили в больницу с сотрясением мозга.

Не пропустил «Шевроле» на 1-й Дубровской

9 февраля в третьем часу дня 30-летний водитель «Киа Спортейдж» выезжал на 1-ю Дубровскую улицу со двора дома 16а. При этом он не пропустил «Шевроле Авео», шедший по 1-й Дубровской в направлении Новооставской. При столкновении автомобилем пострадала 34-летняя пассажирка «Шевроле» — её госпитализировали с переломом руки.

Сбил женщину на Перерве

10 февраля в три часа дня водитель «Газели» ехал по улице Перерве и напротив дома 38 (недалеко от остановки «Графитный проезд») сбил 41-летнюю женщину, которая переходила дорогу по нерегулируемой «зебре». В результате скорая увезла пострадавшую в больницу с сотрясением мозга и переломами двух пальцев руки.

Пострадал в Южнопортовом районе

10 февраля в пятом часу вечера 35-летний мужчина, управляя «Ситроеном», двигался по 2-му Южнопортовому проезду. У перекрёстка с 1-м Южнопортовым проездом он наехал на 42-летнего пешехода, пересекавшего проезжую часть по нерегулируемому пешеходному переходу. Мужчина получил сотрясение мозга и перелом голени. Скорая помощь доставила его в 15-ю больницу.

ОБ ДПС ГИБДД
УВД по ЮВАО

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

Пишите нам:
uvkurier@mail.ru
redaktor-2017@yandex.ru

Звоните:
(495)681-3645

Мечты становятся реальностью по договору ренты с Гильдией «Столица»!

- До 5 000 000 единовременно*
- До 100 000 ежемесячно*
- Патронаж и помощь по хозяйству — бесплатно!
- Оплата коммунальных услуг.

8 (495) 626-46-36
gstolica.ru

*рассчитывается индивидуально.
ООО «Гильдия Столицы», ОГРН 1147746917537

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ? ЗВОНИТЕ!
ТЕЛ. ОТДЕЛА ДОСТАВКИ (495) 681-3970

БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- Приём жалоб от населения на коммерческие организации и госструктуры
- Помощь в составлении юридических документов
- Бесплатный приём и консультация дежурного юриста по всем вопросам

8 (499) 677-68-95

Реклама ОГРН 1197746014938

На улице Вострухина спилили аварийное дерево



Аварийное дерево на улице Вострухина, 6, корпус 1



Сотрудники ГБУ «Жилищник Выхино района Выхино-Жулебино удаляют аварийное дерево



Со стороны 5-го подъезда между домом и сквером — огромное дерево под наклоном, параллельно земле, что очень опасно: оно может упасть. Неоднократно обращались в «Жилищник» и в диспетчерскую. Когда его уберут?

Татьяна Григорьевна,
ул. Вострухина, 6, корп. 1

Редакция ЮВК направила обращение в управу района Выхино-Жулебино.

— По обращению жительницы сотрудники ГБУ «Жилищник Выхино района Выхино-Жулебино» провели осмотр дерева по адресу: улица Вострухина, 6, корпус 1. По результатам проведенного мониторинга совместно с представителем Департамента природопользования и охраны окружающей среды города Москвы принято решение об удалении данного дерева, — сообщили в управе района Выхино-Жулебино.

В итоге дерево спилили.

— В подобных ситуациях жители могут обратиться на горячую линию управы района Выхино-Жулебино по телефону (495) 376-4686 или в ГБУ «Жилищник Выхино района Выхино-Жулебино» — в отдел благоустройства по телефону (495) 705-7702 и в отдел по работе с обращениями граждан по телефону (499) 796-5928, — уточнили в управе.

Маргарита ИВАНОВА

Павильон на остановке в Рязанском починили



Повреждён павильон на остановке «Улица Коновалова, дом 4». В стене павильона, где размещают рекламу, стекло наполовину вышло из рамы. Это опасно, так как от ветра оно может упасть на людей.

Лидия Михайловна,
ул. Коновалова, 4

За исправное состояние остановочных павильонов отвечает Департамент

транспорта г. Москвы. Редакция передала сообщение жителям на портал «Московский транспорт» transport.mos.ru. В настоящее время стенку павильона на остановке «Улица Коновалова, дом 4» отремонтировали. Жительница подтвердила, что стекло закреплено.

Вера КАЗАНСКАЯ

Контакт-центр «Московский транспорт»: (495) 539-5454. Электронная приёмная: transport.mos.ru



Стекло в остановочном павильоне закрепили

Артур Новосильцев

На 1-й Вольской починили информационный стенд



Разбито стекло на доске объявлений рядом с нашим подъездом. Просим поставить новое.

Елена,
ул. 1-я Вольская, 15, корп. 2, подъезд 2

После обращения редакции в компанию «Горжилсервис», которая отвечает за состояние информационных конструкций

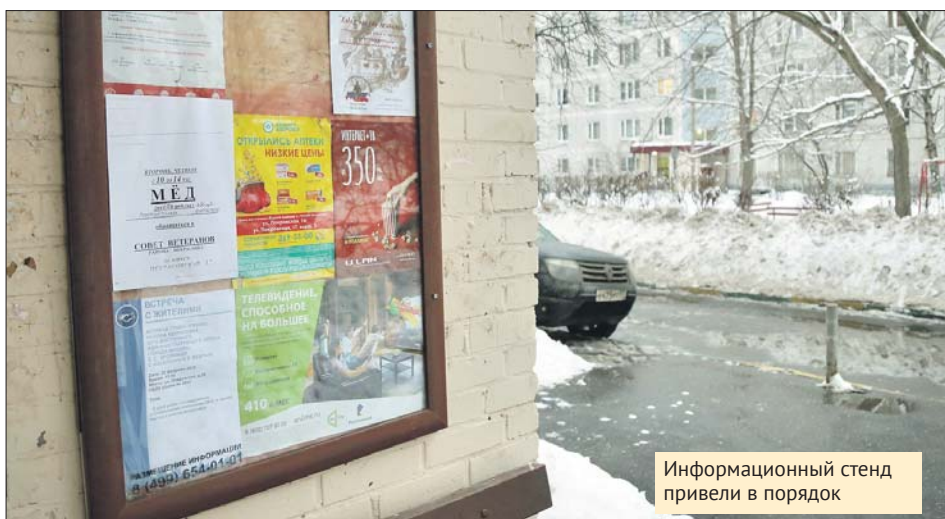
в Москве, повреждённое стекло на информационном щите у 2-го подъезда дома на 1-й Вольской заменили новым.

— Стекло на доске объявлений у подъезда очень уязвимо, — говорит менеджер административного отдела «Горжилсервиса» Виктория Саломатина. — Мы получаем десятки заявок о том, что они повреждены.

Причиной повреждения чаще всего становятся вандализм и хулиганство. Срок восстановительного ремонта — пять рабочих дней.

Марина МАКЕЕВА

Управа района Некрасовка:
1-я Вольская ул., 24, корп. 1,
тел.: (495) 706-9787,
(495) 706-8257.
Эл. почта: nekrasovka@uvao.mos.ru



Информационный стенд привели в порядок

Артур Новосильцев

Водосточную трубу на Авиационной отремонтировали



Водосточная труба на Авиационной улице



Сломана водосточная труба, которая проходит по стене дома, просьба отремонтировать.

Жительница дома 5 на Авиационной улице

Дом находится в управлении ГБУ «Жилищник района Лефортово». В настоящее время водосточную трубу дома по указанному адресу отремонтировали.

Вера КАЗАНСКАЯ

ГБУ «Жилищник района Лефортово»: ул. 2-я Кабельная, 4, тел./факс (495) 362-2387. Эл. почта: oolefortovo@mail.ru



ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

ПИШИТЕ НАМ:
uvkurier@mail.ru
redaktor-2017@yandex.ru
ЗВОНИТЕ:
(495) 681-3645

Финал «Лыжни России» прошёл в Марьине

Популярная гонка собрала
2 тысячи участников

На территории биатлонного комплекса в парке культуры и отдыха 850-летия Москвы прошёл финал московского этапа 37-й Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России-2019». По данным пресс-службы окружного Центра физической культуры и спорта, для участия в гонке зарегистрировались более 2 тысяч человек.

В гонках было несколько дистанций: 5 километров — для лыжников до 18 лет, 10 километров — для спортсменов старше

**Преподаватель
физкультуры Михаил
Осипов участвовал
в гонке в 18-й раз**

18 и 500 метров для детей дошкольного возраста. Старт забегам дали директор Центра физкультуры и спорта ЮВАО Анатолий Куликов и депутат Мосгордумы Людмила Стебенкова, которая и сама приняла участие в гонке.

На старт всей семьёй

Многие пришли сюда семьями. Например, 36-летний Антон Журавлёв из Кузьминок приехал с женой и двумя дочками семи и восьми лет.

— Я пробежал 10 километров, — говорит он, — но, к сожалению, опоздал на старт и много сил потратил на то, чтобы всех обойти. Когда пошёл на второй круг, стало свободнее, но я выйти в число лидеров уже не смог. Дочки и жена пробежали 5 километров. Им очень понравилось.

Москвич Евгений Викторович пробежал 5 километров вместе с семилетней внучкой Дашей.

— Мы с Дашей обязательно катаемся на лыжах каждые выходные, но такую длинную дистанцию



Старт

Ярослав Чингаев



Вручение
памятных
сувениров

Ярослав Чингаев



Депутат Мосгордумы Людмила Стебенкова поздравила победителей и призёров гонки

Ярослав Чингаев

бежали впервые, — признался дедушка. — Даша так волновалась накануне старта, что всю ночь не спала. Она очень радовалась, когда надела на себя табличку с номером.

Михаил Осипов немного опоздал на старт, но ре-

шил всё равно бежать: — Мне 56 лет, и я участвую в гонке уже 18-й раз. Работаю преподавателем физкультуры в школе. Стартовал для себя, ведь победа совсем не обязательна, главное — участие!

Победители и болельщики

Первым из юношей десятикилометровую дистанцию прошёл двадцатилетний Арсений Чернов из района Люблино. Что, впрочем, не удивительно.

— Я профессиональный спортсмен, учусь в спортивной школе №81 «Бабушкино». Участвую в этом забеге первый раз, но на этой трассе часто тренируюсь.

Ольга Филиппова оказалась самой быстрой из девушек на десятикилометровой трассе.

— Я занимаюсь лыжным спортом уже шесть лет, — сообщила она.

Пятикилометровую дистанцию первым пробежал семнадцатилетний Александр Салахов. А самым юным участни-

ком забега стал маленький Гордей, которому нет и трёх лет.

Пока спортсмены бежали гонку, болельщики тоже не скучали. Для них организаторы устроили концерт русской народной песни. А все болельщики и участники гонки могли подкрепиться гречневой кашей и горячим чаем излевой кухни.

Ирина Львова

Смотрите видеосюжет о событии на Instagram-канале [@uvkurier](https://www.instagram.com/uvkurier)



хроника >>**В Выхине-Жулебине «невеста» украла драгоценности**

В полицию поступило заявление о краже ювелирных изделий на 140 тыс. рублей из квартиры на Волгоградском проспекте. 33-летняя потерпевшая рассказала, что обнаружила пропажу после визита девушки, откликнувшейся на объявление о продаже свадебного платья. Подозреваемую задержали. Оказалось, у неё уже есть судимость. Шкатулку с украшениями она украла, пока хозяйка ходила за стаканом воды.

Убийство в больнице

Пациентку одной из больниц в ЮВАО убила соседка по палате. Как сообщает Главное следственное управление СК России по г. Москве, преступление было совершено ночью. 52-летняя москвичка нанесла 49-летней жертве не менее двух ударов ножом в область туловища. Через некоторое время пострадавшая скончалась, несмотря на оказанную помощь.

В Южнопортовом мастер по карнизам изнасиловал клиентку

Жительница дома на улице Петра Романова вызвала специалиста по установке карнизов через интернет-сервис по поиску мастеров. Мужчина выполнил работу, а потом стал приставать к заказчице, повалил её на кровать и изнасиловал. Уходя, он забрал дорогой смартфон. Подозреваемого задержали. Это 32-летний мужчина, у него уже есть две судимости за тяжкие преступления.

Вера ШАРАПОВА

Два обогревателя и чайник в одной розетке не живут

Почему короткое замыкание часто приводит к пожару в квартире

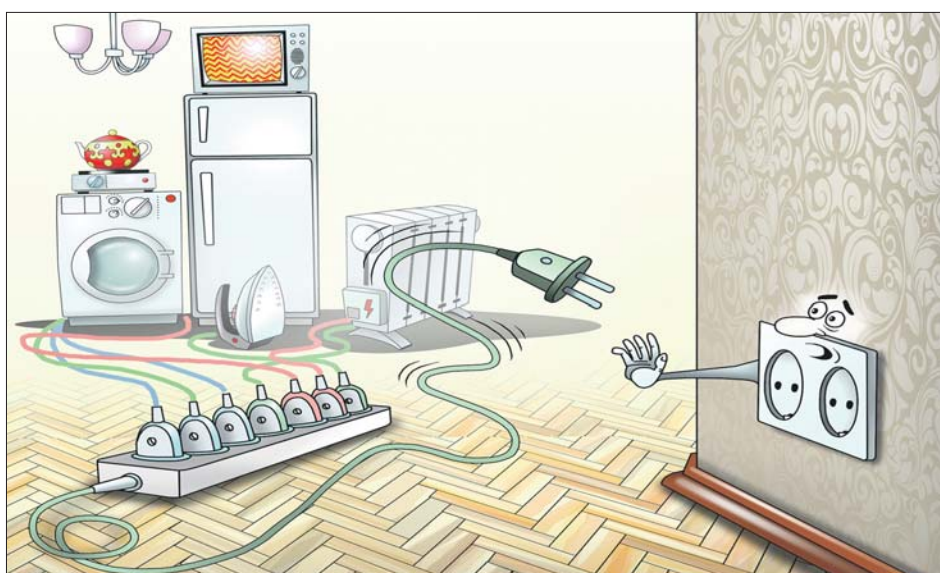
Январским вечером в одной из квартир на Тихорецком бульваре загорелся натяжной потолок. Покрытие плавилось и капало, пламя перекинулось на мебель и вещи. А начался пожар с электропровода, подходящего к люстре: его замкнуло.

От перегрузок и само по себе

Как объяснил начальник 3-го РОНПР Управления по ЮВАО ГУ МЧС России по г. Москве Александр Саблин, короткое замыкание — вторая по распространённости причина пожаров в Москве после неосторожного обращения с огнём. К этому приводят и сбои в работе электросети, и её неправильное использование.

— Часто люди включают в один тройник несколько мощных приборов, — объясняет Саблин. — У нас был случай, когда вместе подключили два обогревателя и чайник. Сеть коротнуло, начался пожар.

Из-за короткого замыкания 17 января на Поречной загорелся электропровод в жилом доме. А



Сергей Корсун

На Тихорецком бульваре из-за замыкания в электропроводе загорелся натяжной потолок

3 февраля в 17-этажке по соседству погиб человек: из огня его успели вытащить, но он умер в машине скорой. Этот пожар тоже случился из-за искры в сети.

Почему замыкает?

Объяснить, что может привести к роковому

сбою в электросети, мы попросили ведущего инженера производственного технического отдела ГБУ «Жилищник Рязанского района» Александра Прокофьева.

— В квартирах включают много бытовых приборов, — напоминает Прокофьев, — проводка может не выдержать, осо-

бенно если сеть старая. Но точно определить причину возгорания в проводке удастся не всегда. Возможно, что дело не в перегрузке в конкретной квартире, а в общем скачке напряжения.

Главное, что можно сделать для своей безопасности, — следить за состоянием электропроводки в доме. Если розетка искрит или плавится, если появился запах гари — это всегда тревожный признак. Важно оценивать внешний вид выключателей, люстр, патронов. Старую алюминиевую проводку в квартире

можно заменить медной. Общедомовую электросеть меняют в ходе капитального ремонта.

Хлебопечка — это мощь

— Основную нагрузку на сеть даёт любая техника, предусматривающая нагревание, — говорит электромонтажник Александр Караваев, — это стиральные и посудомоечные машины, хлебопечки и так далее. Опасно одновременно включать несколько таких приборов, использовать их подолгу, особенно в домах со старой электропроводкой. Из-за таких перегрузок нагреваются контактные соединения в розетках, в распределительных щитках и в распаечных коробках. Сильный перегрев может привести к пожару. Чтобы этого не произошло, важно не перегружать сеть. Нельзя злоупотреблять тройниками и аналогичными устройствами. Они рассчитаны на приборы слабой мощности — светильники, компьютеры, телевизоры. А вот стиральную машину лучше включать в отдельную розетку.

Вера ШАРАПОВА

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (сайт в Интернете www.ritual.ru), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Как уберечь себя от обмана - первые действия

Если горе случилось дома: важно знать и быть готовым к тому, что после сообщения о факте смерти, информация будет продана «чёрным агентам» за сумму не менее 25 тысяч рублей. Помните: пустив в дом незваного гостя, вы, скорее всего, станете его жертвой и переплатите за организацию похорон в 2-3 раза больше по сравнению со стоимостью тех же услуг, заказанных в городской специализированной службе по вопросам похоронного дела.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь в проверенную городскую специализированную службу по телефону 8 (495) 100-9-100 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Запишите Ф.И.О. выехавшего к вам сотрудника, чтобы не ошибиться и открыть дверь именно ему.
3. Дождавшись специалиста, вместе вызовите сотрудников скорой помощи (тел. 103) и полиции (тел. 102).
4. Ни в коем случае не передавайте кому-либо паспорт усопшего до заключения договора ритуальных услуг.

Если горе случилось в больнице: чаще всего о наступлении смерти сообщают сотрудники ритуальной компании при больнице. Пользуясь своим положением, они предлагают свои услуги по завышенным ценам, заманивая родственников фиктивной скидкой на услуги морга.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь по телефону 8 (495) 100-9-100 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 100-9-100 или на сайте службы www.ritual.ru

ГБУ РИТУАЛ
Договор № 10 ЦДС/К-19

Колл-центр на дому: тишина и крепкие нервы

5 способов подработать, не вставая с дивана

Жители Юго-Восточного округа поделились с корреспондентом «ЮВК» собственным опытом подработки из дома, которая не отнимает много времени и сил.

Кружки с декором из полимерной глины

Елизавета из Марьино делает на заказ кружки с декором из полимерной глины в виде кукол, зверей или пирожных. Фотографии работ выставляет в «Инстаграм» и ставит хэштеги, по которым её страницу находят желающие приобрести оригинальную кружку ручной работы.

— Обычно такие кружки заказывают в подарок, — рассказывает девушка. — Чаще всего в качестве декора просят слепить сову, медвежонка или куколку. Один раз я лепила фигурку бородастого мужчины в джинсах и футболке — это был подарок для 55-летнего любителя группы «Битлз».

На создание одной кружки уходит около пяти часов. Для работы необходимо купить сопутствующие материалы: полимерную глину разных цветов, кружки в качестве основы, клей, гель для соединения мелких деталей, лак, ножи, машинку для раскатки

За одну статью платят от 100 до 1 тысячи рублей



Кружка с декором из полимерной глины

Из личного архива Елизаветы Никитиной

полимерной глины. А научиться лепить можно, посмотрев мастер-классы, которые выложены в Сети.

Кружки продаются по цене 700-1500 рублей. На заказах можно заработать примерно 7-10 тысяч в месяц.

Домашняя кондитерская

После выхода в декрет Светлана из Капотни на-

Есть интернет-площадки, на которых заказчики ищут авторов статей для сайтов

чала печь на заказ торты и пирожные. Сначала пекала для друзей, потом создала группы в соцсетях. По принципу сарафанного радио стали появляться покупатели.

— Сейчас большой спрос на макарон — это маленькие разноцветные печеньки с кремовой на-

чинкой, — рассказывает Светлана. — Также популярны низкокалорийные сладости без сахара какой-нибудь необычной формы.

Сложность в том, что работать приходится со скоропортящимися продуктами. Если клиент вовремя не забрёт заказ, то

изделие, скорее всего, испортится.

Доход от такой работы непостоянный: например, много заказов было перед Днём святого Валентина — Светлана заработала около 7 тыс. рублей. В месяц выходит не более 15 тысяч.

Работа на телефоне

Мария из Кузьминок работает на дому оператором колл-центра известного банка. О вакансии узнала в Интернете, отправила резюме. В ответ ей прислали логин и пароль от личного кабинета, в котором была ссылка на онлайн-обучение и тестирование. Для работы необходимы наушники с микрофоном.

— В мои обязанности входит звонить клиентам банка: либо предлагать им оформить кредитную карту, либо напоминать о просрочках по кредиту. Все контакты предоставляет работодатель. Нужно иметь железные нервы: часто приходится сталкиваться с грубостью.

Важное условие: для такой работы нужна полная тишина, поэтому тем, у кого дома есть маленькие дети, этот вариант не подойдёт. В месяц можно зарабатывать до 15 тысяч рублей.

Сетевой маркетинг

Елена из Печатников распространяет косме-

тику и диетические продукты через «Инстаграм». Этот вид бизнеса называется сетевым маркетингом.

— Я общаюсь с клиентами через «Инстаграм»: выкладываю ролики или посты о том, как сама пользуюсь нашей косметикой, и подписчики начинают интересоваться, — рассказывает Елена. — Но чтобы хорошо зарабатывать, нужно постоянно быть в деле, нельзя останавливаться.

Если посвящать работе пару часов в день, заработок будет порядка 5-8 тыс. рублей в месяц.

Написание текстов

В Сети есть биржи копирайтинга. Это интернет-площадки, где заказчики, которым нужны статьи на сайты, выкладывают задания для копирайтеров — людей, которые эти статьи могут написать.

— Заказы можно брать на разных сайтах, например, на text.ru, — рассказывает Марина из Текстильщиков. — Темы статей разные — про одежду, автозапчасти, валюту, строительство, новости шоу-бизнеса. Исходную информацию можно брать в Интернете — главное, переписать её своими словами.

За одну статью платят от 100 до 1000 рублей, сумма зависит от темы и объёма.

Анна КРИВОШЕИНА

официально >>> Об изъятии имущества

Сообщение о планируемом изъятии для государственных нужд объектов недвижимого имущества, расположенных в границах территории линейного объекта участка улично-дорожной сети — участок улицы Верхние Поля от улицы Марьинский Парк до Чагинской улицы

Цель изъятия для государственных нужд объектов недвижимого имущества — освоение территории для размещения объектов капитального строительства в границах территории линейного объекта участка улично-дорожной сети — участок улицы Верхние Поля от улицы Марьинский Парк до Чагинской улицы.

Работы по строительству осуществляются в соответствии с

постановлением Правительства Москвы от 18.05.2011 г. №408-ПП «Об утверждении Государственной программы города Москвы «Развитие транспортной системы».

Изъятие и предоставление компенсации за изымаемые объекты недвижимого имущества будут происходить в рамках действующего законодательства в соответствии со статьями 49, 56.5, 56.8 Земельного ко-

декса Российской Федерации, статьями 279 и 281 Гражданского кодекса Российской Федерации, статьями 9-11 и 28 Федерального закона от 05.04.2013 г. №43-ФЗ «Об особенностях регулирования отдельных правоотношений в связи с присоединением к субъекту Российской Федерации — городу федерального значения Москве территорий и о внесении изменений в отдельные законодательные

акты Российской Федерации». Заинтересованные лица могут получить информацию о предполагаемом изъятии земельных участков и (или) иных объектов недвижимого имущества для государственных нужд по телефону (495) 957-7500, доб. 55-165.

Правообладатели подлежащих изъятию объектов недвижимого имущества, права которых не зарегистрированы, могут подать заявления об учёте прав на объ-

екты недвижимого имущества с приложением копий документов, подтверждающих права на указанные объекты недвижимого имущества. Такие заявления могут быть направлены заказным письмом с уведомлением о вручении в Департамент городского имущества г. Москвы на имя заместителя руководителя Прусаковой Наталии Васильевны по адресу: 125993, г. Москва, 1-й Красногвардейский пр., 21, стр. 1.

В каждом классе есть такой ребёнок

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) — диагноз, который в последние годы всё чаще слышат родители. Врачи связывают это с повышением роли высоких технологий в жизни ребёнка. Как помочь таким детям, рассказала Маргарита Данилова, врач-психиатр Научно-практического центра психического здоровья детей и подростков им. Г.Е.Сухаревой Департамента здравоохранения г. Москвы. Один из его филиалов находится в Кузьминках.

Характер или болезнь?

— Дети с СДВГ есть практически в каждом классе, — говорит Маргарита Данилова. — Один из признаков — ребёнок не может усидеть на месте, находится в постоянном движении и «всё переворачивает», неспособен тихо и спокойно играть, слишком много говорит. Но СДВГ может обнаружиться и у более спокойного ребёнка, который не в состоянии сосредоточиться на деталях, часто теряет или забывает вещи.

— Заподозрить у ребёнка СДВГ можно при условии, что такое поведение проявляется в возрасте до семи лет, сохраняется и в школе, и дома, а также если есть значительные проблемы с учёбой, — подчёркивает врач.

Склонны к раннему курению

Часто у таких детей изменения наблюдаются уже на первом году жизни: они гиперактивны, чрезмерно возбудимы, плохо спят, но диагноз обычно ставят не рань-



При своевременном обращении к врачу можно обойтись без лекарств

ше пяти-шести лет, когда особенности поведения становятся явными.

— Оставленный без лечения, такой ребёнок в дальнейшем сталкивается со множеством проблем. В школе он не справляется с заданиями, часто конфликтует со сверстни-

ками и с учителями. Подростки с данной патологией значительно чаще других склонны к раннему началу курения и приёму наркотиков, — отмечает Маргарита Данилова.

На консультацию к врачу

— Если у родителя есть подозрения, что у ребёнка СДВГ, то не стоит заниматься самодиагностикой. Однозначно подтвердить наличие или отсутствие расстройства может только специалист — детский психиатр, — поясняет врач.

Для предварительной оценки состояния ребёнка доктор советует родителям заполнить специальный скрининговый опросник Вандербиля (он есть в от-

Как помочь детям с синдромом дефицита внимания

крытом доступе в Интернете), который, однако, не может заменить полноценную консультацию специалиста.

Обращение к врачу при подозрении на СДВГ крайне важно ещё и в связи с тем, что приблизительно в 80% случаев синдром встречается в рамках каких-то сопутствующих патологий, например гипертиреоза, тревожных расстройств и т.д.

Как лечить

При своевременном обращении к специалисту нередко можно обойтись без медикаментозной терапии. Есть множество способов помочь таким детям — психотерапия, физиотерапия, массаж.

Родителям важно следить за соблюдением ребёнком режима дня, предоставлять ему возможность расходовать избыточную энергию в физических упражнениях. Желательно обучение в классе малого наполнения, чтобы ребёнок сидел за первой партой.

— При сильно выраженных клинических проявлениях ребёнку могут назначить медикаментозную терапию. Препараты, которые врач-психиатр назначает ребёнку для коррекции СДВГ, не являются какими-то «страшными» психотропными лекарствами. Нередко применяются ноотропные препараты, благотворно влияющие на развитие ребёнка, его внимание и память, побочных эффектов у них минимум, — пояснила врач.

Елизавета БОРЗЕНКО

Филиал №2 НПЦ ПЗДП им. Г.Е.Сухаревой:
Есенинский бул., 3, корп. 2,
тел. (495) 919-5311



делай тело

Тянем трицепс

Как правильно растягивать руки, чтобы избавиться от болей в плечах, рассказывает инструктор одного из фитнес-центров в Нижегородском районе **Виктория Беланова**.



— Растягиваем трёхглавую мышцу — это трицепс. Упражнение можно выполнять стоя или сидя, — говорит Виктория. — Спина ровная, поднимаем одну руку вверх и сгибаем её в локте, ладонь как бы уводим назад и другой рукой надавливаем на локоть. У нас будет тянуться трицепс и вся внутренняя поверхность руки. Можно добавить растяжение косых мышц пресса. Для этого делаем наклон корпуса в противоположную сторону. То есть если мы подняли правую руку, то наклоняемся влево.

Упражнение доступно и полезно всем, делать его можно где угодно: дома, на работе или в спортзале.

— Особенно в старшем возрасте многие люди чувствуют боль в плечевом суставе, кроме того, с возрастом сложнее поднимать руки. Это простое упражнение станет хорошей профилактикой боли и сделает руки более подвижными, — говорит тренер. — Полезно упражнение и для тех, кто занимается фитнесом. Если мы работаем с утяжелением или с гантелями, оно поможет увеличить амплитуду движений, да и вообще выполнять упражнения станет легче.

Виолетта ДЕНИСЕНКОВА

Как записать ребёнка в кружки и секции





ПРОЕКТ
ПРАВИТЕЛЬСТВА
МОСКВЫ

ГОРОДСКАЯ ПРОГРАММА СТРАХОВАНИЯ ЖИЛЬЯ

На правах рекламы

ЛС №123456789)

Имя Отчество
Евская ул. д. 1 кв. 1

ТЕКУЩИЙ ВИД

ПЕРИОД
КОД 02 МЕСЯЦ 2019 ГОД
123456789

Тариф	Нач. по тарифу	Льгота	Начислено	Вид платежа	Зачислено	Перерасчет	Начислено
38.06	152.4	76.12	76.12	Зачислено			
27.01	162.06	81.03	81.03	Зачислено			
188.53	377.06	188.53	188.53	Зачислено			
2318.59	1828.37	914.18	914.19	Зачислено			
29.04	1559.45	479.16	1080.29	Зачислено			
18.19	976.80	300.14	676.66	Зачислено			

☒ Добровольное страхование

Итого с учетом страхования 3408.04

(499) 123-45-67 Срок



ОПЛАТИТЕ СТРАХОВКУ ВМЕСТЕ С КОММУНАЛЬНЫМИ ПЛАТЕЖАМИ

В столице более 20 лет действует Городская программа страхования жилья. С ее помощью ежегодно почти два с половиной миллиона семей обеспечивают надежную страховую защиту своих квартир.

Почему эта услуга так популярна у москвичей?

Прежде всего, страховка стоит очень недорого: главным образом, благодаря поддержке Правительства Москвы, участвующего в возмещении ущерба. Ежемесячный страховой взнос всего 1,87 руб. за квадратный метр. Многих привлекает простой и удобный способ заключения договора. Однако вопросы остаются. Можно ли доверять страховщикам? От каких неприятностей защищает страховка, как ее оплачивать? А главное, как возместить ущерб, если с квартирой что-то случится?

На вопросы читателей отвечают специалисты страховой компании «ВТБ Страхование» и ГБУ «Центр имущественных платежей и жилищного страхования».

Оплачиваю страхование квартиры по Единому платежному документу. В каких случаях можно рассчитывать на возмещение ущерба?

Ущерб возмещается при повреждении застрахованного жилья из-за происшедших как в жилом помещении, так и за его пределами: пожара и правомерных действий по его ликвидации; взрыва по любой причине (кроме теракта); аварий систем отопления, водопровода, канализации, а также внутренних водостоков.

К страховым случаям также относятся повреждения или уничтожение жилья в результате сильного ветра (свыше 20 м/с), урагана, смерча, шквала, а также сопровождающих их атмосферных осадков.

В городской программе страховая стоимость 1 кв. м составляет 42 000 рублей. Следовательно, максимальная сумма возмещения для квартиры площадью 53 кв. м не превысит 2 226 000 рублей. Но этого недостаточно для покупки квартиры, если застрахованное жилье будет разрушено, например, взрывом бытового газа. Значит, в таких случаях страховка не поможет?

Поможет. Если застрахованная квартира будет разрушена или станет непригодной для проживания, договор страхования предусматривает обязательства Правительства Москвы по предоставлению благоустроенного жилого помещения, взамен утраченного зарегистрированным в квартире собственникам.

Что нужно делать в случае залива квартиры?

Незамедлительно заявить о происшествии в диспетчерскую службу управляющей домом организации, затем в течение 3 рабочих дней сообщить о случившемся в страховую компанию «ВТБ Страхование» по телефону + 7 495 644 44 40.

Какие документы потребуются для возмещения ущерба?

Достаточно предъявить специалисту страховой компании, проводящему осмотр поврежденного жилья и оценку ущерба, следующие документы:

- паспорт
 - правоустанавливающий документ на квартиру
 - акт из компетентной организации (МЧС, управляющей домом компании и др.), устанавливающий техническую причину страхового события
 - документ, подтверждающий уплату страхового взноса
- Следует также заполнить заявление на получение страхового возмещения, указав в нем банковские реквизиты для перечисления денежных средств.

Сосед с верхнего этажа залил мою квартиру горячей водой. Он самостоятельно установил дополнительные батареи центрального отопления, нарушив условия монтажа. Можно ли рассчитывать на возмещение ущерба? Есть ли у страховой компании возможность наказывать таких безответственных жильцов?

Да, ущерб будет возмещен. При этом к страховщику, выплатившему страховое возмещение, переходит право требования компенсации от лица, ответственного за убытки. Размер требования не может превышать выплаченную сумму.

Как часто и по каким причинам страховщики отказывают в возмещении ущерба?

Отказы составляют менее 1,5 % от всех принятых решений по расследованию страховых событий. Основная причина отказов – неуплата страхового взноса по Единому платежному документу в месяце, предшествующем страховому событию. Помните, в неоплаченный период ущерб, причиненный квартире, не возмещается. Например, чтобы квартира считалась застрахованной в течение марта, нужно уплатить очередной страховой взнос не позднее 28 февраля, месяц оплаты коммунальных платежей при этом не важен. Ущерб не возмещают, в частности, если повреждение или уничтожение застрахованного жилого помещения произошло по причине, не предусмотренной договором страхования.

Оплачиваю страховку вместе с коммунальными услугами. Соседи надо мною посмеиваются, говорят, что я одна такая доверчивая. Интересно, сколько квартир застраховано в нашем округе?

Городская программа продолжает завоевывать доверие москвичей. Сегодня в Юго-Восточном административном округе застраховано 166 тысячи квартир, и это больше, чем в прошлом году (в целом по городу застраховано 1 954 846 квартир). Кстати, в 2018 г. 6061 московская семья получили адресную финансовую помощь в размере 192,6 млн руб.

ОБЯЗАТЕЛЬСТВА ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Правительство Москвы участвует в возмещении ущерба по страховым случаям:

- при повреждении квартиры выплачивается субсидия из городского бюджета в дополнение к возмещению страховой компании
- при уничтожении жилого помещения или признании его непригодным для проживания предоставляется другое благоустроенное жилье

С 01.01.2018 по 31.12.2020 систему страхования в жилищной сфере города Москвы в ЮВАО и ЮАО реализует ООО СК «ВТБ Страхование»

Москва, 2-й Южнопортовый пр-д, д. 27А, стр. 1, тел.: +7 (495) 644 44 40

ООО СК «ВТБ Страхование», Лицензия ЦБ РФ СИ №3398 от 17.09.2015 г.; ОГРН 1027700462514

ВТБ СТРАХОВАНИЕ

www.gcgs.ru

8 (499) 238 04 94

«Не зацикливайтесь на морщинах»

Пенсионерка из Некрасовки ведёт блог, посвящённый омоложению

Жительница Некрасовки Лариса Ланцова, выйдя на пенсию, стала блогером Ларой Миракл. Она делится с женщинами секретами омоложения. И знает, о чём говорит: много лет она проработала в сфере косметологии.

Фиточаи и упражнения

56-летняя Лариса Ростиславовна и сама выглядит молодо. Она убеждена, что не нужно зацикливаться на морщинах, возраст выдают не они. По словам пенсионерки, пожилого человека характеризует скованность в движениях.

— Не надо беречь себя, старайтесь делать более широкие, размашистые движения, задействуйте все мышцы, — говорит она. — Любая двигательная активность ведёт к омоложению. Кровь наполняется кислородом, улучшаются цвет лица, подвижность позвоночника. Главное — найти занятие по душе. Я, например, выбрала для себя зумбу.

А ещё блогер утверждает, что очень важен лимфодренаж — выведение из организма лишней жидкости и снятие отёков. В

Лариса Ланцова работала в сфере косметологии

этом помогут фиточаи из шиповника, мелиссы или мяты, а также специальные упражнения.

— Самое простое упражнение можно делать где угодно, — объясняет Лариса Ланцова. — Нужно просто подни-

маться на носки, а потом резко опускать пятки. Затраты времени и сил минимальные, а эффект максимальный.

Пока у блогера всего около 100 подписчиков, но всё впереди. В планах — рассказать обо всех омолаживающих процедурах, которые женщины могут сделать самостоятельно.

В клубе планируют создать блоги на разные темы

Проект «Инста-бабушка»

Идею создать свой блог Ларисе Ланцовой подкинули в центре социального обслуживания, в филиале «Некрасовка». Там недавно открылся клуб «Инста-бабушка», в котором пенсионеров учат пользоваться мобильным приложением «Инстаграм». «Придумала» клуб координатор проекта «Московское долголетие» Евгения Терентьева. Она и помогла Ларисе

Если вы хотите стать инста-бабушкой

Записаться в проект «Инста-бабушка» могут все пенсионеры, кто хочет создать свой блог, презентовать себя и рассказывать людям что-то интересное. У всех, кто собирается вести блог, должен быть смартфон, на который можно установить необходимые приложения.

График занятий пока плавающий. Узнать дату очередного занятия можно в центре социального обслуживания, в филиале «Некрасовка» по адресу: ул. Рождественская, 21, корп. 5. Тел. (495) 706-7579

сделать первые шаги как блогеру.

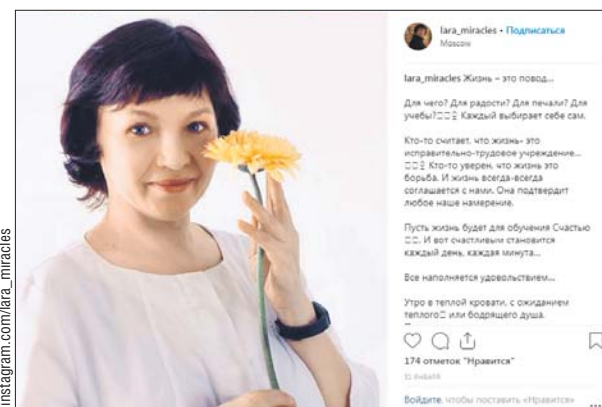
Стараются не отставать от Ларисы и другие участники клуба. Планируют создать свои блоги на самые разные темы: кулинария, развивающие занятия с внуками, садоводство. А женщины, занимающиеся в кружках рукоделия, собираются использовать блог для продажи своих работ.

Светлана БУРТ

Смотрите видеосюжет про бьюти-бабушку на инстаграм-канале @uvkurier



Артур Новосильцев



о пенсиях >>

Когда начисляют пенсию работающим пенсионерам

Работающим пенсионерам уже с 1-го числа месяца, следующего за увольнением, назначают пенсию с учётом всех проводимых индексаций, напоминает Главное управление ПФР №3. Соответствующий закон вступил в силу в начале прошлого года.

С 2016 года россияне, достигшие пенсионного возраста, но при этом работающие, получают страховую пенсию и доплату к ней, но без учёта проводимых индексаций.

До прошлого года после увольнения пенсионер начинал получать

полную пенсию с учётом всех индексаций лишь через три месяца после последнего рабочего месяца. Сейчас фактически все выплаты он получит также через три месяца, но выплаты за эти три месяца будут компенсированы.

— Например, пенсионер уволился с работы в марте. В апреле в ПФР поступит отчётность от работодателя с указанием того, что пенсионер ещё числится работающим. В мае ПФР получит отчётность, в которой пенсионер работающим уже

не числится. В июне ПФР примет решение о возобновлении индексации, и в июле пенсионер получит уже полный размер пенсии, а также денежную разницу между прежним и новым размером пенсии за предыдущие три месяца — за апрель, май, июнь, — уточняет ГУ ПФР №3. — То есть пенсионер начнёт получать полный размер пенсии спустя те же три месяца после увольнения, но деньги за эти три месяца будут ему компенсированы.

Виола СЕРГЕЕВА

В Печатниках начались занятия суставной гимнастикой

Культурно-спортивный центр «Печатники» приглашает людей среднего и старшего возраста в секцию суставной гимнастики.

Бесплатные занятия проводит тренер Наталья Рунова. Она разработала специальную программу, которая включает классические упражнения, растяжку мышц и релаксацию. По её мнению, людям преклонного возраста необходимы более спокойные и ровные нагрузки, исключая прыжки.

— С возрастом человеку для предотвращения проблем со здоровьем, таких как обострение ар-

трита, остеопороза и деградация двигательной функции, необходима гимнастика. Регулярные тренировки по правильно построенной программе с чётко дозированными нагрузками помогают дольше оставаться работоспособными и жизнерадостными, — уверена Наталья Рунова.

В младшей группе ждут людей от 30 лет, в старшей — от 60 лет. Занятия проводятся с понедельника по четверг по адресу: ул. Шоссейная, 46, корп. 1. Запись по тел. (495) 730-0044 и на сайте kscpechatniki.ru в разделе «Услуги».

Ника ВОЛКОНСКАЯ

«Каждый выход на сцену продлевает жизнь»

Слава Малезик продолжает давать концерты

Слава Малезик лишён той черты многих на нашей эстраде, сколь частой, столь и отвратительной: он не капризен. Не «звездит».

Приехать на передачу окружного телевидения на Юго-Восток Москвы он согласился сразу.

Это было 12 лет назад. Час пролетел незаметно, какие он пел песни — не важно, но телефон в студии не умолкал, и дозволившиеся просили: ещё, ещё...

Ему было под шестьдесят, а на вид не больше сорока.

Рядом ангел-хранитель

О его тяжёлой болезни я узнал, когда он, кажется, себя уже преодолел, позвонив ему и пригласив на запись программы для сетевого телевидения школы №1363 в Выхине-Жулебине.

— Да всё нормально, — услышал я, предложив проведать. — И на запись приеду. А хочешь — приезжай на концерт, там и поговорим.

Анонс на сетевом канале вызвал интерес среди учителей. А скорее, среди учительниц. Что ж, экранный образ покорителя сердец идёт за ним по жизни. Да вот только мало кто знает, что всю жизнь



Вячеслав Малезик не капризен, не «звездит»

рядом с ним одна женщина — его жена Татьяна, ангел-хранитель и друг.

— Померяем, — ставит она на стол тонометр, пока мы настраиваем аппаратуру.

— Как у космонавта, — резюмирует она через минуту.

Слава не хорохорится и не изображает из себя здоровяка. Видно, что ему тяжело.

— Я этим лечусь, — говорит он. — Я когда на

«Короче, не стали мы спекулировать. Нельзя богатеть на крови...»

сцену выхожу, будто тумблер какой-то щёлкает. И я — другой человек. Я

потом пластом лежу, но знаю точно: каждый выход на сцену продлевает мне жизнь и наполняет её смыслом. Я бы сам приплачивал, если бы мне за

концерты не платили, — как за лекарство...

— А кроме музыки? Вернее, кроме музыки и семьи?

— Книжки.

— Читаешь?

— Пишу. У меня вышло уже пять книг.



История мест с Игорем Воеводиным

Игорь Воеводин — писатель, журналист, телеведущий. Его многие помнят по телепрограммам «Времечко», «Сегоднячко», «Профессия — репортёр». Игорь Воеводин более 40 лет живёт в Выхине, ему есть что вспомнить и о чём рассказать.

Афган и «Пламя»

— Расскажи про Афганистан.

— Я дважды был в Афгане в составе группы «Пламя». Здесь нужно признаться: мы рассматривали поездку как возможность подзаработать — попросту купить там и продать здесь дефицит. А чтобы иметь валюту, продать для начала что-нибудь, что ценится там. Набрали чемоданы — чего, уже не помню, — но ничего из этого не вышло.

— Почему?

— Лежим мы на полу автобуса, а над нашими головами идёт бой, наши солдаты, мальчишки, отстреливаются от душманов... Мы дважды попадали в засады. Кровь, крики, взрывы, смерть... И потом, в госпиталях. Приносят ребят — без рук или без ног. И подразумевается, что мы должны сказать им что-то мудрое. Напутствовать. Да куда там, к чёрту, напутствовать?! Он столько пережил, натерпелся, что это я перед ним — мальчишка, хоть и старше на двадцать лет... Короче, не стали мы спекулировать... Вот это тоже было преодо-

ление себя. Нельзя богатеть на крови...

«Он, похоже, настоящий...»

Начинается репетиция. Музыканты и Слава работают вполсилы, готовятся к концерту. Но это «вполсилы» звучит неожиданно — он сам потом удивится, посмотрев фильм-концерт. Видно, что ему тяжело.

Насколько тяжело — знает только он. Да Татьяна, время от времени бесшумно появляясь на сцене и внимательно взглядывая на мужа.

Три часа — живой концерт.

— Ты живой? — звоню я на следующий день.

— Лежу. Вроде да... Но это пройдёт.

...Я спрашивал потом учеников, посмотревших фильм, — большинство из них до этого Малезика не знали.

— Он, похоже, настоящий, — говорили они. — Не «пластмассовый», не «фанерный»...

А это значит, что заслуженный артист России Вячеслав Малезик на самом деле является народным.

Ветеранам Лефортова завели социальные паспорта

Первое выездное заседание по обмену опытом работы ветеранских организаций Центрального и Юго-Восточного округов в области социальной поддержки ветеранов прошло в Рязанском районе. В нём приняли участие представители Московского городского совета ветеранов, районных ветеранских организаций и органов соцзащиты.

— В преддверии 75-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне необходимо уси-

лить социальную поддержку ветеранов, — отметил первый заместитель председателя Совета ветеранов ЦАО Геронтий Лозовик.

В Совете ветеранов Лефортова начали вести базу данных с помощью электронных социальных паспортов ветеранов. Информация, которую содержит социальный паспорт, поможет выявить потребности ветеранов и вовремя оказать им социальную и медицинскую помощь.

— Уже оформлено 53 паспорта участникам и инвалидам войны, до конца года постараемся охватить тружеников тыла, — отметила председатель Совета ветеранов района Лефортово Надежда Фошина. — Паспорт содержит сведения об условиях проживания, о наличии инвалидности, о способности к самообслуживанию, о последней диспансеризации. Доступ к этим данным имеют только Совет ветеранов и медкомиссия.

В Юго-Восточном округе зарегистрированы 123 110 ветеранов различных категорий, из них 162 инвалида Великой Отечественной войны. Окружной Совет ветеранов составил перечень одиноких и одиноко проживающих участников и инвалидов войны. Идёт работа по обследованию условий их жизни, чтобы выявить их потребность в бытовой технике и в ремонте квартиры.

Ольга ФРОЛОВА

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций

ПИШИТЕ НАМ:
uvkurier@mail.ru,
redaktor-2017@yandex.ru
ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Окрестности Рязанского шоссе (нынешнего Рязанского проспекта) ещё в XIX веке облюбовали дачники, желающие отдохнуть от городского шума. В первые годы советской власти на Рязанке интенсивно строили фабрики и заводы, превращая бывшие живописные места в промышленную зону. В 1938 году большое дачное поселение Ново-Кузьминки получило статус посёлка городского типа, тогда в нём проживали почти 8 тысяч человек.

На картах Москвы 1950-х годов местность аккуратно расчерчена на прямоугольники улицами, носившими имена революционных деятелей — Дзержинского, Володарского, Кирова, героя Гражданской войны Чапаева, а центральная улица была названа в честь великого русского поэта Пушкина. Самая северная улица называлась просто — Поселковая.

В 1960 году включение посёлка Ново-Кузьминки в состав Москвы вызвало волну переименований, ведь в городе уже существовали такие топонимы. Поселковая стала 1-й Новокузьминской улицей; небольшие домики со временем уступили место панельным и кирпичным зданиям.

До наших дней сохранилась только одна довоенная постройка — поселковый совет Кузьминского посёлка (1937),

Поселковая улица стала 1-й Новокузьминской



Жилой дом. 1949 год

50 лет назад на месте сквера имени Фёдора Полетаева стояли деревянные дома



Строительство в Кузьминках. 1968 год

позднее — музыкальная школа для детей и взрослых, сейчас — филиал детской школы искусств им. М.А.Балакирева.

В годы Великой Отечественной войны тысячи жителей Рязанского района ушли на фронт. Память погибших на войне



1-я Новокузьминская улица



Боевая техника в сквере имени Фёдора Полетаева

увековечена на аллее Героев Советского Союза в сквере им. Фёдора Полетаева. Ещё в семидесятые годы на месте сквера стоя-

ли деревянные дома среди плодовых садов. Это местечко в те времена считалось неблагополучным — на «собачке» (собачьей

площадке) рядом с пивной «Маяк» собиралась вся местная шпана, — а сейчас это обычный, плотно застроенный микрорайон.

В сквере им. Фёдора Полетаева можно увидеть экспонаты Музея боевой и трудовой славы Рязанского района: гаубицу Д-30, танк Т-72, бронетранспортёр БТР-60, вертолёт Ми-8Т. Такая боевая техника использовалась советскими войсками во время войны в Афганистане.

Евгений Чесноков

ЧТО ТАКОЕ ПРИЖИЗНЕННЫЙ ДОГОВОР НА ОКАЗАНИЕ РИТУАЛЬНЫХ УСЛУГ?

Прижизненный договор — это документ, описывающий обязательства специализированного агентства перед заказчиком относительно проведения будущей церемонии погребения. В нём излагается список предоставляемых услуг, согласовывается набор товаров, указывается необходимость проведения религиозной службы и прочие детали. Агентство гарантирует точное соблюдение всех пунктов без каких-либо доплат в случае ухода из жизни оговоренного в соглашении лица.

Уверенность и финансовые гарантии

Все товары и услуги оплачиваются по ценам, действующим на момент заключения договора. Это означает, что вы фиксируете расходы и на них больше не действуют инфляция, курс валюты и общее изменение цен. Все расходы фиксируются и в случае удорожания полностью покрываются за счёт агентства.

Заклучив договор, вы будете уверены в том, что процедура прощания пройдёт достойно и в полном соответствии с вашими пожеланиями.

Организация будущих похорон для себя или своих родственников

Среди заключивших соглашение часто встречаются не только одинокие люди, но и семейные, которые не желают быть в тягость детям и внукам и потому решают самостоятельно оплатить церемонию прощания, проявляя таким образом заботу о тех, кого любят.

Особенности прижизненного договора

Важно знать, что, заключая прижизненный договор, человек приобретает не просто гроб, катафалк или памятник, а получает уверенность в том, что заранее спланированные проводы пройдут на достойном уровне и в соответствии с его представлениями, а родные и близкие не испытают никаких финансовых и организационных проблем.

КРУГЛОСУТОЧНАЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ:

8 (495) 181-98-29

RITUAL.RU

«Синий платочек», фотовыставка и дизайнерские открытки

Как в округе отметят День защитника Отечества

Вот несколько мест в ЮВАО, где будут проходить праздничные мероприятия.

Спортивные эстафеты в Капотне

Праздничная тематическая программа «Пусть будет небо голубым» пройдёт 22 февраля во дворце культуры «Капотня» (2-й квартал Капотни, 20а).

— Первая часть программы — для представителей старшего поколения и ветеранов, — рассказывает заведующая методическим сектором ДК Мария Кремнева. — В 13.00 в спортивном зале пройдут спортивные эстафеты для людей старшего поколения «Вместе к победе». А в 15.30 в центре семейного досуга «Радуга» начнётся вечер-концерт «Славлю Отечество». Можно будет не только послушать военные песни, но и спеть хором, потанцевать, попить чаю.



Праздник объединит разные поколения

Агентство «Москва»

Можно будет не только послушать военные песни, но и спеть хором

Вторая часть программы начнётся в 17.00. В фойе 1-го этажа для всех гостей дворца культуры выступят ведущие творческие коллективы Москвы. Также гости смогут посмотреть фотовыставку «Дни и ночи Сталинграда».

Военная игра на Саратовской

Военно-патриотическая программа для школьников, посвящённая Дню защитника Отечества, пройдёт 21 февраля в 15.00 в библиотеке №114 (ул. Саратовская, 18/10).

— Ребят ждёт квест «Мы — солдаты», — рассказывает ведущий библиотечка Алла Чмель, — где им придётся проявить смекалку, находчивость и даже продемонстрировать навыки снайперской стрельбы. Также они смогут увидеть мини-постановку «На границе» и посмотреть фрагменты мультфильмов «Солдат и сиротка» и «Похождение жука-носорога».

Алексей ТУМАНОВ

Городской романс на Волгоградском

Отметить День защитника Отечества приглашает 23 февраля Московская усадьба Деда Мороза (Волгоградский просп., вл. 168Д).

— Праздник начнётся в 12.00, — рассказывает руководитель сектора культуры усадьбы Вадим Мишин. — Откроет его большая концертная программа. С открытой сцены прозвучат песни военных лет — «Синий платочек», «Катюша» и другие, а также песни, посвящённые мужчинам. А ещё гости усадьбы познакомятся с таким жанром, как городской романс.

А для детей и подростков пройдёт праздничный мастер-класс, на котором они смогут изготовить дизайнерскую праздничную открытку. Вход на концерт и на мастер-класс свободный.

афиша >>

Кино на шоссе Энтузиастов

Фильм режиссёра Андрея Тарковского «Зеркало» (1974) можно будет посмотреть 23 февраля в 13.30 в кинотеатре «Факел» (ш. Энтузиастов, 15/16). В главных ролях: Олег Янковский и Маргарита Терехова. Вход свободный.

История родных мест на Нижегородской

Всем, кто неравнодушен к истории родного края, будет интересно встретиться с главным редактором журнала «Юный краевед» Сергеем Савиновым. Встреча пройдёт 27 февраля в 15.00 в библиотеке №115 (ул. Нижегородская, 70, корп. 1). Гости узнают, как и где собирать исторический материал, фотографировать, брать интервью и т.д. Вход свободный. Возрастное ограничение 12+.

Лыжный забег в Заречье

Принять участие в лыжном забеге выходного дня, посвящённом Дню защитника Отечества, приглашает Центр физкультуры и спорта ЮВАО. Он пройдёт в субботу, 23 февраля, в 12.00 в парке «Влахернское-Кузьминки» (ул. Заречье, вл. 7). Это не спортивное соревнование, так что уровень подготовки и возраст значения не имеют.

«Снежный теремок» в Капотне

Игровой урок «Снежный теремок» для детей 6+ пройдёт 27 февраля в 18.00 во дворце культуры «Капотня» (2-й квартал Капотни, 20а). Ребята послушают сказки, а также научатся делать теремок-кормушку для птиц. Вход свободный.

Алексей ТУМАНОВ

Африканское фортепиано и гавайская гитара заиграют на Перерве

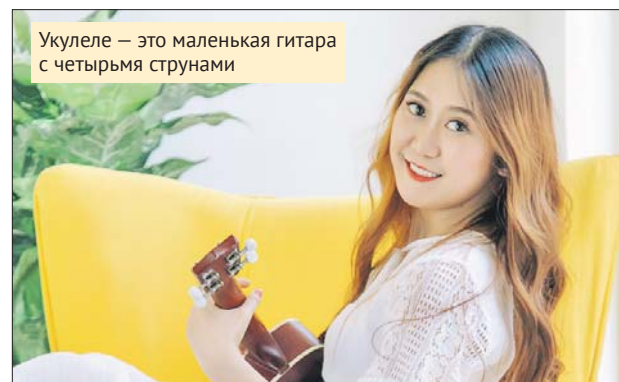
С необычными музыкальными инструментами — калимбой и укулеле — можно будет познакомиться в медиацентре (ул. Перерва, 56/2). Там 24 февраля в 14.00 пройдёт семейный музыкальный мастер-класс, который проведут преподаватели и выпускники Российской музыкальной академии им. Гнесиных. Как пояснили организаторы мероприятия, калимбу называют африканским ручным фортепиано. Это корпус-резонатор и деревянные или бамбуковые пластинки разного размера, закреплённые на нём. Если дёргать за пластинки, получается вибрирующий гул разных тонов.

С укулеле всё проще — это гитара, только маленькая и с четырьмя струнами. Её ещё называют гавайской гитарой. Именно на такой играла героиня Мэрилин Монро в фильме «В джазе только девушки».

После открытого занятия все смогут принять участие в музыкальной импровизации под аккомпанемент обычной гитары и фортепиано.

Алексей ТУМАНОВ

Участие в музыкальном уроке бесплатное



Укулеле — это маленькая гитара с четырьмя струнами

pixabay

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций

ПИШИТЕ НАМ:
uvkurier@mail.ru,
redaktor-2017@yandex.ru
ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
8 (495) 128-05-87; 8-800-100-81-75 www.flotrusic.ru

ТЕПЛОХОД «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

10.05.19-25.05.19 «ПЕРМСКИЙ СТРОГАНОВСКИЙ ПРОМЫСЕЛ» - МОСКВА - МЫШКИН - КОСТРОМА - ГОРОДЕЦ (СЕМЁНОВ) - НИЖНИЙ НОВГОРОД - СВЯЖСКИЙ - КАЗАНЬ - ЕЛАБУГА - ЧАЙКОВСКИЙ - ОХАНСКИЙ - ПЕРМЬ - БЕРЕЗНИКИ (УСОЛЬЕ - СОЛИКАМСК - ЧЕРДЫНЬ) - ПЕРМЬ - САРАПУЛ - ЧИСТОПОЛЬ - ЧЕБОКСАРЫ (ИОШКАР-ОЛА) - ЯРОСЛАВЛЬ - МОСКВА	30.04.19-15.05.19 «МОИ ВЗОР К КАЗУ УСТРЕМЛЕН» - ВОЛГОГРАД - ИЛЬЁВКА (ЭЛИСТА) - РОМАНОВСКАЯ - СТАРОЧЕРКАССКАЯ (АДЫГЕЯ) - ЕЙСК - РОСТОВ-НА-ДОНУ - КОНСТАНТИНОВСК - ИЛЬЁВКА (ГРОЗНЫЙ) - ДЕРБЕНТ - МАХАЧКАЛА - АСТРАХАНЬ - ВОЛГОГРАД - АСТРАХАНЬ - КАСПИЙСКОЕ ВЗМОРЬЕ - АСТРАХАНЬ - ВОЛГОГРАД
06.06.19-20.06.19 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ» - МОСКВА (ТРАНСФЕР) - ЯРОСЛАВЛЬ - ГОРОДЕЦ - МУРОМ (СЕМЁНОВ) - НИЖНИЙ НОВГОРОД - СВЯЖСКИЙ - КАЗАНЬ - ЕЛАБУГА - ЧАЙКОВСКИЙ - ПЕРМЬ - БЕРЕЗНИКИ (УСОЛЬЕ - СОЛИКАМСК - ЧЕРДЫНЬ) - ПЕРМЬ - МАРИНСКИЙ ПОСАД - МАКАРЬЕВ (ДИВБЕЕВО) - ГОРОДЕЦ - ЯРОСЛАВЛЬ - ТУТАЕВ - КАЛАЗИН (СОЛЬБА) - ДУБНА - МОСКВА	11.06.19-24.06.19 «ЯСТОБОЙ. БЕЛОМОРСКАЯ РУСЬ» - МОСКВА - УГЛИЧ - МЫШКИН - ВЕСЬЕГОНСКИЙ (УСТЬЮЖНА, БЕЖЕЦК) - КИЖИ - СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ (2 дня: О. ЗАЯЦКИЙ, О. АНЗЕР) - О. КИИ - СОСНОВЕЦ - ПОВЕНЕЦ (МЕДВЕЖЬЕГОРСКИЙ) - СВИРЬСТРОЙ - ЛОДЕЙНОЕ ПОЛЕ - О. ВАЛААМ - О. КОНЕВЕЦ - САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
12.04.2019-18.04.2019 ВОЛГОГРАД - АСТРАХАНЬ - КАСПИЙСКОЕ ВЗМОРЬЕ - АСТРАХАНЬ - ВОЛГОГРАД (ГРОЗНЫЙ или ДЕРБЕНТ НА ВЫБОР)	09.09.2019-20.09.2019 «О ДИВНЫЙ ОСТРОВ ВАЛААМ» - МОСКВА - УГЛИЧ - ГОРИЦЫ - ПЕТРОВСКОЕ (КИВАЧ) - КИЖИ - ВАЛААМ - САНКТ-ПЕТЕРБУРГ (ПЕТЕРГОФ, КРОНШТАДТ) - КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК - СТАРАЯ ЛАДОГА (ТИХВИН, ШЛИССЕЛЬБУРГ) - СВИРЬСТРОЙ - МЫШКИН - МОСКВА

РАННЕЕ БРОНИРОВАНИЕ НА 2019Г. ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС 50%. СКИДКА!!!

СТАТЬ АСТРОЛОГОМ!
ШКОЛА НАУЧНОЙ АСТРОЛОГИИ
под руководством СЕРГЕЯ БЕЗБОРОДНОГО
приглашает слушателей на 1-й курс

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ: 24 февраля в 13.00; 27 февраля в 16.30
Суворовская пл., д. 2 (м. «Достоевская»). Вход свободный.
8-916-550-6240, 8 (495) 721-6620
www.astroshkola.ru

ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

✓ ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
✓ ВЗЫСКАНИЕ ДОЛГА ✓ МОШЕННИЧЕСТВО
✓ РАСТОРЖЕНИЕ КРЕДИТНЫХ ДОГОВОРОВ
✓ ЖИЛИЩНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ - БЕСПЛАТНО!
8 (495) 177-9707

Анастасия Волочкова: Штамп в паспорте — не главное

Известная балерина призналась, что готовится к свадьбе

Анастасия Волочкова умеет подогревать интерес к своей персоне. То всевозможные шпагаты на Мальдивах, то запись дуэта с Никитой Джигурдой, то фотографии с возлюбленным, имя которого она так и не торопится открыть. И вот ещё одна новость: балерина готовится к свадьбе.

Кольцо с бриллиантами

— Анастасия, не будете ходить вокруг да около — начну сразу с того, что интересует больше всего. Вы недавно отметили свой день рождения. Что вам подарил любимый?

— Очень красивое кольцо с рубинами и бриллиантами. Только не спрашивайте меня о том, сколько оно стоит. Я скажу так: спрашивать, сколько стоит любовь, — это некорректно. Любовь бесценна! А я такой человек, который не может жить без любви и объятий. В данную минуту я люблю и любима. Мне кажется, что я могу этим похвастаться — это как раз то, что я заслужила.

— Так свадьба действительно будет?

— Конечно, будет! Я её жду больше всех. Она будет в этом году.

— С вашим предыдущим возлюбленным, отцом Ариадны, вы не были официально расписаны, хотя то, как широко вы праздновали свадьбу, все прекрасно помнят...

— Да, всё верно. Мне потом говорили: «Вы всех обманули — не поставили штамп в паспорте!» А зачем его ставить? Когда я буду праздновать свою следующую свадьбу, я тоже не по-

ставлю штамп. Для меня важнее не форма, а содержание, то, как человек относится к тебе. Всё остальное для меня не имеет никакого смысла, это всего лишь формальности.

Жених далёк от шоу-бизнеса

— Почему вы так долго скрываете имя вашего жениха? На всех фотографиях, что вы публикуете в социальных сетях, мы не видим лица вашего возлюбленного. Сплошные загадки...



С Бари Алибасовым

— Он не любит всей этой публичности и довольно далёк от шоу-бизнеса. Но он также не любит интриг и сам давно хочет раскрыть все тайны, однако я не даю этого сделать. Он зашёл ко мне в «Инстаграм», увидел все эти комментарии и огромный интерес к моей персоне, к личной жизни — и был в шоке... Так что, думаю, я ещё немного подожду...

— Какими качествами должен обладать мужчина, чтобы у него был шанс привлечь ваше внимание?

— Для того чтобы завоевать моё сердце и меня восхитить, мужчина должен быть честен и благороден. Интересен, сексуален, красив, молод, строен. И должен обладать чувством юмора. Ну и любить меня конечно же!

О шпагатах и антипоклонниках

— Настя, вас не пугают довольно негативные комментарии некоторых людей в вашем блоге?

— Если честно, я стараюсь никак на них не реагировать. Я рада, что у меня есть и хорошие, и



Мужчина должен быть честен, благороден, интересен, красив, молод, строен

плохие, и злые, и добрые, и различные другие комментарии. Значит, я вызываю у публики интерес. Когда я вижу, кто мне пишет негативные комментарии, то удивляюсь... Люди, далёкие от балета, мне начинают рассказывать, как мне крутиться и вертеться на пуантах, как мне садиться на шпагат и так далее. Я читаю и думаю при этом: «Дорогие мои, вы хотя бы сначала сядьте на такой шпагат, а потом мы с вами обсудим, правильно я это делаю или нет».

Я вообще стараюсь с юмором подходить к своим антипоклонникам. Помните историю с моими снимками на Мальдивах, полуобнажёнными, несколько лет назад? Тогда столько фотожаб появилось по этим мотивам, чего там только не было! Люди мыслят в меру своей испорченности. А я взяла, выбрала лучшую вот такую работу, опубликовала у себя и вручила её автору подарок — свою книгу «История русской балерины».

Макдоналдс® платит больше, чем ты думаешь.

185

А ещё приведи друга и получи **5000₽**



Тел. 8 (495) 676-40-76
Адрес: м. «Волгоградский проспект»,
Волгоградский пр-т, д. 24, стр. 2.

в час

В детские сады, школы ЮВАО требуются:

ЗАВЕДУЮЩИЕ ПРОИЗВОДСТВОМ,

з/п от 35 000

БУФЕТЧИЦЫ,

з/п от 25 000

ПОВАРА,

з/п от 25 000

ПОСУДОМОЙЩИЦЫ,

з/п от 21 000

Отдел кадров:

8 (495) 737-32-69 8-929-940-46-82

8-926-246-46-98 8-929-997-40-91

8-929-940-45-67 8-965-137-63-22

График работы:
5/2,
07:00-16:00

**ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ?
ВЫ ЗАПЛАТИЛИ, А РЕЗУЛЬТАТА НЕТ?**

**АДВОКАТСКОЕ БЮРО.
МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ.
ЗВОНИТЕ!**

☎ 8 (499) 130-9085

**ВСЕ
НОВОСТИ
ОКРУГА
ЕЖЕДНЕВНО
НА САЙТЕ**

WWW.UV-KURIER.RU

Приём строчных объявлений в газету
«ЮГО-ВОСТОЧНЫЙ КУРЬЕР»
Т. 8 (499) 206-8382
shop@zbulvar.ru

**РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
(495) 782-82-12**
(многоканальный)
www.edinrek.ru

— Кстати, о книгах. Насколько я знаю, вы планируете выпустить ещё одну?

— Да, скоро должна выйти, уже весной. Называется «Плата за успех». Название дежурное, но я его не буду менять — считаю, что оно должно оставаться таким. За всё, что я имею, я заплатила сполна. Но не деньгами, эта плата — более серьёзная...

— Вы довольно открыто-...

— Я живу настолько открыто и честно, что мне нечего в своей жизни скрывать. Всё то, что я показываю, вызывает ажиотаж и интерес. Согласитесь, что мои новые фотографии с Мальдив в купальнике и со шпагатом вся страна просто ждала! Если что, я припасла ещё кадры оттуда, хватит до лета, буду выставлять иногда. (Смеётся.)

— А можно финансовый вопрос? Какая у вас пенсия? Балерины же рано уходят на пенсию...

— Только не смейтесь. Моя трудовая книжка, — это будет сейчас, конечно, шок — она до сих пор лежит в Большом театре. И пенсию я ещё не получаю. И не знаю, сколько мне положено...

И снова Мальдивы

— Давайте тогда вернёмся к Мальдивам, где вы недавно отдыхали. Вы по возвращении даже сказали, что планируете туда переехать жить...

— Если серьёзно, я бываю там редко — раз в год, в конце января. Но ваши коллеги любят же делать из мухи слона — достаточно только дать повод. Я уже даже не помню, как я сказала, что мои слова перевернули и сделали достоянием новостей. Бу-



Николай Басков и Анастасия Волочкова поддерживают дружеские отношения, а когда-то они встречались

То Бари Алибасов ездит по дому на самокате, то Андрей Малахов с камерами приходит

дем считать, что с мальдивским ПМЖ — это был некий трюк для рейтинга в Интернете, но не мной придуманный. Правда лишь в том, что я живу и работаю в России.

— Ваш любимый летал с вами в отпуск?

— Да, но всего на пять дней, больше ему дела не позволили. Он улетел оттуда раньше и встречал меня в Москве с огромным букетом красивых белых роз и шампанским.

— Как отметили ваш день рождения?

— Отмечали сначала дома. Когда я купила три года назад особняк, все праздники у меня теперь проходят именно в нём: и Новый год, и дни рождения, и 8 Марта. У меня на день рождения в прошлые годы — то Бари Алибасов по дому ездит на самокате, то Андрей Малахов с камерами приходит... А в этот раз был тихий семейный ужин. А на сле-

дующий день я отмечала с друзьями: Колей Басковым, Никитой Джигурдой, Никасом Сафроновым... Часто говорят, что шоу-бизнес — это клубок целующихся змей, и в целом я с этим согласна, но вот к моим друзьям эта характеристика не имеет никакого отношения.

— В завершение беседы — просьба. Скоро 23 Февраля, День защитника Отечества. Поздравьте, пожалуйста, мужчин.

— Дорогие мужчины, защищайте честь и достоинство в поступках и в делах! И всем вам — настоящей, большой и крепкой любви!

Беседовала
Валерия Хвощевская
Фото Вадима Тараканова
(ИА «Столица»)

СВОЙ ВЗГЛЯД >>

Валерий КОНОВАЛОВ



Февральский дождь

Есть такой, некогда знаменитый, фильм режиссёра Марлена Хуциева «Июльский дождь». Он появился в 60-х годах прошлого века и стал их символом. Импрессионистский портрет времени, в котором ирония уживается с романтикой, внезапный ливень рождает случайную встречу, а чувства пробуждаются и угасают по своим таинственным законам. Название оказалось точным. Летний дождь, разразившийся именно тогда, когда ему самое время, и при этом всё равно внезапный. Радость от того, что случается неизбежное, даже если что-то идёт не так. И ощущение гармонии происходящего, даже если неясен путь.

Вспомнилось это название, когда в прогнозе погоды на днях прозвучало: «Ожидается февральский дождь». Что ж, и такой образ может быть по-своему символичным. Конечно, погодные сюрпризы бывали всегда. И зимние дожди, и снег среди лета случались и в давние времена. В Риме, например, есть красивейшая церковь Санта-Мария-Маджоре, которую заложили в день, когда выпал снег, — 5 августа 352 года. До сей поры каждый год в этот день там совершается праздник с крестным ходом и осыпанием прихожан искусственными

белыми хлопьями в память о чуде.

Но чудо на то и чудо, чтобы подтверждать правило. Нынешние же погодные сюрпризы всё более кажутся не исключениями, а некими притмами новых времён. И они удивительным образом рифмуются с процессами, которые происходят вокруг нас не только в климатической сфере, но и в политике, морали, человеческих отношениях. Привычное всё чаще уступает место случайному. Относительность всё настоящего отесняет абсолютные ценности.

Вот и февральский дождь — это же не совсем дождь, а нечто среднее между снегом и каплей. И зима в такой день, пожалуй, не зима в полном смысле этого слова, хотя и не лето, конечно. Кому-то, возможно, такая неопределённость по душе, кому-то нет. Как будто именно о таком дне писал в Апокалипсисе Иоанн Богослов: «Ты ни холоден, ни горяч; о, если бы ты был холоден или горяч!»

Да, природа и её разнообразные проявления — это всего лишь образ. А любой образ субъективен. Но что поделаешь? Мне лично кажется, что если июльский ливень укрепляет наше ощущение гармонии, то февральский дождик их несколько размывает.

реклама

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- «А+Экономсервис». Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров, электрогазовых. Соцскидки. Т. 8 (495) 720-9672
- Ремонт мебели. Т. 8-925-504-5471
- Ремонт стиральных машин (всех брендов). Т. 8-925-290-9445, Денис
- Ремонт стиральных и холодильников. Недорого! Т. 8 (495) 991-3290
- Ремонт холодильников. Т.: 8 (495) 973-2917 8-968-014-3416
- Ремонт холодильников, стиральных и швейных машин, телевизоров, антенн, электро/газовых плит, кофемашин. Соцскидки. Т.: 8 (495) 790-1782, 8 (495) 411-2028

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Абсолютно быстро сдать/снять. Купить/продать. Т. 8 (499) 404-0894
- Быстро сниму, куплю, продам. Т. 8-915-459-6950
- Сниму жильё. Т. 8-926-606-8696
- Услуги риелтора. Т. 8-925-700-1930
- Юристы. Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-2563
- Юристы. Оплата по результату! Т. 8 (495) 920-7696

АВТОМОБИЛИ

- Автовыкуп дороже!!! Т. 8-967-100-0800
- Автовыкуп. Т. 8 (495) 227-5655
- Автовыкуп. Т. 8 (495) 210-6696

КОМИССИОНКА

- Антиквариат: бронза, бумажные деньги, облигации, монеты, значки, статуэтки, фарфор, иконы, серебро, янтарь. Выезд. Т. 8 (495) 532-9781
- Антиквариат, янтарь куплю дорого, статуэтки, подстаканники, портсигары, значки, самовары, иконы. Т. 8 (495) 643-7212
- Библиотеку домашнюю. Т. 8 (495) 724-3045
- Куплю радиодетали б/у. Т. 8-903-125-4010
- Покупаем антиквариат. Т. 8-926-960-8288
- Покупаю ноутбуки в любом состоянии. Т. 8-905-545-7897
- Часы, янтарь, иконы, значки, монеты, фотоаппараты, бинокли. Т. 8-965-397-3137

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Ремонт квартир, комнат, ванных под ключ. Т. 8-925-415-0808
- Ремонт квартир, комнат, ванных под ключ. Т. 8-926-132-3019, Евгений
- Ремонт квартир. Т. 8-903-547-8477

ЗАВОД ООО «СтройБалконСервис»
ОКНА ПВХ
Балконов, лоджий
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
www.balkona.ru
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
8-495-782-54-48
8-495-961-39-25

- Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971

ЗНАКОМСТВО

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

РАБОТА

- 45 000 руб. Т. 8-926-632-1175
- Администратор. Т. 8-925-316-8397

Требуются ! Можно без опыта
РАСПРОСТРАНИТЕЛИ ЛИСТОВОК И ГАЗЕТ по почтовым ящикам.
8-925-145-09-49, Виктор (с 10.00 до 18.00)

- Вакансия. Т. 8-967-070-3581
- Пенсионерам и не только. Т. 8-915-088-5496
- Пенсионерам. Т. 8-965-376-6613
- Пенсионерам. Т. 8-903-135-3607

- Работа. Т. 8-905-707-2001
- Работа в такси. Т. 8-906-984-6811
- Требуется уборщица помещений. 3/п 20 000. Т. 8-905-516-5241
- Уборщицы. Уборка офисов (утро). Т.: 8-909-913-4446, 8 (495) 970-9094

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- А/грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-6981
- А/грузоперевозки. Квартирные переезды. Т. 8-926-979-9915
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 589-0078
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 778-7366

РАЗНОЕ

- Уничтожение насекомых. Т. 8 (495) 208-0734

