

Юго-Восточный Курьер

МОСКВА
ОКРУЖНАЯ ГАЗЕТА

№ 7 (870) ФЕВРАЛЬ 2020



стр. 18-19

Дмитрий
Маликов:
Посты
в соцсетях
пишу сам

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

стр. 5

Московские власти стараются
сделать дошкольное питание
безопасным

стр. 10

Лжегазовщики
опять пошли
по квартирам

стр. 13

Как отличить
настоящие духи
от подделки



С улицы — в тепло

стр. 2 В приюте
для животных в Некрасовке
построили домик для кошек

В приюте для животных в Некрасовке появился домик для кошек

Домик для кошек, нуждающихся в карантине, открыли в приюте для животных на 2-й Вольской улице. Здесь в течение двух недель будут жить бездомные хвостатые, которых привезли с улиц округа. По словам заместителя руководителя Департамента ЖКХ г. Москвы Натальи Кораблиной, в домике есть тёплые подстилки и даже кресла, на которых кошки могут спать.

— За вновь прибывшими питомцами будут присматривать ветеринары. Животным сделают прививки. Через две недели их поместят в общий вольер, где живут остальные наши кошки, — рассказал сотрудник приюта Александр Шестаков.

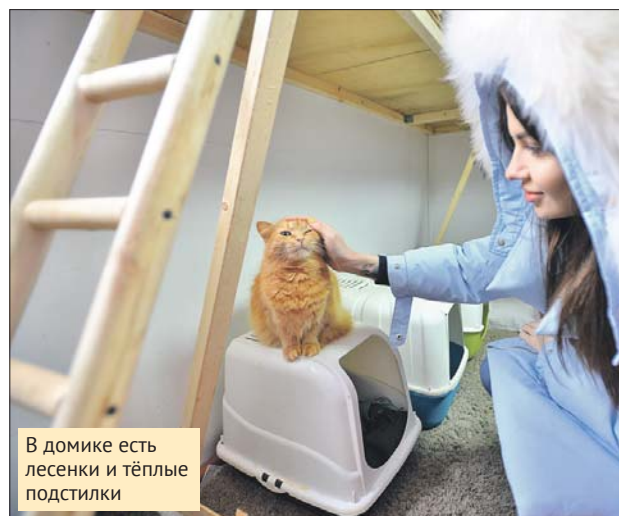
Строить домик помогали ребята из Молодёжного совета при столичном



Наталья Кораблина

Александр Кочубей

За вновь прибывшими питомцами будут присматривать ветеринары



В домике есть лесенки и тёплые подстилки

Александр Кочубей

Департаменте ЖКХ. Они сами собрали каркас из бруса, утеплили его, а фасад украсили яркими рисунками. Кстати, год назад такой же домик волонтеры сделали для собак.

Кошачий домик рассчитан на 30 обитателей. А всего в приюте живут 89 кошек. Ухаживать за

ними помогают волонтеры: убирают в вольерах, кормят кошек и играют с ними. Присоединиться к активистам могут все желающие.

Иван ПЕТРУШИН

Адрес приюта: Некрасовка, ул. 2-я Вольская, 17. Тел. 8-926-103-6403, Александр

Четыре остановки МЦД в ЮВАО переименуют

Платформа Люблино (расположенная на маршруте МЦД-2, а в дальнейшем на МЦД-5) будет называться Кубанской, Фрезер (МЦД-3) станет Андроновкой, Новая (МЦД-3) — Авиамоторной, а Карачарово (МЦД-4) — Нижегородской. Станции «Андроновка», «Авиамоторная» и «Нижегородская» являются пересадочными и станут транспортно-пересадочными узлами. Переименование платформы Люблино связано с тем, что одноимённая станция метро находится на расстоянии двух километров от остановочного пункта МЦД-2. Чтобы не вводить пассажиров в заблуждение, её было решено переименовать по названию находящейся по соседству улицы.

Наталья ГОНЧАРОВА

Общежитие для студентов ГУУ построят в Выхине-Жулебине

Современное двухсекционное здание общежития для студентов, аспирантов и сотрудников Государственного университета управления планируется построить в районе Выхино-Жулебино по адресу: Рязанский просп., вл. 99. Об этом сообщил главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов.

Общежитие общей площадью

около 20 тысяч кв. метров будет рассчитано на тысячу человек. Здание Г-образной формы будет состоять из двух блоков. В восьмизэтажной секции разместят квартиры для проживания аспирантов и сотрудников, а в 16-этажном блоке — комнаты для студентов.

Наталья ГОНЧАРОВА

На Андроновском шоссе строители нашли человеческие останки

На месте строительства дорожной развязки на Андроновском шоссе экскаваторщик обнаружил в земле фрагмент человеческой стопы. На место вызвали сотрудников правоохранительных органов, которые извлекли из грунта три человеческих черепа и другие кости, ржа-

вую пулю и остатки бетонной плиты. По мнению экспертов, люди погибли около 10 лет назад. Предположительно они были убиты, а затем замурованы. Возбуждено уголовное дело по статье «убийство», идёт расследование.

Анна ЩЕРБИНИНА

К памятнику на Перерве возложили цветы

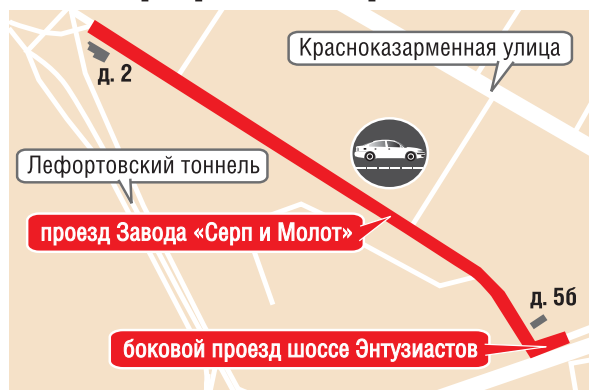
В честь Дня защитника Отечества у памятника «Солдату Отечества XX века» на улице Перерве состоялся митинг. В нём приняли участие около 150 человек — школьники, члены Молодёжной палаты района Марьино, местные жители. После минуты молчания к памятнику возложили цветы.

Вероника ГОРНОСТАЕВА



Арина Вакулина

Движение по двум улицам в Лефортове временно ограничили



— ограничение движения — перекрытие движения

Автомобили не смогут проехать по одному из участков улицы Княжнина и по проезду Завода «Серп и Молот». Об этом сообщили в пресс-службе городского Центра организации дорожного движения (ЦОДД).

— Из-за строительства жилого комплекса до 29 декабря 2020 года будет полностью перекрыта улица Княжнина на участке от владения 24, строения 2, 3,

4 и 8, до пересечения улицы с проектируемым проездом №1329, — пояснили в ведомстве.

Также в ЦОДД рассказали, что из-за реконструкции инженерных сетей со 2 марта по 29 апреля и с 11 мая по 30 августа будет полностью прекращён проезд по двум полосам на участке от дома 5б до дома 2 на проезде Завода «Серп и Молот».

Андрей ТОМЦЕВ

Участковые из района Люблино задержали грабителя

Вечером участковые Евгений Щетинин и Дмитрий Ворончев отправились на проверку по адресу: ул. Верхние Поля, 49, корп. 1. Когда они вошли во двор, услышали выстрелы и крики: «Отдай сумку!» Участковые бросились на помощь. В ответ на предупреждение: «Стоять! Полиция!» злоумышленники побежали к припаркованному неподалёку автомобилю.

— Одного из них капитан Ворончев успел вытащить прямо из салона, — рассказал старший участковый Евгений Щетинин. — В тот же миг машина тронулась, задев Дмитрия, и он отлетел к забору. А я схватил злоумышленника. Остальные, к сожалению, скрылись. Сейчас их ищет полиция.

Позже выяснилось, что четвёрка грабителей напала на мужчину, который возвращался с большой суммой денег с рынка «Садовод». Чтобы за-



Дмитрий Ворончев и Евгений Щетинин работают вместе несколько лет

Пострадавший возвращался с большой суммой денег с рынка «Садовод»

владеть сумкой, один из нападавших несколько раз в него выстрелил. К счастью, пострадавший выжил.

Евгений Щетинин и

Дмитрий Ворончев работают вместе в ОМВД по району Люблино уже третий год. Недавно они задержали злоумышленника на улице Маршала

Баграмяна: тот, угрожая прохожему пистолетом, попытался отобрать у него деньги. Участковые раскрывали кражи велосипедов, магазинные кражи и мошенничества.

— Мы всегда приходим друг другу на помощь, — говорит Евгений Щетинин. — Взаимовыручка — это наш конёк!

Наталья АНОХИНА

Дом по программе реновации построят на Нижегородской

На стартовой площадке на ул. Нижегородской, вл. 76, решено возвести 14-этажный трёхподъездный жилой дом для участников столичной программы расселения старых пятиэтажек. Об этом сообщил главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов.

По его словам, каждый из подъездов будет отделан облицовочным кирпичом трёх разных цветов.

Внутренний двор будущего дома П-образной формы озеленят и благоустроят. В нём расположатся детская и спортивная площадки, а также места для тихого отдыха взрослых. По данным городской Адресной инвестиционной программы, здание начнут строить в этом году, а завершить планируют в 2021 году.

Андрей ТОМЦЕВ



Подъезды будут отделаны облицовочным кирпичом разных цветов

Незаконную парковку ликвидировали на Волгоградке

Возле дома 64 на Волгоградском проспекте без разрешения частные лица огородили часть двора и использовали его в качестве платной автостоянки.

Как рассказали в пресс-службе московской Госинспекции по недвижимости, территория площадью около 500 кв. метров была по периметру обнесена металлическим

забором с воротами, а на въезде стояла будка охраны.

На очевидное нарушение закона обратили внимание жители соседних домов.

По решению Окружной комиссии по пресечению самовольного строительства незаконный забор и будку демонтировали.

Андрей ТОМЦЕВ



Незаконную платную автостоянку убрали

Ястреб из парка «Кузьминки» прилетает охотиться на Волжский бульвар

Ястреба, который устроил засаду на воробьёв, сфотографировала сотрудница ТЦСО «Кузьминки» Наталья Олесневич. Пернатый хищник частенько навещает кормушки, чтобы поймать воробья.

— Ничего удивительного, — рассказывает основатель Музея соколиной охоты Константин Соколов. — Хищные птицы очень сообразительны.



Ястребы из городских лесопарков смекнули, что где-где, а уж у кормушки они точно без добычи не останутся.

Правда, далеко за границы лесопарков они вылетают редко. Так что Волжский бульвар сделал своими охотничьими угодьями наверняка ястреб с территории «Кузьминки-Люблино» — до неё рукой подать.

Алексей ТУМАНОВ
Фото: Наталья Олесневич

Юристов из Южнопортового накажут за «лень»

Полицейские ЮВАО задержали гендиректора юридической компании, подозреваемого в мошенничестве. В полицию обратился огорчённый клиент: он заплатил 80 тысяч за юридическое сопровождение в финансовом споре после продажи своего имущества, а в итоге остался и без денег, и без правовой помощи. — Как выяснилось,

фирма фактически не занималась представлением интересов своих клиентов, — говорит руководитель пресс-службы УВД по ЮВАО Наталья Горохова. — Например, сотрудники не участвовали в судебных заседаниях, только составляли заявления и передавали их в суд.

В фирму наведальсь сотрудники отдела эко-

номической безопасности и противодействия коррупции УВД по ЮВАО. Сейчас 30-летний директор находится под подпиской о невыезде, уже известно о его причастности к пяти подобным эпизодам. Возбуждено уголовное дело по статье «мошенничество».

Анна ЩЕРБИНИНА

Новости округа в бесплатном мобильном приложении «Юго-Восточный курьер» для смартфона!

Приложение — это быстрый доступ

- к информации о событиях в округе,
- к интересным статьям о жителях ЮВАО,
- к афише на выходные,
- к электронному архиву газеты «Юго-Восточный курьер».

Сканируй QR-код и скачивай приложение в Google Play:



В App Store:



Скорость движения должна увеличиться

За 10 лет на МКАД реконструировали 16 развязок

Рабочие введут в эксплуатацию многоуровневую развязку на пересечении Волоколамского шоссе и Московской кольцевой раньше срока, указанного в контракте. Об этом мэр Москвы Сергей Собянин рассказал во время осмотра стройплощадки.

Дорогу реконструируют комплексно

Как отметил мэр, Волоколамское шоссе — одна из самых сложных городских магистралей, а её реконструкция, которая длится уже несколько лет, — один из самых крупных транспортных проектов в Москве.

— Мы разделили её (реконструкцию. — *Ред.*) на семь этапов. Пять этапов прошли, включая строительство важнейшего объекта — Алабяно-Балтийского тоннеля, и сейчас вышли на два последних этапа. Это реконструкция развязки на МКАД и реконструкция участка Волоколамского шоссе от

МКАД до Сходни, — пояснил Собянин.

По словам мэра, завершения работ в этой части магистрали ждёт огромное количество автолюбителей.

— Ситуация крайне сложная: здесь огромные потоки машин. Она осложнилась из-за реконструкции, а на эту развязку так или иначе ориентируются московские районы, города ближнего Подмосковья, в которых живёт около миллиона человек, — отметил Сергей Собянин.

Работы завершат в 2021 году

Развязка на пересечении Волоколамского шоссе с МКАД — один из наиболее загруженных транспортных узлов столицы. Здесь сходятся потоки транзитных автомобилей, которые едут по МКАД, и машины, проезжающие по Волоколамке и по Пятницкому шоссе. До реконструкции у местной эстакады была слишком незначительная пропускная способность. Из-за



Мэр Сергей Собянин и заместитель гендиректора «Мостотреста» Андрей Струк

В этом году начнутся работы по реконструкции развязки Московской кольцевой с улицей Верхние Поля

этого тут постоянно приходилось стоять в пробках. Ситуацию усложнял и тот факт, что проезжая часть, состоящая из шести полос на Волоколамском шоссе, за МКАД сужалась до четырёх, образуя настоящее бутылочное горлышко. Реконструкция должна решить и эту проблему.

Учитывая всю значимость проекта, мэр Москвы поручил завершить реконструкцию развязки на полгода раньше намеченного срока — открытие проезда намечалось на середину 2021 года — и сразу запустить движение. А оставшиеся работы по благоустройству территории надо доделывать постепенно.

— Я понимаю, что это сложная задача, но постарайтесь её выполнить, — сказал Сергей Собянин строителям.

Где появится развязка в ЮВАО

Московская кольцевая дорога вот уже 20 лет остаётся одной из самых востребованных дорог в нашем городе. Ежедневно по ней проезжает более 1,3 миллиона машин.

Начиная с 2011 года на МКАД ведут реконструкцию и строительство новых транспортных узлов. При этом старые развязки, построенные по схеме «клеверный лист», меняют на эстакады и тоннели, которые не допускают пересечения транспортных потоков и эффективно справляются с плотным движением. За девять лет на МКАД появилось 16 современных развязок, а в ближайшие три года завершится реконструкция ещё шести.

В частности, в 2014 году на Юго-Востоке столицы была открыта развязка на пересечении МКАД с Волгоградским проспектом. Автомобилистам из Выхина-Жулебина, Кузьминок, подмосковных Котельников и Люберец стало проще добираться на работу и домой. Ещё через год движение запустили по обновлённой развязке на пересечении МКАД с Рязанским проспектом, а в 2019-м — по развязке на Бесединском шоссе. Ею стали активно пользоваться жители Марьино.

А в 2020 году стартуют работы по реконструкции развязки неподалёку от Капотни, там, где улица Верхние Поля встречается с Московской кольцевой. Здесь строителям предстоит соорудить и обновить 12,4 км дорог, отремонтировать или заново построить семь эстакад и три воздушных пешеходных перехода.

Игорь СИБИРЯКОВ



Строительство Волоколамской развязки

В столице покажут модернизированный спектакль «Воины духа»

Около 300 человек будут задействованы в музыкальном спектакле «Воины духа», который представят 29 февраля на стадионе «ВТБ Арена». Постановка приурочена к 20-й годовщине подвига бойцов 6-й роты на Северном Кав-

казе. Об этом рассказали на пресс-конференции в информационном агентстве ТАСС главный продюсер постановки Марина Ким и исполнитель главной роли Дмитрий Дюжев. Пресс-конференция проходила при поддержке информационного центра

Правительства Москвы. С последнего показа «Воинов духа» в «Олимпийском» прошло 15 лет. Тогда спектакль посетили около 30 тысяч человек, в том числе участники боя в Аргунском ущелье и члены семей погибших воинов.

— Этот спектакль и эта роль комбата 6-й роты Марка Евтюхина не утихают во мне. Подвиг ребят не может быть забыт, — сказал Дмитрий Дюжев.

Постановка была существенно модернизирована. — Мы технически обновили спектакль: доба-

вили большой экран, который создаёт эффект голографии. На сцене будет настоящая военная техника, каскадёры, уникальные спецэффекты. Всего в постановке задействовано около 300 человек, — сказала Марина Ким.

Перед спектаклем зри-

тели увидят мемориальную выставку — 84 фотографии десантников, погибших в Аргунском ущелье.

Все деньги от продажи билетов пойдут на поддержку семей героев.

Дарья ДОНЦОВА

Если хочешь быть здоровым, кушай правильно в столовой

В Москве городские власти вместе с родителями стараются сделать дошкольное питание полезным и безопасным

Детское питание всегда было и остаётся объектом пристального внимания родителей и специалистов. От того, насколько еда полезна и богата витаминами, зависит здоровье малышей.

Конечно, не все родители убеждены, что питание в дошкольных группах правильное и полезное. И это вполне объяснимо, ведь любая система, особенно в больших городах, неидеальна и может давать сбой. Но столичные власти постарались учесть все ошибки и усилили контроль за качеством детского питания.

Продукты привозят после проверки

Итак, как же сейчас обстоят дела в столице с дошкольным питанием?

Все продукты в городские школы и дошкольные учреждения привозят только после того, как лабораторные исследования подтвердят их безопасность и соответствие нормативам. Стоит признать, что случаи выявления некачественных продуктов есть, но Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения выявляет их ещё на начальном этапе — до поступления продукции



Утро в детских садах начинается с каши

и требований. В нём учтены пожелания родителей, при этом сохранён принцип рационального и сбалансированного питания. Блюда достаточно разнообразны, учитывается сочетание продуктов растительного и животного происхождения, — говорит председатель комиссии по контролю за качеством и организацией питания в образовательных организациях городского экспертно-консультативного совета родительской общности при Департаменте образования г. Москвы Наталья Анпеткова.

Какие блюда есть в меню

В обязательном порядке в дошкольных группах на обед дают суп для улучшения пищеварения и нормализации обмена веществ. Особенно дети любят борщ и гороховый суп с сухариками. На второе с удовольствием едят куриные биточки, мясные тефтели с макаронами, рисом, гречкой или с картофельным пюре. В ежедневный рацион входят овощные салаты, компоты, хлеб, свежие фрукты.

— Питание в нашей дошкольной группе разнообразное, из свежих продуктов, соответствует всем возрастным потребностям ребёнка. Особенно мое-

му сыну нравятся каши и супы, — рассказала Татьяна Смирнова, мама дошкольника Святослава из школы №641 им. Сергея Есенина в ЮВАО.

Уроки этикета

Уже в раннем возрасте для дошколят проводят уроки этикета. Им объясняют не только как правильно вести себя за столом, но и как уверенно пользоваться ножом, вилкой и салфетками, быть вежливым. Воспитатели учат малышей мыть руки перед едой, правильно сидеть во время приёма пищи и есть самостоятельно. Ребятам постарше уже доверяют дежурство за столом. Они помогают взрослым накрывать на стол, раскладывать салфетки и столовые приборы. Всё, чему малыши научились в дошкольной группе, они с удовольствием демонстрируют дома мамам и папам.

— Я сразу заметила, что ребёнок стал аккуратнее, ловко держит вилку и ложку, всегда говорит спасибо. И помогает младшей сестрёнке, если что-то не получается. Всему этому его научили наши воспитатели, — добавила мама маленького Миши Теохаридиса из дошкольной группы школы №641 им. Сергея Есенина.

Игорь МАКАРОВ

В состав комиссии по питанию входят и родители

при управляющих советах школ; она же контролирует поставки продуктов, из которых готовят блюда для детей, и процесс приготовления пищи. В состав такой комиссии входят и родители. Чтобы поучаствовать в работе комиссии, нужно обратиться в управляющий совет. Но для этого понадобится медицинская книжка.

В садах — пятиразовое питание

Кормят столичных дошколят пять раз в день: двумя завтраками, обедом, полдником и ужином. Рацион питания сбалансирован по соотноше-

нию белков, жиров, углеводов и по калорийности. То есть в нём присутствуют те продукты, которые необходимы и максимально полезны для растущего организма. Это и мясные изделия — источник животного белка, и овощи с фруктами, дающие необходимое количество витаминов и минералов.

Также при составлении меню учитывается калорийность блюд: еда должна покрывать детские потребности в энергии.

— Меню в образовательных учреждениях получило экспертное заключение Федерального центра гигиены и эпидемиологии, оно разработано с соблюдением всех санитарных норм

в образовательные организации. В итоге за последнее время с 10 такими недобросовестными предприятиями-изготовителями организаторы питания расторгли договоры поставки.

Кроме Роспотребнадзора, который следит за соблюдением санитарных норм, качество продуктов проверяют МосГИК и комиссия по питанию

Как записать ребёнка в кружки и секции



В Нижегородском откроется современная IT-лаборатория

На месте промзоны на Автомобильном проезде предлагают построить технопарк

В Нижегородском районе на месте промзоны на Автомобильном пр., вл. 8, планируют построить технопарк. Планы по использованию этого участка обсудили с жителями района.

Разработка новых технологий

Раньше на Автомобильном проезде располагался мясокомбинат. Продукты питания давно не производят. Здания ветшают и разрушаются. Городские власти предложили использовать участок под центр научных исследований.

В Москве работают 40 технопарков. Чаще всего их строят на месте неиспользуемых промышленных зон. Как сообщила руководитель проектов Центра аналитических систем Екатерина Степанова, на этих площадках занимаются разработкой технологий в сфере хранения данных, медицины и искусственного интеллекта.

В одном из технопарков, например, учёные участвовали в разработке городской системы видеонаблюдения: записи видеонаблюдения позволяют быстрее раскрывать преступления.



Публичные слушания в Нижегородском районе

Также в технопарке займутся разработками для пищевой промышленности

Появятся новые рабочие места

Технопарк на Автомобильном проезде будет состоять из административно-исследовательского и складского корпусов. В зданиях планируют разместить лаборатории, которые займутся разработками в сфере IT-индустрии и пищевой промышленности. После открытия тех-

нопарка в Нижегородском районе появится около 1,5 тысячи дополнительных рабочих мест.

Прилегающую территорию благоустроят. С близлежащими станциями МЦК и МЦД технопарк соединят пешеходными зонами. Рядом с исследовательским центром появится парковка для 500 автомобилей.

Жители района спросили: будут ли в технопарке



Одна из разработок технополисов – виртуальные очки

организованы занятия для учеников школ Нижегородского района? Проектники ответили, что

молодёжь сможет посещать лаборатории, знакомиться с разработками. Не исключено, что после за-

нятий в технопарке ребята выберут в качестве будущей профессии инженерные специальности.

В районе Люблино будут хранить записи видеонаблюдения

На ул. Верхние Поля, вл. 51А, планируют разместить центр хранения и обработки информационных данных. Планы по использованию этого участка обсудили в управе района. Сейчас здесь находятся складские помещения. В центре смогут хранить записи видеонаблюдения, установленных на улицах города.

В Текстильщиках с местными жителями обсудили судьбу участка на 8-й ул. Текстильщиков, вл. 8. Здесь располагается здание, в котором раньше находилось оборудование городской телефонной станции. Благодаря переходу на цифровые технологии необходимости в большом количестве помещений для телефонии давно нет. Здание в хорошем состоянии, сносить его не планируют. Сейчас в нём работают спортивные секции, в частности футбольный клуб. Занятия посещают дети из ЮВАО. Жители района попросили сохранить спортивные секции. Их размещение в этом доме будет отражено в документах по землепользованию в Москве.

Роман НЕКРАСОВ

Как получить доступ к электронной медицинской карте

Электронная медицинская карта — это:

- протоколы осмотра врачей
- выписки из стационаров
- результаты лабораторных и инструментальных исследований
- заключения радиологических исследований

mos.ru + Здоровье

Запрос, изменение и отмена доступа к электронной медицинской карте

5 дней

Вам потребуется стандартная или полная учётная запись на **mos.ru** и номер полиса ОМС

Воспользуйтесь услугой «Запрос, изменение и отмена доступа к электронной медицинской карте» на **mos.ru**

Доступ будет предоставлен в течение пяти рабочих дней

Просматривать информацию из электронной медицинской карты могут пациенты старше 15 лет при наличии московского полиса ОМС. Также можно получить доступ к картам своих детей младше 15 лет

Притормозил на переходе и отключился

Почему за рулём одолевает дремота и что с этим делать

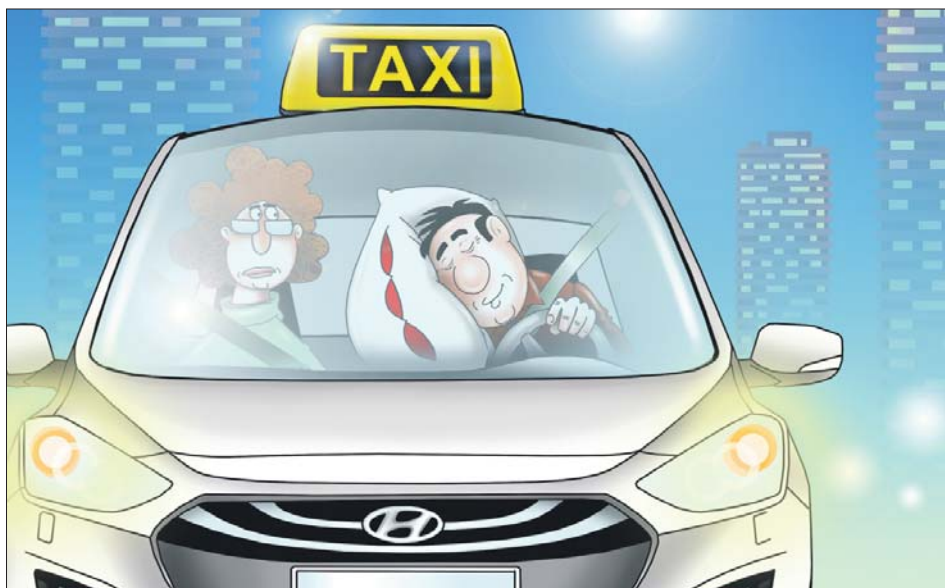
Последствия сна за рулём хоть раз видели, наверное, все: съехавшие в кювет огромные фуры, перевёрнутые или уткнувшиеся в деревья легковушки. Почему за рулём иногда так тянет в сон и что делать?

Водитель просто спал

В ОГИБДД округа припомнили такой случай. В прошлом году у школы на тихой Мариупольской улице инспекторы проводили мероприятие «Пешеходный переход». К «зебре» подъехал таксист, остановился пропустить людей. Но пешеходы прошли, а такси всё стоит. На знаки полицейского, предлагающего двигаться дальше, водитель не реагировал. Подойдя к машине, инспектор обнаружил: таксист просто спит! Мужчину разбудили и объяснили, что ПДД запрещают управлять автомобилем в таком состоянии. Тот согласился, припарковал машину и отправился домой отсыпаться.

Таксисты в группе риска

К сожалению, не всегда сон за рулём оканчивается благополучно. Прошлым летом на 1-й улице



Сергей Корсун

Верный признак сна за рулём: автомобиль плавно смещается в сторону

Текстильщиком поздним вечером водитель врезался в припаркованную машину — к счастью, отделался испугом. Как он объяснил инспекторам, возвращался домой после тяжёлой смены и заснул на ходу.

В ноябре таксист на Нижегородской около пяти утра наехал на припаркованный тягач «Вольво», водитель и пассажир получили травмы. Другой таксист пострадал в сентябре на Волжском бульваре, врезавшись в при-

цеп грузовика, стоявшего у края дороги. Кстати, таксисты попали в группу риска неспроста: многие из них работают на предделе, чтобы «отбить» аренду машины.

Потасил руль влево

— Одно из таких ДТП произошло прямо у меня на глазах на Люблинской улице, — рассказывает аварийный комиссар Андрей Поляков. — Шедшая впереди «Мазда» вдруг стала плавно

смещаться влево, пересекла все ряды и ударила встречную «Тойоту» в заднее крыло. Та потеряла управление, выехала на встречку и, промчавшись метрах в двадцати передо мной, остановилась лишь у тротуара.

Характерные признаки сна за рулём выглядят именно так: тело водителя наклоняется, и в ту же сторону он тащит за собой руль, не меняя скорости, — влево или вправо, это уж как повезёт! Самое лучшее, что вы можете сделать, — постараться не оказаться на его пути.

— В городе на магистральных улицах я стараюсь держать дистанцию не менее 150 метров, за городом — не менее 300,

чтобы видеть ситуацию машины на три вперёд и в случае чего успеть остановиться, — говорит Поляков. — По этой же причине не следует держаться за грузовиком или автобусом, закрывающим обзор.

Чай, беседа и новые маршруты

Специалисты называют это дорожным гипнозом: в сон клонит не от усталости, а просто от скуки и однообразия, как на неинтересной лекции.

— Отлично тонизирует обычный чёрный чай с лимоном, — советует командир ОБ ДПС ГИБДД УВД по ЮВАО Владислав Яхонтов, сам опытный водитель. — Немного опустите стекло, чтобы проветрить салон. Ещё лучше остановиться и выйти на улицу, размяться.

От энергетических напитков лучше воздержаться: их действие длится недолго, а после наваливается дрема хуже прежней.

В ГИБДД предложили и нестандартный способ борьбы со сном: ездите на работу и обратно разными маршрутами.

— В пути всегда разговаривайте с пассажирами, — советует Поляков. — Учтите: если они заснут, такой пример будет очень заразительным!

Василий ИВАНОВ

ДТП >>

В Некрасовке упала пассажирка автобуса

17 февраля во втором часу дня 55-летний водитель автобуса «Газель Некст» вёз пассажиров по 31-му маршруту (станция Люберцы — Мотьяково), двигаясь по Покровской улице. Когда он затормозил у остановки «Покровская улица, 16», в салоне упала 74-летняя пассажирка. С ушибом грудной клетки скорая доставила женщину в 15-ю больницу.

На Донецкой девушка попала под «Пежо»

17 февраля во втором часу дня семнадцатилетняя девушка решила перейти Донецкую улицу возле перекрёстка с Подольской вне перехода. Девушку сбил автомобиль «Пежо-207». Скорая увезла пострадавшую в больницу с сотрясением мозга и переломом голени.

Наехал на шестилетнего мальчика на Переве

18 февраля около 7 часов вечера 56-летний мужчина, управляя автомобилем «Хендай Солярис», следовал по Переве. Около дома 32 он наехал на шестилетнего мальчика, который переходил дорогу вместе с мамой по нерегулируемому переходу. Ребёнка госпитализировали с сотрясением мозга и со ссадиной губы.

На Новочеркасском пострадал ребёнок

19 февраля в восьмом часу утра 35-летний водитель автомобиля «Ниссан Тиана» двигался по Новочеркасскому бульвару. Напротив дома 27 он наехал на мужчину, который шёл через дорогу по нерегулируемой «зебре», неся на руках трёхлетнего сына. В результате ребёнок получил сотрясение мозга. Скорая доставила малыша в детскую больницу.

ОГИБДД УВД по ЮВАО

Центр правовой поддержки

- ▶ Перерасчёт пенсии
- ▶ Индексация пенсии
- ▶ Социальные надбавки

Бесплатная консультация!

Т. 8-909-960-32-56

000 «Президиум» ИНН 9704000123
реклама 0385

ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ

консультация — **БЕСПЛАТНО!**

АКЦИЯ бесплатное составление заявления до конца месяца по телефону

Для льготных категорий граждан на остальные виды услуг

8 (495) **117-07-17** -50%

ИНН 7708356952

Белый медведь **СТОМАТОЛОГИЯ ЧЕСТНЫХ ЦЕН**

консультация врача **БЕСПЛАТНО!**
СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА ЛЕЧЕНИЯ **БЕСПЛАТНО!**

Акции действуют до 15.03.2020 г.

- Установка пломбы (светового отверждения) — **800 руб.**
- Металлокерамическая коронка (Германия) — **5 600 - 4 900 руб.**
- Частичный съёмный акриловый протез — **9 500 - 8 200 руб.**
- Полный съёмный акриловый протез — **11 500 - 9 900 руб.**
- Съёмный протез из материала Акри Фри (безаллергенный материал, комфорт и лёгкость) — **22 000 - 16 800 руб.**
- Установка имплантата AlphaBio (Израиль) — **18 000 руб.** (установка + имплантат + формователь).

Предъявителю СКИДКА: **15%** на лечение **10%** на ортопедию

На все виды работ предоставляется **ГАРАНТИЯ**

8 (495) 286-7440, 8 (495) 778-7200

м. «Лермонтовский проспект», Октябрьский проспект, д. 1, корп. 1 (200 м от метро)

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

реклама 0057

БЕСПЛАТНАЯ ОНЛАЙН-КНИГА
ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ БРОСИТЬ КУРИТЬ

KURILBROSIL.RU

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ? ЗВОНИТЕ!

ТЕЛ. ОТДЕЛА ДОСТАВКИ **(495) 681-3970**

На 4-м Вешняковском проезде восстановили освещение



Не горят светильники на крыльце подъезда и в холле 1-го этажа.

Утром темно выходить на работу. Просьба восстановить.

Ольга,
4-й Вешняковский пр., 5, корп. 3,
подъезд 2

— Сотрудники управляющей компании ГБУ «Жилищник» заменили перегоревшие лампы на 1-м этаже и при входе во 2-й подъезд дома по адресу: 4-й Вешняковский проезд, 5, корпус 3. Дежурное освещение внутри подъезда и на крыльце восстановлено, — сообщили в управе Рязанского района.

Анна
ФОМИНА

Управа Рязанского района:
ул. 1-я Новокузьминская, 10,
тел. (495) 371-8782.
Эл. почта: uprava-ryazansky@mos.ru.

ГБУ «Жилищник Рязанского района»:
ул. 1-я Новокузьминская, 10,
тел. (495) 378-0802.
Эл. почта: gbu.ryazanka@yandex.ru



Перегоревшую лампу при входе в подъезд заменили

Александр Кошубей

Торчащие провода в доме на Волжском закрыли крышками



В подъезде делали ремонт, меняли электропроводку на этажах.

Работу закончили и ушли, а крышки монтажных коробок назад не поставили — оборудование с проводами открыто.

Дмитрий,
Волжский бул., 12, корп. 2

Сейчас в подъезде дома 12, корп. 2, на Волжском бульваре электрощитовое оборудование закрыто крышками. Как сообщили в управе района Текстильщики, доступа посторонних лиц к проводам и к другому электрооборудованию нет.

Вера
КАЗАНСКАЯ

Управа района Текстильщики:
8-я ул. Текстильщиков, 16,
корп. 5,
тел. (499) 179-7971.
Сайт: tekstilschiky.mos.ru.
Эл. почта: tekstilschiky@mos.ru

В районе Люблино укрепили перила на горке



Перила на детской площадке потрескались и разболтались, детям неудобно держаться за них, когда они поднимаются на горку. Просьба отремонтировать.

Станислав,
ул. Краснодарская, 24

На детской площадке на ул. Краснодарской, 24, отремонтировали элементы горки.

— Сотрудники «Жилищника» заменили крепления перил, чтобы дети могли безопасно играть на горке, — сообщили

ли в управе района Люблино. Также коммунальщики отремонтировали поврежденное газонное ограждение рядом с детской площадкой. А летом нынешнего года во дворе запланированы работы по благоустройству детской площадки.

Анна ФОМИНА

Управа района Люблино:
ул. Люблинская, 53, тел. (495) 350-1888. Эл. почта: lublino@mos.ru.

ГБУ «Жилищник района Люблино»:
ул. Кубанская, 27, тел. (495) 350-0145.
Эл. почта: L_dez@inbox.ru

Во дворе на Волгоградском проспекте закрепили дорожные неровности



Перед домом установлены искусственные неровности. Один элемент разболтался, из него стали торчать крепления, о которые спотыкаются люди. Просьба закрепить болты.

Михаил
Волгоградский просп., 76,
корп. 1, подъезд 1

Работники ГБУ «Жилищник района Кузьминки» закрепили конструкцию дорожной неров-

ности во дворе перед подъездом 1 дома 76, корп. 1, на Волгоградском проспекте. По информации управы района, сейчас неровность находится в технически исправном состоянии: все элементы плотно прилегают друг к другу, а крепления прочно прикручены.

Вера КАЗАНСКАЯ

Управа района Кузьминки:
ул. Юных Ленинцев, 66, корп. 2, тел. (499) 742-0411.
Сайт: kuzminki.mos.ru.
Эл. почта: uprava-kuzminki@mos.ru

В Рязанском обновили информационный стенд



Стенд рядом с управой выглядит неопрятно: на нём обрывки несанкционированного объявления, краска растрескалась, ржавчина, отсутствует герб района, который есть на других стендах. Приведите в порядок.

Алла, ул. Вострухина, 3

Стенд, о котором пишет жительница района, привели в надлежащий вид.

— Со стенда удалили ржавчину, остатки объявлений, покрасили его. Разместили на нём герб района, — сообщили в управе Рязанского района.

Анна ФОМИНА

Управа Рязанского района:
ул. 1-я Новокузьминская, 10,
тел. (495) 371-8782.
Эл. почта: uprava-ryazansky@mos.ru



Стенд обновили

Александр Кошубей

Перед подъездом дома на Совхозной установили антипарковочный столбик



Просьба установить дополнительные антипарковочные столбики, чтобы машины не заезжали к самым ступеням у подъезда. На тротуаре рядом они есть.

Наталья, ул. Совхозная, 16,
корп. 1, подъезд 3

В управе района Люблино сообщили, что работники «Жилищника» установили столбик на тротуаре перед подъездом 3 дома 16, корп. 1, на Совхозной улице. В настоящее время недобросовестные автовла-

дельцы больше не могут парковать машины вплотную к подъезду.

Вера КАЗАНСКАЯ

Управа района Люблино:
ул. Люблинская, 53,
тел. (495) 350-1888.
Сайт: lublino.mos.ru.
Эл. почта: lublino@mos.ru

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

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

Звоните:
(495) 681-3645

Водил взвод в атаку

Ветеран из Лефортова прошёл войну на танке Т-34

Житель Лефортова Павел Мельников — полковник бронетанковых войск в отставке, кавалер ордена Александра Невского.

открыть огонь по селу, оккупированному врагом.

Но фашисты первыми открыли огонь. Артиллеристы-красноармейцы были позади и наблюдали, откуда будут стрелять. После разведки боем они пошли в наступление и уничтожили много живой силы противника. Это было боевое крещение экипажа Мельникова.

Уничтожил бронетранспортёр противника

Позже Мельников участвовал в Житомирско-Бердичевской операции. Особо отличился в боях за Житомир и Тернополь, за что в 1944-м был награждён орденом Александра Невского и орденом Красной Звезды.

В его наградном листе об атаке на Тернополь написано: «Взвод тов. Мельникова



Из личного архива

Экипаж Мельникова должен был вызвать огонь на себя

уничтожил 3 оружия ПТО (противотанковое орудие. — *Ред.*), 5 противотанковых ракетных ружей, 10 пулемётных точек, один бронетранспортёр и до 90 человек немецких солдат и офицеров».

После войны

В мае 1944 года Мельникова направили учиться в Москву, в бронетанковую академию. В то время она размещалась в Екатерининском дворце. Так он впервые оказался в Лефортове. В академии Павел выбрал инженерный факультет.

Много лет служил в Управлении ракетных войск. На гражданской службе работал на заводе тракторных гидроагрегатов на Боровой улице.

Елизавета СЕРЕБРЯНСКАЯ

Боевое крещение

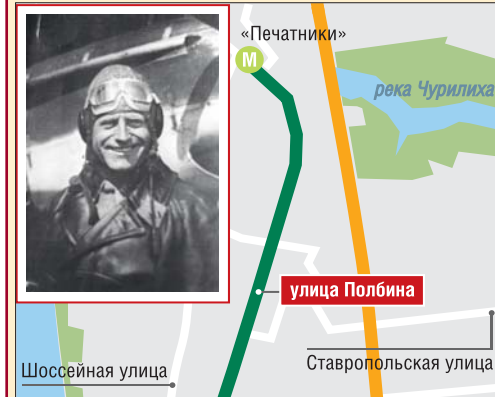
В начале июля 1943 года командиров танков и штабных рано утром посадили в машину и повезли в село Прохоровка Курской области. Там они должны были осмотреть наши танки после крупного сражения, которое состоялось здесь накануне.

На следующий день их корпусу поступил приказ вступить в бой. Танковый взвод направили в боевую разведку в село, где было много немцев и их техники. Экипаж Мельникова должен был вызвать огонь на себя и на большой скорости

Имена героев на карте округа

Боевой генерал возглавил девятку бомбардировщиков

В Печатниках есть улица, названная в честь Ивана Семёновича Полбина, легендарного лётчика, дважды Героя Советского Союза.



Первую «Золотую звезду» Героя Советского Союза Иван Полбин получил в 1942 году за 107 боевых вылетов и за уничтожение крупного немецкого склада горючего.

В феврале 1945 года гвардии генерал-майор авиации И.С.Полбин был представлен ко второй «Золотой звезде» Героя Советского Союза. На счету у боевого генерала тогда было уже 157 вылетов и два сбитых самолёта. Но получить эту награду лично была не судьба.

Маршал Конев в конце войны приказал не пускать без его ведома генерала Полбина в полёт. Он считал, что командир такого ранга должен руководить действиями частей и под-

разделений с командного пункта.

В феврале 1945-го шли ожесточённые бои за город-крепость Брестлау.

Иван Полбин, оценив сложность обстановки, решил лично вести девятку бомбардировщиков. И это был его последний полёт. Надо же было такому случиться, что именно в этот вылет он напоролся на не зафиксированную ранее зенитную батарею. Его самолёт был единственным из девяти, сбитым прямым попаданием снаряда.

6 апреля 1945 года Иван Полбин был награждён второй «Золотой звездой» Героя посмертно.

Олег ИГНАТЬЕВ
Фото: РИА Новости



Житомирско-Бердичевская операция. Колонна танков Т-34. Январь 1944 года

wikimedia.org

Ели студень из ремней

Житель Лефортова рассказал о военном детстве в Ленинграде

Когда началась война, Георгию Ляпишеву, который сейчас живёт в районе Лефортово, не исполнилось ещё и шести лет. Жил он с родителями в Москве, но в июне 1941 года их семья поехала к родственникам в Ленинград.

В бомбоубежище научился читать

Возвратиться в Москву Ляпишевым не удалось. Жить они остались в квартире маминой сестры, недалеко от Витебского вокзала.

— По тревоге мы бегали в бомбоубежище, — вспоминает Георгий Ляпишев. — Там было светло и чисто, вдоль стен и посередине стояли лав-

ки. В бомбоубежище я обучился чтению.

В памяти остался и страшный голод.

— Однажды кто-то принёс так называемую хряпу — наружные капустные листья, те, которые мы сейчас выбрасываем. Хряпу жарили на рыбьем жире, с тех пор я его терпеть не могу, — рассказывает житель Лефортова.

Освоили блокадники ещё одно блюдо — студень из гонков. Гонками называли накладки из кожи, которые использовали для скрепления ремённых передач ткацких станков. Их приносил домой муж подруги тётки, он был главным инженером на текстильной фабрике.

Молодая женщина стала старухой

20 марта 1942 года Георгию с мамой и братом удалось покинуть Ленинград. На санках его везли через Литейный мост на Финляндский вокзал, а там они сели в поезд и их накормили сосисками. Эшелон повёз их на восток, подальше от немцев.

Мать мальчиков отстала от поезда, но догнала эшелон, застрявший из-за снежных заносов. Затем на одной из станций у них украли чемодан. Мать видела вора, но была совсем обессиленной и не могла ничего предпринять. Потом они обосновались в деревне, где городским жителям пришлось осваивать нелёгкий быт.

С мамой и братом



Из личного архива



Денис Афанасьев

— Мать рассказывала, что после пережитого она выглядела старухой и соседки, глядя в её паспорт, говорили: «Это не твой паспорт, ты его, наверное, украла», — продолжает Георгий Владимирович.

Военная династия

После окончания института в 1959 году его направили в НИИ прикладной механики им. академика Кузнецова, где Георгий Ляпишев участвовал в разработ-

ке приборов управления для боевой и космической ракетной техники. До сентября 2015 года он работал ведущим специалистом в Центре эксплуатации объектов наземной космической инфраструктуры. Пять представителей рода Ляпишевых в течение почти 170 лет — с 1805 по 1974 год — находились на действительной военной службе, а ещё пять человек работали и работают по сей день в оборонной промышленности.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

хроника >>**В Кузьминках ранили прохожего в дорогах наушниках**

Полиция разыскивает грабителей, напавших с ножом на мужчину на Кузьминской улице у входа в парк «Кузьминки-Люблино». Это произошло 15 февраля в 15.26. Двое неизвестных ранили прохожего и забрали у него наушники стоимостью 13 тыс. рублей. Из-за многочисленных ран пострадавшего госпитализировали.

Как сообщает пресс-служба ГУ МВД России по г. Москве, возбуждено уголовное дело, преступников разыскивают.

В Кузьминках домушник представился соседом

В квартиру 84-летней жительницы Кузьминок позвонил неизвестный, который представился соседом снизу. Он сказал, что его квартиру затопило, и попросил пенсионерку впустить его, чтобы убедиться в отсутствии протечек. Когда он ушёл, хозяйка заметила пропажу мобильного телефона, ключей от квартиры и кошелька с деньгами. Ущерб превысил 10 тыс. рублей. Подозреваемого задержали на Волгоградском проспекте.

В Выхине-Жулебине обчистили три машины

В ОМВД по району Выхине-Жулебино обратились три автовладельца с жалобами на кражу имущества из их машин: у них пропали деньги и рыболовные снасти. Ущерб превысил полмиллиона рублей. Кроме того, поступило заявление от бизнесмена об угоне иномарки стоимостью 700 тыс. рублей. В Капотне по подозрению в преступлениях были задержаны двое 30-летних мужчин. Оба были судимы, а один также был в розыске по подозрению в мошенничестве. Украденное они успели сбыть, угнанное авто продали на запчасти.

Анна ЩЕРБИНИНА

«Газовщики» активизировались

Коммерсанты ходят по квартирам и предлагают газовое оборудование по завышенным ценам

В феврале жителей Юго-Востока атаковали предприимчивые «газовщики»: предлагают датчики газа и запчасти к газовым плитам втридорога. На их предложения часто соглашаются пожилые. Они принимают сотрудников частных фирм за представителей АО «Мосгаз».

Втрое дороже

Недавно Глеб Г. из Кузьминок вернулся с работы и узнал, что его пожилая мама пустила в квартиру каких-то людей и купила у них прибор для определения утечки газа за 4990 рублей.

«Пока я был на работе, примерно в 14.00 в дверь позвонили, мама открыла, — сетует Глеб в соцсети. — На пороге стояли люди в фирменной спецодежде, показали удостоверения. Впарили прибор, который запитывается от розетки. Заплатила она за него 4990 рублей».

Корреспондент «ЮВК» сравнила цены на похожее оборудование в разных магазинах: заказать такой с доставкой можно примерно за 2 тыс. рублей.

«Проверяют» плиты, находят «неисправные» детали, — пишет в соцсети Александр из Рязанского района, — и по счастливой случайности у них есть с собой такие же, но «исправные».

«Мосгаз» ничего не продаёт

О том, что по домам ходят очередные «газовщики», в управе



Сергей Королун

Специалисты «Мосгаза» датчики не продают

Кузьминок узнают регулярно. Начальник отдела ЖКХ и благоустройства Евгений Шичков рассказал, что эта тема часто обсуждается на встречах главы района с жителями.

— Мы всегда предупреждаем, что сотрудники «Мосгаза» ничего не продают, — добавляет Шичков, — товары предлагают коммерсанты. Датчик утечки

газа в квартире ставить необязательно, потому что специалисты «Мосгаза» и так контролируют состояние плит и труб по своему графику. А вот качество датчика, купленного с рук, будет под вопросом, как и оправданность его цены.

В пресс-службе АО «Мосгаз» подтверждают: ежегодное обслуживание газового оборудования специалисты проводят по графику.

— Графики проведения профилактических работ размещены на официальном сайте АО «Мосгаз» в разделе «Населению», — говорят в пресс-службе. — Во время обходов специалисты «Мосгаза» прове-

ряют работоспособность газовых приборов, при необходимости устраняют неполадки, проводят инструктаж по правилам пользования газовыми приборами и газом в быту. При этом никаких платных услуг специалисты не оказывают.

Предупредите родных

Но, как объяснили в УВД по ЮВАО, визитёры, которые предлагают платные услуги и продают газовое оборудование на дому, не нарушают закон, поэтому у полиции нет возможности повлиять на них.

— С точки зрения закона это обычная коммерческая деятельность, — говорит руководитель пресс-службы УВД по ЮВАО Наталья Горохова. — Но надо понимать, что, если вам позвонили в дверь и предложили что-то купить, цена может оказаться сильно завышенной. Обязательно нужно предупреждать об этом пожилых родственников, которые бывают слишком доверчивы.

Анна ЩЕРБИНИНА

со знанием дела

Пресс-служба АО «Мосгаз» напоминает: сотрудники «Мосгаза» одеты в тёмно-синюю форму с символикой компании и предъявляют удостоверение. Чтобы убедиться, что на пороге действительно работник «Мосгаза», можно позвонить по тел.: 104, 112, доб. 04, или по тел. сервисной службы (495) 660-2001.

Собака КАТЯ ищет дом! ❤️



Эта красotka для весёлой и доброй семьи, которая ищет настоящего друга! Катя жизнерадостна, добра и доверчива, приучена к поводку и 2-разовому выгулу. Она находит язык с другими животными, особенно теми, кто меньше её размером. Игрива в меру и очень любознательна!

+7 968 876-96-67 (+WA)

реклама 0007

Брайан - умный, активный красавец, с хорошим характером. Возраст 7 месяцев, неконфликтный, прекрасно ладит с собаками. Обожают людей, подойдёт для семьи с детьми. Вырастет средним. Кастрирован, привит. Есть ветпаспорт.



Твигги - чудесный щенок, девочка. Ищет дом! Возраст 3 месяца. Близкий метис овчарки. Очаровательная, ласковая малышка, море счастья и позитива, друг для всей семьи. Здорова, привита. Подарите ей Вашу любовь и тепло Вашего дома!



Тел. 8-916-643-74-25, Наталья

реклама 0007

Кошка КАТРИН ищет дом! ❤️



+7 917 548-81-26 (+WA)

Катрин сразу привлекает взгляд — и своим элегантным двухцветным окрасом, и ярко-жёлтыми глазами. Катрин точно знает, как своим присутствием и нежным мурчанием создать уют. И мечтает стать вашим любимым домашним питомцем!

реклама 0007

Круговорот вещей в большом городе

Москва перешла на систему раздельного сбора мусора. Во всех дворах появились контейнеры для мусора с остатками пищи и для отходов, которые можно переработать. Содержимое баков вывозят разные автомобили. На сортировочном комплексе выбирают полезные отходы и передают переработчикам. Из мусора можно сделать много полезных вещей.

Что можно сделать



Сколько потребуется сырья



А если не перерабатывать?

Сроки разложения отходов в природе

1-4 месяца	газетная бумага	120-140 лет ...	резиновые покрышки
3 месяца	картонные коробки	180-200 лет ...	пластиковые бутылки
2 года	офисная бумага	500 лет	алюминиевые банки
10 лет	железные банки, доски	более 1000 лет	стекло

Эту чудесную ласковую кошечку отдам только в надёжные руки. Созерцательная маленькая рысь. Ей 9 месяцев. Очень спокойная, ничего не поцарапает и не испортит. Стерилизована, привита.



8-915-407-5628

Рексу 4 года. Он общителен, игрив и обожает быть с человеком. Выгул и поводок знает отлично. Дома спокоен. Основная энергия выплёскивается во время прогулок. Очень ласковый, преданный мальчик! Ищет друга и хозяина.



Т. 8-966-158-21-12

Лемура - около 5 лет. Трогательная, трепетная собачка. Нежная, спокойная. Прекрасно гуляет на поводке. Ладит со всеми собаками. Много места не займёт, но принесёт много радости в дом. Особенно подойдёт пенсионерам для неспешной прогулки и объятий по вечерам. Привита, здорова, ветпаспорт.



Тайфуну около 2 лет. Красавец, с чёрной шелковистой шерстью. Весёлый, общительный, доверчивый. Бесконфликтный, ладит со всеми животными. Очень радуется, когда его замечают в вольере. Подойдёт абсолютно всем. Здоров, привит, чипирован.

Тел. 8-916-643-74-25, Наталья

Щенок ГУСЛИК ищет дом! ❤️

Гусле 8 месяцев, он приучен к порядку и дисциплине. Характер у мальчика сказочный — умный и добрый. Общаться с Гусликом необычайно интересно, пёс весьма харизматичный и очень занятный.



Гусля очень ждёт своих хозяев, обратите на него внимание, может быть, это ВАШ самый лучший и верный друг?!

+7 915 089-37-88 (+WA)

Как задержать дыхание на полторы минуты

Пять вопросов о фридайвинге инструктору из Жулебина

Необычный вид спорта под названием «фридайвинг» в последнее время становится всё более популярным. Что нужно знать, отправляясь на занятия, рассказал «ЮВК» инструктор по фридайвингу, глава судейского комитета Федерации фридайвинга и житель Лермонтовского проспекта Алексей Серов.



Из личного архива

1 Что такое фридайвинг?

Слово «фридайвинг» переводится как «свободное погружение». Водолазы ныряют в воду без акваланга, только лишь на задержке собственного дыхания. Понятие «фридайвинг» появилось в XX веке.

Началось всё с пари в 1949 году. Подводный фотограф итальянец Раймондо Бучер поспорил с друзьями, что нырнёт на глубину 30 метров без всякой экипировки,

и выиграл. А в 1960-х француз Жак Майоль первым в мире достиг на одном дыхании 100-метровой глубины. Так постепенно фридайвинг стал настоящим видом спорта, альтернативой погружению со снаряжением.

2 С какого возраста можно начинать заниматься?

Заниматься фридайвингом можно с семи лет. А вот верхнего возрастного предела практически не существует. В Белоруссии в национальных чемпионатах успешно участвует 73-летний фридайвер. А легендарная российская спортсменка Наталья Молчанова, которая 23 раза становилась чемпионкой мира, начала заниматься фридайвингом только в 40 лет. Кстати, своего сына, ныне действующего чемпиона мира Алексея Молчанова, она начала обучать задержке дыхания в возрасте трёх с половиной лет в собственной ванне. Малыш нырял за игрушками и ракушками.

3 Есть ли противопоказания?

Фридайвинг — экстремальный вид спорта, так что перед занятиями необходимо проконсульти-

роваться со специалистом.

Есть категория заболеваний и состояний, при которых занятия данным видом спорта нежелательны: хронические и механические повреждения органов дыхания, новообразования, заболевания сердца и сосудов и др. Также, если вы чувствуете усталость, недомогание, слабость или подозреваете, что заболеваете, погружаться на задержке дыхания не стоит.

Мой личный рекорд — 5 минут 1 секунда без воздуха. И это средний показатель

4 На сколько минут можно задерживать дыхание?

Мой личный рекорд — 5 минут 1 секунда. И поверьте, это средний показатель. Практически любой человек может научиться за одну-две недели задерживать дыхание как минимум на 1,5-2 минуты.



Фридайвер в моноласте спускается вниз

Andy Moreno/wikimedia.org

5 Какая польза от занятий?

Аквалангист на 100-метровое погружение тратит несколько часов. Он обязан пройти сложную процедуру декомпрессии, дабы избежать кессонной болезни из-за насыщения крови азотом. Так вот декомпрессия фридайверу ни к чему, ведь в его лёгких нет воздуха при погружении. Научно доказа-

но, что задержка дыхания под водой способствует снижению повышенного тонуса мышц и развивает лёгкие.

А ещё такие занятия — мощный стимул для самосовершенствования. Начинаешь совсем иначе воспринимать окружающий мир, меняется эмоциональный фон, и ты по-другому реагируешь на некоторые ситуации.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Фитнес дома

Укрепляем мышцы с помощью стула



Из личного архива

Как проработать мышцы ног, рук и пресса, рассказывает тренер одного из фитнес-центров в Нижегородском районе **Виктория Беланова**.

— Ставим стул за спиной и опираемся на него голенью. Другая нога выставлена вперёд, как во время упражнения «выпады». Начинаем приседать, при этом сгибаем колено отставленной вперёд ноги под углом 90 градусов, — говорит тренер. — Мы сможем проработать заднюю и переднюю часть бедра, а также ягодицы.

Нужно выполнить три захода по 15-20 повторений. Приседаем на выдохе, поднимаемся на вдохе.

Чтобы проработать руки, вставём спиной к стулу и кладем на сиденье ладони.

— Руки расставляем на ширину плеч и обхватываем ладонями сиденье стула, пальцы при этом направлены вниз, к полу. Руки сгибаем в локтях, ноги сгибаем в коленях и начинаем с помощью рук поднимать себя. Здесь будут активно работать трицепсы. Выполняем три захода по 15-20 повторений, — поясняет Виктория.

Ещё можно проработать пресс.

— Делаем упражнение «планка», обычно его выполняют на полу, но мы локти ставим на стул, при этом всё тело выводим в прямую линию. Продержаться нужно хотя бы 20-30 секунд, — рассказывает тренер. — Чтобы выполнить более сложное упражнение в «планке», на стул нужно поставить стопы, а руки на пол. Продержаться стараемся 15-30 секунд.

Виолетта ДЕНИСЕНКОВА

ЦПС ЦЕНТР ПЕНСИОННЫХ СБЕРЕЖЕНИЙ

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

Надёжная защита Ваших средств — все сбережения застрахованы

Деятельность под строгим контролем ЦБ РФ

Интересы пайщиков защищены в СРО «Национальное объединение кредитных кооперативов»

от 9%
до **10,8%**
сумма до 5 млн рублей от 4 месяцев*

СУММА	СРОК, МЕС.	СТАВКА, % ГОДОВЫХ	ВАШ ДОХОД, РУБ.
50 000 руб.	12	10,20 %	5 100
500 001 руб.	12	10,50 %	52 500
1 000 001 руб.	12	10,80 %	108 000

Ежемесячные выплаты и капитализация процентов

Выдаём займы пенсионерам*

ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Москва, Кутузовский пр-т, 43, (3 мин. от метро/МЦК «Кутузовская»)

8-800-707-49-16
kpkcps.ru

Кредитный потребительский кооператив «Центр пенсионных сбережений», ОГРН 1195081097067, член СРО Союза Саморегулируемая организация «Национальное объединение кредитных кооперативов» (Свидетельство № 159/20). КПК «Центр пенсионных сбережений» привлекает денежные средства только от своих членов на основе договоров передачи личных сбережений. Предложение по сбережениям действительно только для членов КПК старше 18 лет. Единый вступительный взнос 100 р. При досрочном расторжении проценты выплачиваются по ставке 1%. *Подробности об остальных условиях договора на сайте либо по тел. 8-800-707-49-16. Сбережения застрахованы в НКО «МОВС». Реклама.

Сомнительный флакон гремит в коробке

Выбираем парфюм правильно

В чём разница между парфюмированной и туалетной водой, почему поддельные духи гремят в коробке и насколько важно быть здоровым, покупая духи, об этом и не только «ЮВК» рассказала начальник Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по г. Москве в ЮВАО Юлия Ларина.

Духи — самые стойкие

Духи, парфюмированная вода, туалетная вода, одеколон... Разница между ними не только в цене.

— Все виды парфюмерии состоят в основном из ароматического концентрата, спирта и воды и различаются лишь соотношением этих компонентов, — пояснила Юлия Ларина.

Духи (Parfum) — самый стойкий вид парфюмерии. Они включают в себя от 20 до 40% ароматического вещества. Как правило, духи сохраняют свой аромат около восьми часов. Менее концентрированная — парфюмерная вода (Eau de Parfum), где ароматического вещества от 15 до 20%. Запах парфюмерной воды держится пять-шесть часов. Затем идёт туалетная вода (Eau de Toilette). В ней от



Флакон оригинальных духов сделан из качественного стекла. Трубочка пульверизатора тоненькая, почти незаметная

5 до 15% ароматического вещества. Композиция этого вида парфюма будет звучать три-четыре часа. И наконец, самый лёгкий вид парфюмерии — одеколон (Eau de Cologne) — от 2 до 4% концентрата. Его аромат будет сопровождать вас в течение одного-двух часов.

Пузырьки должны растворяться медленно

Юлия Ларина подсказала способ отличить на-

Целлофановая обёртка должна прилегать плотно

стоящий парфюм от подделки.

Встряхните коробку в руке. Если флакон болтается и гремит внутри — аромат, скорее всего, фальшивый. Оригинальные производители всегда вкладывают в коробочку специальные картонные или пластиковые вставки, чтобы хорошо зафиксировать флакончик внутри и сохранить его в целости.

Юлия Ларина также рекомендует обратить внимание на целлофановую обёртку. Она должна плотно прилегать к коробке. Швы по краям плёнки обязаны быть идеально ровными и тонкими, без следов клея: оригинальные производители запаивают целлофан термическим методом. Картон, из которого сделана коробка, должен быть плотным, а

внутри белоснежным, а не серым. Флакон оригинальных духов сделан из качественного стекла, крышка симметричная и плотно прилегает. Трубочка пульверизатора тоненькая, почти незаметная.

— Потрясите флакон и понаблюдайте за пузырьками: если они будут исчезать не сразу, а медленно, это плюс, — отметила Юлия Ларина.

Не покупайте сразу

Выбирать духи надо, когда вы здоровы. Во время болезни наша кожа пахнет не так, как обычно.

Примерно за час-два до того, как вы отправитесь в магазин протестировать новый парфюм, не наносите на тело никакие другие ароматы. Курение также мешает восприятию запахов. Если вы тестируете духи на своей коже, лучше всего делать это на запястье. Не торопитесь покупать парфюм сразу, покиньте магазин, продолжайте вдыхать его в течение дня, наблюдайте, как он преобразуется со временем.

Чтобы любимые духи долго радовали вас своим ароматом, не храните их в освещённых и тёплых местах. Лучшее место для хранения — полка в шкафу или ящик комода.

Оксана МАСТЮГИНА

В Кузьминках открылась клиника памяти

На Зеленодольской улице открылся 4-й филиал психиатрической клинической больницы (ПКБ) №13. В нём же находится и клиника памяти.

— В клинике памяти высококвалифицированные врачи-психиатры и психотерапевты амбулаторно оказывают помощь пожилым людям с начальными признаками деменции, а также пациентам после перенесённого инсульта и других заболеваний сосудов головного мозга, — рассказал на открытии главный врач ПКБ №13 Алексей Тер-Израелян. — Московские специалисты разработали программу, которая направлена на восстановление важных функций головного мозга: запоминания, внимания, контроля эмоциональных переживаний.

Решение о приёме в клинику памяти принимает врач после консультации.

Адрес: ул. Зеленодольская, 15, корп. 4. Тел. (499) 175-5342.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Торговый центр у метро «Текстильщики» реконструируют

Вместо торговых павильонов у выхода из метро «Текстильщики» появится современный торговый центр с наземной парковкой. Об этом сообщил председатель Мосгосстройнадзора Олег Антосенко. Реконструкцию проведёт инвестор за счёт собственных средств. Работы будут выполнены до ноября.

Площадь торгового центра увеличится до 984 кв. метров. На 1-м этаже разместят торговые и административные помещения, кафе, въезд на парковку, а на 2-м — торговую галерею. Входы для посетителей организуют со стороны Волгоградского проспекта.

Наталья ГОНЧАРОВА

КАК поучаствовать в опросах «АКТИВНОГО ГРАЖДАНИНА»

Зайдите на сайт **ag.mos.ru** или скачайте мобильное приложение: **App Store**, **Google Play**, **Windows Phone**

Вы сможете участвовать в опросах на городские темы

За каждый опрос на счёт участника проекта поступают баллы, которые можно обменивать в магазине портала на билеты в музеи, на парковочные часы, сувениры и другие поощрения

Зарегистрируйтесь, введя номер мобильного телефона

1 БАЛЛ, 1 БАЛЛ, 1 БАЛЛ

Городской Межведомственный Правовой Комитет

ОГРН 1137746478990

- ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
- ПЕРЕРАСЧЁТ ПЕНСИИ
- МОШЕННИЧЕСТВО
- ВЗЫСКАНИЕ ДОЛГА
- ЖИЛИЩНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ

БЕСПЛАТНО! СОСТАВИМ ЖАЛОБУ ПРЕТЕНЗИЮ до 15.03.2020

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ — БЕСПЛАТНО! 8 (495) 294-4424

реклама 0384

Не принесли очередной номер газеты? Звоните! Телефон отдела доставки (495) 681-3970

Погорельцам из Марьино обещали помочь

Пару месяцев назад «ЮВК» рассказывал о пожаре, случившемся в квартире Ирмы Тоневой из Марьино, где она живёт вместе с двенадцатилетней дочкой. ЧП произошло в ноябре. В результате теперь одна из комнат трешки совершенно непригодна для проживания: сгорели обои, натяжной потолок и ламинат. Возможности отремонтировать эту комнату у семьи пока нет.

После публикации в «ЮВК» ситуацией заинтересовались в управе района Марьино и в территориальном центре социального обслуживания «Марьино». Женщине предложили



Семье Ирмы нужны стройматериалы для ремонта

После публикации откликнулись из управы района

материальную помощь, и сейчас москвичка занимается оформлением документов, чтобы её получить.

Если вы хотите помочь

Ирме и её дочери, например поделиться стройматериалами для ремонта, пишите ей на эл. почту: irma.kano@yandex.ru.

Анна ЩЕРБИНИНА

Требуется парикмахер-волонтер

Семья двухлетнего Тёмы с тяжёлой формой ДЦП ищет волонтера-парикмахера, который мог бы выезжать на дом. Семья живёт в Кузьминках, недалеко от улицы Юных Ленинцев.

Мама малыша очень хочет, чтобы у Тёмы была аккуратная стрижка.

Папа работает с утра до вечера, а мама заботится о Тёме.

— К сожалению, материальные возможности семьи не позволяют пригласить на дом платного парикмахера, поэтому мы ищем мастера, который мог бы постричь малыша бесплатно, на волонтерских началах, — рассказала координатор волонтеров фонда «Дом с маяком»

Анастасия Майорова.

Фонд «Дом с маяком» существует с 2018 года и помогает неизлечимо больным детям и молодым взрослым до 25 лет, поддерживая детские хосписы на территории Москвы и Московской области.

Цель фонда — сделать так, чтобы, несмотря на болезнь ребёнка, семьи смогли прожить максимально счастливую, полную любви и хороших событий жизнь вместе со своими детьми и чтобы в конце жизни ни один ребёнок не страдал от боли и не оказался один.

Если вы готовы помочь семье Тёмы, звоните Анастасии Майоровой: **8-903-163-1026**.

Дарья ДОНЦОВА

Давайте поможем друг другу!

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



Присылайте письма на эл. адрес: dobroedelo@zbulvar.ru (в теме укажите: «Юго-Восточный курьер»)

Новый препарат от боли в суставах в аптеках ЮВАО

Тизоль® уменьшает боль и скованность в суставах в 2 раза. Секрет его эффективности — проникновение глубоко в сустав.

ДАЖЕ ЛУЧШИЕ мази и кремы могут быть недостаточно эффективны из-за того, что они плохо проникают в кожу.

Наша кожа — мощный барьер, который задерживает 99% всех веществ, которые на неё попадают. Поэтому лекарства не могут сработать по максимуму, кожа их просто не пропускает.

Проникает в сустав на глубину 6 сантиметров

30 лет назад в СССР был открыт препарат Тизоль®, который проникает в кожу на глубину 6 см. Через 30 минут после нанесения, содержание Тизоль® внутри сустава увеличивается в 10 раз.*

Тизоль® оказывает 6 лечебных эффектов: уменьшает боль и воспаление, снимает отёки и покраснения, борется с инфекцией и заживляет раны.*

8 полезных эффектов от регулярного применения Тизоль®
У пациентов, получавших Тизоль® вместе с обычным лечением, получены следующие результаты:

1. Снижение боли в суставах в 2 раза;
2. Уменьшение времени утренней скованности с 2,5 часа до 1 часа;
3. Уменьшение силы утренней скованности на 30%;

ВРАЧИ ПОЛОЖИТЕЛЬНО ОЦЕНИВАЮТ ЛЕЧЕНИЕ С ТИЗОЛЬ В 75,9% СЛУЧАЕВ**

4. Уменьшение болезненности суставов при массаже на 37%;
5. Увеличение силы хвата в 1,5 раза;
6. Уменьшение боли в ответ на плохую погоду у 90% пациентов;
7. Уменьшилась неуверенность при спуске/выходе из общественного транспорта у 56% пациентов;
8. Исчезли затруднения при подъёме по ступенькам у 66% пациентов.**

Безопасен для желудка

Тизоль® разрешён к применению в любом возрасте, нетоксичен, не вызывает желудочных кровотечений и других нарушений со стороны ЖКТ даже при долгом лечении.***

Проверен в научных центрах РФ

Тизоль® испытан в 4 крупных центрах по борьбе с болезнями суставов: Волгоградский научно-исследовательский центр ревматологии, Уральская государственная медицинская академия, Федеральный научно-исследовательский институт ревматологии и Центральная клиническая больница восстановительного лечения ФМБА России.

Упаковки хватит на месяц

Тизоль® выпускается в виде чистого лекарства. В нём нет примесей, кремовой основы, вазелина и каких-либо вспомогательных веществ. Поэтому тюбик 10 граммов может содержать больше лекарства, чем упаковки 50 и 100граммов.

Для одного применения хватит капли геля со спичечную головку.

Выгодная цена месяца лечения. В аптеках Тизоль® продаётся за 500–550 рублей. Эта цена сопоставима с обычными кремами и мазями в аптеках.

Применяйте с Вашим кремом

Максимальный эффект дают комбинации Тизоль® с другими мазями и кремами для

суставов: диклофенак, ибупрофен, кетопрофен. Нанесите на больной сустав ваш крем, а потом сверху гель Тизоль®. Такой способ вернёт комфорт вашим суставам. Будьте здоровы!



- 28 наград и патентов в России.
- 14 диссертаций, 4 докторские.
- Звание «Заслуженный изобретатель России» за открытие Тизоль®.

Гель «Тизоль» в аптеках ЮВАО:

- Дубровка.** Шарикоподшипниковская, 32
- Кожуховская.** 6-я Кожуховская, 28.
- Люблино.** Суданова, 15.
- Марьино.** Новочеркасский б-р, 40.
- Текстильщики.** Юных Ленинцев, 5.
- Рязанский пр-т.** Ак. Скрябина, 16, к.1.
- Выхино.** Ташкентская, 19.
- Жулебино.** Недорубова, 2.

Закажите с доставкой в аптеку **8-800-700-8888** или arteka.ru

Закажите с доставкой на сайте zdravcity.ru

Официальный сайт — tizolium.ru
Официальный Инстаграм — [_tizol_](https://www.instagram.com/tizol)

У Вас вопрос? Звоните — 8-800-201-7287

*А.С. Емельянов. О возможностях препарата Тизоль®. — Екатеринбург, 2010. ** Л.А. Соколова. Тизоль в терапии ревматоидного артрита. // Научная ревматология. 2002 год. Р.М. Балабанова. Опыт применения Тизоль. // Научно-практическая ревматология. 2004 год. Т.Б. Меньшикова. Углекисло-сероводородные ванны и терапия Тизоль. // Актуальные проблемы ревматологии. Волгоград, 2012.***Инструкция Тизоль®. Перед применением ознакомиться с инструкцией. Рег. уд: Р N001667/01. ООО «Олимп». ОГРН 1026605252850. 620075 Екатеринбург, ул. Бажова, 79, офис. 315. +7 (343) 350-00-87

«Зрители узнают меня в тёмных очках»

Актёр Василий Кортуков, прихожанин церкви Петра и Павла в Лефортове, рассказал о храме и о своих ролях в кино

Среди множества ролей Василия Кортукова есть две самые узнаваемые — это отец жениха в фильме Жоры Крыжовникова «Горько!», а также Юрген, отец главной героини в телесериале «Ольга».

Много лет он приезжает в Петропавловский храм на Солдатской, где ищет ответы на самые сложные вопросы, которыми полна его беспокойная жизнь.

«Отца Романа считаю своим духовником»

С одним из клириков храма — отцом Романом — Василий Кортуков познакомился ещё в юности, а теперь считает его своим духовником:

— Как-то мы сидели в общезнании с актёрами, с которыми снимались в фильме «После дождика в четверг». Шум, гам, а он зашёл — тогда отец Роман учился в семинарии, — сел и вдруг так тихо зашел: «Свете Тихий святых Славь Безсмертного Отца Небесного...» Так мы познакомились. Потом он стал священником, и я к нему ездил: когда с женой развелись, когда тяжёлая ссора



Кадр из фильма «Горько!»

«Я заголосил фальцетом, и меня сразу утвердили на роль»

с ней была. Выговариваюсь ему, а он так спокойно: «Говори, говори». Слушает и круги со мной описывает вокруг храма. Я его считаю своим духовником, и Лефортово для меня — особое место.

«Сфотографируешься со мной?»

В фильме «Горько!» отец жениха, которого играл Кортуков, всё время был в тёмных очках.

— Не знаю почему — так по сценарию нужно было, — говорит он.

— Как-то мы выступали перед зрителями, а я был в обычных очках: у меня зрение плохое. Все фотографируются с Палем, с Цапником, с Валюшкиной, а я всё стою. Тут один ко мне подходит и спрашивает: «А ты почему не в тёмных очках?» Отвечаю: «Ну а как ты считаешь? Что я — идиот?» А он: «А если я тебе свои дам, сфотографируешься со мной?» Я согласился. Он мне даёт свои тёмные очки, и тут же ко мне очередь выстраивается фотографироваться.

«Ты меня на рассвете разбудишь»

Кортуков страстно хотел получить роль в фильме «Горько!» и, готовясь к кинопробам, сделал ставку на выразительное исполнение арии «Ты меня на рассвете разбудишь» из рок-оперы «Юнона и Авось», которую по сценарию поёт на свадьбе отец жениха.

— У меня дочь музыкальная, мы с ней сутки репетировали! Она говорит: «Ты, если не сможешь высоко взять, фальцетом тогда». Поехал на пробы. Доходит дело до песни, а режиссёр-то не знал, что я репетировал. Говорит: «Пой». Запел: «Ты

меня на рассвете разбудишь...» Он: «А теперь на тональность выше». — «Не могу, Андрей Николаевич — это настоящее имя Жоры Крыжовникова, — не вытяну». — «Пой!» Тут я и заголосил фальцетом: «И качнутся бессмысленной высью...» В общем, утвердили меня сразу, — рассказывает Василий Петрович. — Как-то я еду в лифте 2 или 3 января, там женщина постарше меня. Узнаёт: «Это вы в «Горько!» снимались?» Я ей: «Вообще, у меня ещё фильмы есть». А она: «Нет, это про нас...» И знаете, так приятно стало, что я радость кому-то принёс. Это самое ценное в нашей профессии.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

православная азбука

Как правильно поститься?



Как правильно поститься, если у человека

проблемы с желудком? Будет ли считаться нарушением поста, если питаться по назначению врача?

Николай, Велозаводская ул.

На вопрос отвечает настоятель храма в честь святого благоверного князя Андрея Боголюбского на Волжском иерей Кирилл Краев:

— Великий пост — время подготовки к Пасхе, дню Воскресения Иисуса Христа. Суть подготовки — в физическом и духовном воздержании. Физический пост — это ограничение себя в еде, когда из рациона исключаются так называемая скоромная пища, то есть животного происхождения, лакомства, спиртное и тому подобное. В случае слабого здоровья следует взять у священника благословение на ослабление поста. Но полностью оставлять физический пост не рекомендуется, ведь отказаться хотя бы от какого-то одного непостного продукта по силам каждому.

Но самое главное — не физическая, а духовная сторона поста, на которой и надо сосредоточиться: это усиленная молитва, чтение Евангелия, посещение богослужений, участие в таинствах исповеди, причастия, соборования. Во время поста следует отказаться от просмотра телешоу, компьютерных игр, некоторых видов современной музыки и т.д.

Подготовила Татьяна ЩЕРБАКОВА

Великий пост в этом году будет длиться со 2 марта по 18 апреля. Пасха — 19 апреля

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР

МЕСТНЫЕ НОВОСТИ

Идея ваша — дизайн, печать, распространение наши

Разнесем вашу рекламу по почтовым ящикам жителей г. Москвы

- Визитки
- Листовки
- Брошюры
- Книги
- Газеты
- Буклеты
- Сувенирная продукция с вашим логотипом

Тел.: 8-977-834-5046, (495) 142-4467
mestnie.novosti@gmail.com

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

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

Звоните: (495) 681-3645



ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ

потребительский кооператив

8 (800) 70-777-48

[звонок по РФ бесплатный]

Улица 1905 года, 7 мин. пешком, г. Москва, Студенецкий пер., д. 3

www.invkap.ru

• ВЫГОДНО • НАДЕЖНО • БЕЗОПАСНО

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ
С НАМИ ВЫ УВЕЛИЧИВАЕТЕ СВОЙ КАПИТАЛ



ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ ДО 5 МЛН РУБЛЕЙ
ПОЛНОСТЬЮ ЗАСТРАХОВАНЫ

- 15% ГОДОВЫХ НА СРОК 6 МЕСЯЦЕВ
- 18% ГОДОВЫХ НА СРОК 1 ГОД
- 20% ГОДОВЫХ НА СРОК 2 ГОДА

от **15%** до **20%** годовых в рублях

Предложение действует только для членов потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Вступительный взнос 100 руб. Срок размещения сбережений от 6 мес. до 2 лет. Суммы от 50 тыс. руб. со ставкой от 15% до 20% годовых. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору займа. Полную информацию об условиях можно получить по телефону. ИНН 9703003636, ОГРН 1197746628309 Реклама.

Кожухово не сразу строилось



Новые дома в посёлке Кожухово. 1952 год



Жилой дом на улице Трофимова

Первое многоэтажное здание в Кожухове было построено для сотрудников Южного порта в 1939 году силами заключённых ГУЛАГа. Это шестизэтажное кирпичное здание на 2-м Южнопортовом проезде возвышалось над деревенскими избами и бараками строителей Южного порта.

А самые стильные кожуховские сталинки возведены на улице Трофимова в 1950-х годах по индивидуальным проектам. В глубине кварталов спряталась малоэтажная застройка: помимо жилых домов с квартирами, здесь строили общежития с коммунальной планировкой — общей кухней и «всего одной уборной на 38 комнаток».

Во время Великой Отечественной войны вражеская авиация совершала налёты на промышленную зону, бомбы падали и на окрестные рабочие городки.

В 1962 году прошли первые сеансы в кинотеатре «Свобода», который сейчас закрылся на реконструкцию.

Станция метро «Кожуховская» открылась в 1995 году. Лаконичное оформление станции



Фонтан на улице Сайкина



Скульптура на улице Трофимова



Эркеры жилого дома на Южнопортовой улице

примечательно оригинальными светильниками.

Советские постройки со временем изрядно обветшали, некоторые дома уже расселены и в рамках программы реновации жилого фонда на их месте вы-

растут современные многоэтажные здания. А пока колоритная натура приглянулась кинематографистам, снимающим здесь фильмы и сериалы про военное время.

Евгений ЧЕСНОКОВ

Техника помогает людям

В магазине на Люблинской, 117/4, можно приобрести любое медицинское оборудование

От недуга никто не застрахован. И многие люди сталкиваются с тем, что им приходится подолгу ухаживать за больными родственниками, зачастую — с ограниченными возможностями, а то и вовсе лежачими. А для этого необходимы специальная техника, приспособления и т. д. В этом случае на помощь им приходит объединение «Медтехно.ру».

НЕДОРОГО И КАЧЕСТВЕННО

— Объединение «Медтехно.ру» было создано в 2002 году, — рассказывает администратор магазина Наталья Коровушкина. — Его организовали люди, которым пришлось столкнуться с проблемами

ухода за престарелыми родственниками.

На сегодняшний день с объединением «Медтехно.ру» работают ведущие российские и зарубежные производители инвалидной техники и сотрудничают практикующие врачи (хирурги, травматологи, ортопеды).

ЛЕЧИМСЯ НА ДОМУ

— Для тех, кому необходимы процедуры на дому, есть универсальная физиотерапевтическая аппаратура известных производителей, — говорит Коровушкина. — Ведь наличие таких диагнозов, как остеопороз, остеопороз, дорсопат-

тия, означает необходимость пожизненного лечения. И не ситуативного приёма анальгетиков, когда заболит, а периодического прохождения комплексных курсов терапии, включающих в себя медикаментозную терапию, лечебную физкультуру и физиотерапию.

На данный момент медицинские исследования убедительно доказали, что применение физиотерапевтических методик помогает быстрее снимать обострение (а значит, воспаление и боль), эффективнее тормозит прогрессирование заболевания и достигать длительной ремиссии. В «Медтехно.ру» можно приобрести практически любую технику для здоровья всей семьи: ингаляторы, тонометры, глюкометры и бактерицидные лампы, аппараты магнитотерапии и многое другое.

НАЙДЕТСЯ ВСЁ

Ассортимент товаров в салонах «Медтехно.ру» весьма широк. Тут можно найти ортопедические изделия, компрессионный трикотаж.

Средства по уходу за лежачими больными. Это пелёнки и подгузники для взрослых, противопролежневые матрасы, средства для мытья,

средства реабилитации: ходунки, трости и костыли, насадки на унитаз, сиденья и поручни для туалета и ванны. Грамотные специалисты помо-



гут подобрать то, что подойдёт именно вам, дадут консультацию.

Товар доставят на дом или в больницу. Есть возможность взять в прокат ряд изделий.

ЗАЩИТА ОТ ВИРУСОВ

Сейчас в период обострения заболеваний ОРВИ и гриппа особенно актуально использование бактерицидных ламп, рециркуляторов как дома, так и на работе. Мы помогаем людям правильно подобрать нужный облучатель, в зависимости от площади помещения.

ДЛЯ КРАСОТЫ

— Наши магазины специализируются не только на товарах для людей с ограниченными возможностями. Например, тут можно приобрести косме-

тические препараты, аппаратуру по уходу за кожей лица и тела, тщательно отобранную косметику по уходу за телом, а также разные полезные мелочи, — рассказывает Наталья Коровушкина.

В нашем магазине появились две новинки от компании «КУЛМАРТ» — бутылки «Неос Редокс» и фильтр «Неос Редокс», производство — Корея. Они ионизируют, обогащают воду минералами, магнием, создают правильный pH (кислотно-щелочной баланс) и ОВП (окислительно-восстановительный потенциал клетчатой воды), а ещё такая вода обладает антиоксидантными свойствами. Всё это поможет организму справиться со стрессами и добавить жизненных сил.

Адрес магазина «Медтехно.ру на Люблинской»:

м. «Текстильщики», м. «Люблино», ул. Люблинская, д. 117/4,

Тел. 8 (495) 255-78-00. www.medtekhno.ru

Время работы: с 9.00 до 20.00. Без перерыва и выходных!

Новинка

Водородные бутылки НЕОС РЕДОКС

- Придают любой воде антиоксидантные свойства
- Улучшают щелочность воды
- Насыщают воду молекулярным водородом
- Изготовлены из новейшего материала Тритан
- Содержит турмалин

Наша бутылка позволяет получить воду следующих характеристик:

- Очистительно-восстановительный потенциал (ОВП или Редокс): -150 — -200 мВ
- Щелочная вода, зРЖ 8,0-8,3
- Содержание растворённого водорода: 100-150 ppb (1-1.5 мг/дм³)

Фильтры НЕОС РЕДОКС

- Не требуют установки в систему водопровода
- Очищают любую водопроводную воду
- Удаляют вредные бактерии
- Обогащают воду полезными минералами
- Омагничивают воду
- Придают воде антиоксидантные свойства
- Улучшают щелочность воды

Секрет живой воды

Бутылки и фильтры «Неос Редокс» по специальным ценам в магазине «Медтехно.ру на Люблинской» по адресу: м. «Текстильщики», м. «Люблино» ул. Люблинская, д. 117/4, тел.: 8 (495) 255-78-00 www.medtekhno.ru
Фирменный магазин (ИП Хворост), м. «Павелецкая», ул. Новокузнецкая, 26/8, стр. 3, офис 5, тел.: (495) 951-34-22 www.coolmart.ru
ТС N RU D-KRr.ho03.A.00289 Протокол сертификационных испытаний №233/16 от 04 июня 2016г. Сделано в Корее.

В Печатниках можно увидеть традиционные русские костюмы

В галерее «Печатники» (ул. Батюнинская, 14) открылась выставка «Традиционный русский костюм XIX — начала XX века» из собрания Сергея Глебушкина.

Коллекция Сергея Глебушкина — одна из самых значительных в нашей стране. Собирает и коллекционер уверяет: с помощью костюма можно было узнать о месте проживания, происхождении, социальном статусе, семейном положении и даже о возрасте его обладательницы.

— В то время у каждой женщины было не менее 30 костюмов, — рассказывает коллекционер. — Это и праздничные костюмы, и воскресные — только для похода в церковь, и повседневные, то есть для работы, и траурные, причём тра-

урным на Руси считался белый цвет. В южных губерниях женщины носили понёвы — юбки, а в северных — сарафаны.

В южных губерниях женщины носили юбки, а в северных — сарафаны

Выставка работает до 31 марта. Вт. — вс. с 11.00 до 20.00, пн. — выходной. Билет — 100 рублей, льготный — 50 рублей, для школьников бесплатно по соцкарте школьника. 15 марта вход свободный.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА



С помощью костюма можно было узнать о месте проживания, происхождении, социальном статусе, семейном положении и даже о возрасте его обладательницы

Пресс-служба галереи «Печатники»

афиша >>

В Выхине научат актёрскому мастерству

29 февраля в 19.00 в галерее «Выхино» (ул. Ташкентская, 9) пройдёт открытый урок студии «Актёрское мастерство для жизни». Выпускники и студенты покажут, чему научились на занятиях, в виде небольшого представления, а все желающие смогут поучаствовать в актёрском тренинге, который проведёт актриса и режиссёр Анастасия Воскресенская. Вход свободный

В Текстильщиках выставка кошек

Праздник домашних питомцев и специальная выставка тематических книг откроется 3 марта в 16.30 в библиотеке №113 (ул. Саратовская, 1, корп. 2). Гостями вечера станут волонтеры приюта для бездомных животных, которые познакомят присутствующих с подопечными фонда. А сотрудники библиотеки расскажут про котиков, которые стали музами известных писателей и поэтов. Вход свободный. 6+

«Плюшевый реализм» в Лефортове

Художественная выставка Лилии Вольской и Вани Волжского «Мосгоркрас» — неформального объединения московских художников — открылась в библиотеке №122 им. А.С.Грина в районе Лефортово (ул. Волочаевская, 14а).

Лилия Вольская представила абстрактную и портретную живопись. Ваня больше всего известен как создатель озорного направления живописи «плюшевый реализм», в котором главными действующими лицами выступают плюшевые медведи, зайчики, коты.

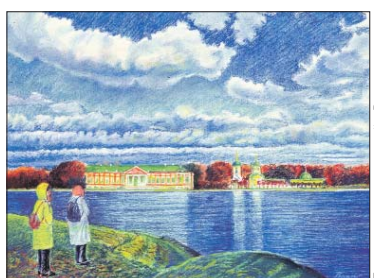
Ознакомиться с экспозицией можно по 29 февраля. Вход свободный, 12+.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

В Выхине-Жулебине открылась выставка двух местных художников

Выставка «Мужчина и женщина. Личная история» из цикла «Человек места» открылась в галерее «Выхино».

— В этом году в цикле выставок, посвящённом выдающимся людям района, сразу два художника: Юрий Архангельский и Галина Колганова, — сообщили в администрации галереи. — Выставка предлагает параллель двух миров — мужского и женского, два подхода к творчеству.



Работа Юрия Архангельского

Юрий Архангельский — страстный спортсмен-волейболист, он также художник-график, автор книг, путешественник, в прошлом художник журнала «Советский спорт». Его работы позволят увидеть знакомые места района по-новому, а также расскажут историю жизни автора в лицах и предметах.

Галина Колганова — художник по тканям, мастер акварельной и масляной живописи. В её работах прослеживается соединение связи авангардно-производственной традиции с тонким чувством цвета и материала.

Алла КНЯЗЬВЕВА

Экспозиция работает до 8 марта по адресу: ул. Ташкентская, 9. Стоимость билетов: полный — 100 рублей, льготный — 50 рублей, по школьной карте — бесплатно

В Нижегородском расскажут о женской доле в разные века

Встреча «Мировая история женщины» пройдёт 28 февраля в 18.00 в библиотеке №123 (ул. Рогожский Посёлок, 5). Учёный и писатель, доктор культурологии Салим Фатыхов, автор книги «Мировая история женщины», расскажет о матриархате и об инквизиции, об институте брака в древние века и о многом другом.

Свой 950-страничный труд автор Салим Фатыхов создавал на протяжении четверти века. В книге приведены исторические данные, красноречиво раскрывающие тот печальный факт, что женщине везде и во все времена приходилось не сладко. Так, например, древние китайцы ежегодно отдавали по одной девушке «в жёны» речному духу Хэ-Бо, насылающему наводнения, егип-



Салим Фатыхов

тяне бросали в воды Нила самую красивую девушку в наряде невесты, чтобы умилостивить богов воды...

Вход на встречу с писателем свободный. Возрастное ограничение 16+.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ
29 ФЕВРАЛЯ
11.00 - 19.00

ПЛОЩАДКА QUATTRO
 м. «Чистые пруды»
 ул. Мясницкая, д 13, стр. 20

КОШКИ-МЫШКИ

Мы поможем выбрать питомца по душе прямо на фестивале!

ВАС ЖДУТ: ✓ Кошки, крысы, хорьки, морские свинки и другие животные из приютов
 ✓ Полезные лекции зоопсихологов и ветеринаров
 ✓ Увлекательные мастер-классы
 ✓ Благотворительный маркет
 ✓ Бесплатная лотерея и конкурсы

ВХОД БЕСПЛАТНЫЙ
 для детей и взрослых

PETS.RAYFUND.RU

г. МОСКВА, м. «КИТАЙ-ГОРОД», ул. МАРОСЕЙКА, 9/2, стр. 1,
 8 (495) 128-16-32; www.flotrusic.ru

ТЕПЛОХОДЫ «РУСЬ ВЕЛИКАЯ» И «РОДНАЯ РУСЬ»

01.05.2020-11.05.2020 от 30 800 р. «ДОРОГАМИ КАЗАНСКИХ ХАНОВ»: МОСКВА - УГЛИЧ - ПЛЁС - Н. НОВГОРОД - СВЯЖСК - КАЗАНЬ - ЧЕБОКСАРЫ - Н. НОВГОРОД - ЧАЛОВОСК - КОСТРОМА - ЯРОСЛАВЛЬ - КАЛЯЗИН - МОСКВА	24.06.2020-28.06.2020 «НАМ ПЕСНЯ И СТРОИТЬ, И ЖИТЬ ПОМОГАЕТ»: МОСКВА - УГЛИЧ - ПЛЁС - КОСТРОМА - МЫШКИН - КАЛЯЗИН - МОСКВА от 14 000 р. 29.06.2020-18.07.2020 от 50 400 р. «СТРЕМИТСЯ К КАСПИЮ РЕКА»: МОСКВА - УГЛИЧ - КОСТРОМА - ПЛЁС - Н. НОВГОРОД - ЧЕБОКСАРЫ - САРАТОВ - АСТРАХАНЬ - АХТУБИНСК - ВОЛГОГРАД - САМАРА - КАЗАНЬ - МАКАРЬЕВ - ЯРОСЛАВЛЬ - МОСКВА
12.05.2020-26.05.2020 от 40 200 р. «БЕЛАЯ РЕКА - ПЛАНЕТА АРКАИМ»: МОСКВА - УГЛИЧ - ЯРОСЛАВЛЬ - СВЯЖСК - КАЗАНЬ - РЕКА БЕЛАЯ - АГИДЕЛЬ (3 дня: УФА - МАГНИТОГОРСК - АРКАИМ - УФА) - ЧЕБОКСАРЫ - Н. НОВГОРОД (ДИВЕЕВО - АРЗАМАС) - ЧАЛОВОСК - КАЛЯЗИН - МОСКВА	03.08.2020-24.08.2020 от 61 600 р. «ЛЕТО КРАСНОЕ ЗВОНЧЕ ПОИ»: МОСКВА - УГЛИЧ - МЫШКИН - КОСТРОМА - ПЛЁС - ГОРОДЕЦ - Н. НОВГОРОД - КАЗАНЬ - САМАРА - САРАТОВ - ВОЛГОГРАД - ИЛЬЁВКА РОМАНОВСКАЯ - СТАРОЧЕРКАССКАЯ (АДЫГЕЯ) - РОСТОВ-НА-ДОНУ - САМАРА - БОЛГАР - ЯРОСЛАВЛЬ - КАЛЯЗИН - МОСКВА
26.05.2020-05.06.2020 «ВЕЛИКИЕ БУЛГАРЫ»: МОСКВА - УГЛИЧ - ЯРОСЛАВЛЬ - КАЗАНЬ - БОЛГАР - ЧЕБОКСАРЫ - ЧАЛОВОСК - КОСТРОМА - МОСКВА от 22 550 р. 08.06.2020-23.06.2020 от 44 800 р. «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ»: МОСКВА - УГЛИЧ - КОСТРОМА - Н. НОВГОРОД - ЧЕБОКСАРЫ - ЕЛАБУГА - ЧАЙКОВСКИЙ - ПЕРМЬ - БЕРЕЗНИКИ - ПЕРМЬ - КАЗАНЬ - МАКАРЬЕВ - ЯРОСЛАВЛЬ - МОСКВА	24.08.2020-08.09.2020 от 44 800 р. «ВОТЧИНА СТРОГАНОВЫХ»: МОСКВА - КОСТРОМА - ПЛЁС - Н. НОВГОРОД - ЧЕБОКСАРЫ - ЕЛАБУГА - ЧАЙКОВСКИЙ - ПЕРМЬ - БЕРЕЗНИКИ (НА ВЕРТОЛЁТЕ: ПЛАТО МАНЬПУНЁР) - ПЕРМЬ - КАЗАНЬ - МАКАРЬЕВ - ЧАЛОВОСК - ЯРОСЛАВЛЬ - МОСКВА

СКИДКА РАННЕГО БРОНИРОВАНИЯ НА НАВИГАЦИЮ 2021 ГОДА
 ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ПРИ НАЛИЧИИ МЕСТ.

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

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ: 1 марта в 14.00; 3 марта в 16.30
 Суворовская пл., д. 2 (м. «Достоевская»). Вход свободный.
 8-916-550-6240, 8-903-721-6620
 www.astroshkola.ru

БЕСПЛАТНАЯ
 юридическая поддержка граждан г. Москвы
КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

- Вопросы по реновации
- Расторжение договоров
- Наследственные и финансовые споры

ЗВОНТЕ! БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.
 8 (495) 136-76-26 ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

Дмитрий Маликов: Посты в соцсетях пишу сам

Известный артист, отметив 50-летний юбилей, делится жизненным опытом и удивительными открытиями

Похоже, что Дмитрия Маликова эта дата застала не много врасплох, иначе как объяснить его фразу «Внезапно пятьдесят!»? Да, выглядит он молодцевато, на равных общается с детьми, строит грандиозные планы — и жизненные, и творческие. И так же внезапно для окружающих стал два года назад молодым папой! А ещё строит творческие планы, пишет новые песни, готовит большой юбилейный гастрольный тур.

Есть набор моральных устоев

— Дмитрий, с каким настроением встретили юбилей?

— Мне все говорят, что юбилей надо пережить. Но у меня нет никаких сложностей: столько людей желают мне добра, что это очень заряжает! И хочется всем сказать в ответ: «Люблю!»

— Какой из подарков был самым неожиданным для вас за эти годы?

— Рояль. Мне мой то-

варищ на 40-летие подарил настоящий большой концертный рояль — такие стоят в самых престижных концертных залах мира. А у меня он стоит дома.

— Популярность пришла к вам в юном возрасте. Но звёздности мы в вас не заметили...

— Есть определённый набор моральных устоев, которые вложили в меня родители, среда, в которой я воспитывался, советская школа... Я на самом деле такой, какой я есть. Может быть, слишком мягкий и скромный, а в шоу-бизнесе надо быть понаглее. Но я всегда старался брать своим творчеством.

— Как вы поддерживаете свою прекрасную форму? Есть какие-то секреты?

— Всего по чуть-чуть: немного правильного питания, ограничение в еде, в большом количестве алкоголя, умеренные физические нагрузки — хожу в спортивный зал для общей физической формы, но люблю много ходить пешком. Ну и спасибо маме с папой: генетика хорошая!

Достучаться до молодёжи

— Планируете ли гастрольный тур по регионам России?

— Безусловно, будет юбилейный тур, и думаю, что он будет идти пару лет. Надолго от маленького сына мне уезжать не хочется, поэтому я езжу небольшими вылазками.

Я мягкий и скромный, а в шоу-бизнесе надо быть понаглее

— Будут ли в ближайшее время новые песни?

— Да, они прозвучат уже совсем скоро. Всех секретов озвучивать не буду, но скоро вы услышите композицию, которую я делал с Юлей Началовой, она успела её записать. Я хочу посвятить её Юле и всем моим безвременно ушедшим коллегам, потому что на моём веку, к со-



реклама

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Акция. Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров, электрогазовых. Антенны. Льготы. Т. 8 (495) 720-9672
- Акция. Недорогой ремонт холодильников, стиральных. Т. 8-903-104-1374
- **Обивка мебели!** Т. 8 (495) 585-6385
- Ремонт мебели. Т. 8-925-504-5471
- **Ремонт стиральных машин.** Диагностика бесплатная. Т. 8 (499) 964-6964

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Маляр. Т. 8-963-976-1185
- Ремонт квартир. Пенсионерам — скидки. Т. 8-916-538-7058

- Ремонт комнат. Т. 8-925-125-1880
- Ремонт комнат — 15 000 р., ванных — 30 000 р. Т. 8-926-132-3019, Евгений
- Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971
- Циклёвка. Т. 8-985-994-4810

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Абсолютно **быстро** сдам/продам. Т. 8-915-459-6950
- Абсолютно быстро аренда жилья. Хозяевам премия. Т. 8 (499) 404-0894
- Арендую жильё. Т. 8-964-635-0700
- Сниму. Т. 8 (495) 638-0742
- **Риелтор.** Т. 8-903-170-1384, Татьяна

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

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

КОМИССИОНКА

- Антикварный магазин купит бронзу, бумажные деньги, монеты, значки, статуэтки, фарфор, иконы, серебро, подстаканники, портсигары, самовары, янтарь. Выезд. Т. 8 (495) 532-9781

БУДУ, ИКОНЫ, КАРТИНЫ, МЕБЕЛЬ, ЦЕРКОВНЫЕ КНИГИ, ПАТЕФОН, САМОВАР, ЧАСЫ, ФАРФОР, МОНЕТЫ, ЗНАЧКИ, ИЗДЕЛИЯ ИЗ КОСТИ И ДРУГОЙ АНТИКВАРИАТ. КУПИМ. 8-495-769-74-09

- Антиквариат, янтарь куплю дорого статуэтки, подстаканники, портсигары, значки, самовары, иконы. Т. 8 (495) 643-7212
- Библиотеку домашнюю. Т. 8 (495) 724-3045

- Куплю б/у радиодетали. Т. 8-903-125-4010
- Куплю швейную, грампластинки, радиопроигрыватель, часы, аудиокассеты, спортивные, ненужные вещи. Т. 8-916-053-1698
- Часы, янтарь, иконы, значки, монеты, фотоаппараты, бинокли. Т. 8-965-397-3137

РАЗНОЕ

- Уничтожение клопов, тараканов. Т. 8 (499) 130-5553

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

Собака ЛАНА ищет дом! ❤️

Лана — добрая, послушная и скромная. Ей 3 года. Здорова, привита, стерилизована, отлично знает поводок. Будет хорошим компаньоном. Лана пока живёт на квартирной передержке и очень ждёт человека, который станет её любящим хозяином. Присмотритесь к Лане, может, это ВАША мечта? Позвоните куратору, если хотите узнать побольше об этой собаке!



+7 917 548-81-26 (+WA)



С супругой Еленой

жалению, несколько очень ярких личностей ушли молодыми... Своего выхода ожидают ещё две песни: «Внезапно пятьдесят» и «Вместе веселей»...

— У вас сейчас новая волна популярности. Вы даже записали одну из композиций в стиле рэп с Юрием Хованским. Это сделано, чтобы соответствовать современным веяниям?

— В этой песне больше не даны современности, а самоиронии. Что касается новой волны моей популярности, то, мне кажется, прокрутилось колесо: сейчас очень модна музыка восьмидесятых и девяностых. Но я хочу всё

воспринимают меня как взрослого дядьку, который о чём-то шутит у себя в соцсетях. Но возможно, что кто-то из них захочет прийти ко мне на концерт или на спектакль вместе с родителями. Мне хочется что-то заронить в этих людей.

— На Евровидение поехали бы?

— У меня специфическое отношение к этому конкурсу. Всё-таки это конкурс специфических песен. Потом это огромная ответственность, нервотрепка страшная, короче говоря, это не для меня. Если бы мне было лет двадцать, то, возможно, я бы подумал об этом...

— Кстати, вы в «Твиттере» мегапопулярны, и там вас действительно читает много молодёжи. Признавайтесь: сами ведёте свою страницу или за вас это делают специальные люди?

— Всё сам! Больше скажу: я не готовлю заранее посты, но если вижу что-то, про что мне хочется сказать, я это делаю. Глав-

Детей надо баловать до пяти лет

— Влияют ли как-то на вас музыкальные предпочтения детей? Может, советуют что-то послушать?

— Сыну Марку нравится пока «Калинка-малинка». Так что, конечно, влияют! Я её выучил, играю ему, а он начинает пританцовывать. Что касается Стефании, то из её комнаты всё время доносится современная музыка, в основном западная. Я прислушиваюсь, и если что-то мне нравится, то спрашиваю: «А вот это что такое?» И она мне присылает ссылку. В этой музыке много интересных ритмов, здорово поют, там классные аранжировки...

— Вы, наверное, уже сделали для себя определённые выводы, как правильно воспитывать детей?

— Их надо сильно любить и баловать до пяти лет, а после этого возраста договариваться с ними.

— Вы не так давно во второй раз стали папой. Есть какое-то отличие в ощущениях между тем, что было почти 20 лет назад, когда родилась Стефания, и сейчас, когда появился Марк?

— Безусловно, когда в зрелом возрасте появляется ребёнок, ощущения совсем другие! Хотя дочь у меня родилась не в таком уж раннем возрасте — мне уже было 30 лет, — всё равно я это не так осознавал, как сейчас... Главное — ты начинаешь ценить время, каждую минуту, которую проводишь с детьми! Потому что понимаешь, что они быстро вырастают и если упустить какой-то замечательный момент, его уже никогда не будет!

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

Сейчас очень модна музыка восьмидесятых и девяностых

же двигаться вперёд, поэтому мои эксперименты в виде дуэтов с молодыми артистами будут продолжаться и дальше. Сегодня рэп действительно поглотил всё, а артисты больше уделяют внимания словам, чем музыке.

— Не обидно, что музыка отходит на второй план?

— Нет. Есть задача достучаться до молодёжи — через Интернет, иронию. Хотя они всё равно

ное — не быть пошлым. Это территория ироничного сарказма.

— Что вас вдохновляет?
— Да практически всё: и хороший трек, и природа, и общение с детьми, и ужин с друзьями, и впечатление от поездки... Мы, например, с друзьями каждый год выезжаем в какую-нибудь относительно экзотическую страну. В этом году собираемся в Ирландию.

СВОЙ ВЗГЛЯД >>

Валерий КОНОВАЛОВ



Как важно быть точным

Недавно умер один очень яркий человек — учёный Теодор Шанин. Он социолог, написал много книг, создал в Москве довольно известное учебное заведение, которое теперь и называют по его имени — Шанинка. Мы с ним познакомились очень давно, больше 30 лет назад, когда он только приехал в Москву из Англии. Это было его первое интервью в нашей прессе. Мы говорили о грандиозных планах Шанина, которые почти все потом осуществились. И он был уверен, что всё у него получится. Но не на сто процентов.

Одно очень важное обстоятельство постоянно вмешивалось в его дела и сильно раздражало. Он столкнулся у нас с повсеместной необязательностью, к которой совершенно не был готов и не хотел привыкать.

— Так же невозможно работать! — восклицал Теодор. — Договариваемся с человеком о встрече, а он не приходит. Или сильно опаздывает. Звоню важному чиновнику, он говорит: «Перезвоните через час». Перезваниваю — мне сообщают, что он уехал полчаса назад, теперь будет через неделю. И так на каждом шагу!

Шанин уверял меня, что, если бы не это, наши дела шли бы гораздо лучше во всём. Может, и было тут не-

которое преувеличение, но ведь со стороны виднее.

А тот наш разговор получился очень интересным, и мы договорились через некоторое время его продолжить. Но через какое время? Теодор сказал, что собирается вскоре в Китай, а потом в Европу, полистал толстенный блокнот и сообщил, что будет в Москве через год.

— Ну вот тогда давайте и встретимся, — сказал я.

— Идёт, — согласился Шанин, — ровно через год. Во сколько?

Я подумал, что это шутка, но он был серьёзен и предложил: в 14.30. Мы сделали в блокнотах пометки и распрощались. Тогда ещё не было ни мобильных телефонов, ни Интернета, и столь долгое планирование представлялось с трудом. Я, во всяком случае, вскоре забыл о таком уговоре. Но однажды, листая старый блокнот, вдруг наткнулся на давнюю запись и обнаружил, что сейчас именно та дата, о которой мы договорились, а до назначенного времени остаётся несколько минут.

Я поспешил ко входу в офис и с изумлением обнаружил Шанина, который минута в минуту подошёл к дверям. Он-то ничуть не был удивлён: а как же, ведь мы договаривались!

Может, потому и успел он так много в жизни.

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

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

реклама

БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- СОДЕЙСТВИЕ В УЛУЧШЕНИИ ЖИЛИЩНЫХ УСЛОВИЙ
- ПОМОЩЬ В ВЫПИСКЕ ИЗ КВАРТИРЫ, БЕЗ СОГЛАСИЯ
- ВОЗВРАТ ПОДАРЕННОЙ НЕДВИЖИМОСТИ
- ПОМОЩЬ ПРИ ВСТУПЛЕНИИ В НАСЛЕДСТВО
- ЭФФЕКТИВНОЕ РЕШЕНИЕ СПОРОВ МЕЖДУ СОСЕДАМИ
- БЕСПЛАТНЫЙ ПРИЁМ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (495) 128-01-55

Реклама ОГРН 1197746014938

АВТОМОБИЛИ

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

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- А/базовые, квартирные переезды. Разборка, упаковка, бесплатно. Т.: 8 (495) 642-3829, 8-926-979-9915, Анатолий Дмитриевич
- Автогрузоперевозки. Разборка/сборка мебели. Т.: 8-926-431-3535, 8 (495) 642-5475
- А/грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-6981
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 589-0078
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 778-7366

- Грузоперевозки. Т. 8-916-275-4759
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-7852

РАБОТА

- Административная. Т. 8-903-727-5369
- Офисная. Т. 8-926-267-3929
- Пенсионерам. Т. 8-903-553-0926
- Пенсионерам. Т. 8-903-135-3607
- Работа. Т. 8-915-047-7969
- Работа. Подработка. Т. 8-958-806-2367
- Хочешь зарабатывать, звони! Т. 8-905-126-1966

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
8 (495) 782-82-12
(многоканальный)
www.edinrek.ru

НА ПИЩЕБЛОКИ ЮВАО ТРЕБУЮТСЯ:

- **ЗАВЕДУЮЩИЕ ПРОИЗВОДСТВОМ, з/п от 35 000**
- **БУФЕТЧИЦЫ, з/п от 25 000**
- **ПОВАРА, з/п от 30 000**
- **МОЙЩИКИ ПОСУДЫ, з/п от 24 000**
- **ГРУЗЧИКИ, з/п от 30 000**

График: 5/2 с 7 до 16

8-925-011-62-68 8-925-016-07-63
Звоните: 8-925-017-22-85 8-925-014-88-35

фотоконкурс «путешествие в экзотику»

Ирина из Выхина-Жулебина побывала на острове Ява

Меня зовут Ирина, живу в районе Выхино-Жулебино, на Самаркандском бульваре. Пять лет назад я совершила невероятное путешествие в Юго-Восточную Азию с билетом в один конец. За 2,5 года мне удалось посетить пять стран. Это фото сделано в Индонезии, на острове Ява.



Из личного архива

10 Друзья! В этом году «ЮВК» объявил фотоконкурс, посвященный путешествиям в экзотические уголки России и мира.

Присылайте ваши фото из незабываемых путешествий. Напишите: где был сделан снимок, когда, кто изображен на нем, что особенно запомнилось в поездке. Обязательно укажите район округа, где вы живёте, расскажите немного о себе, например кем работаете или где учитесь.

Технические требования к фотографии: цифровой формат JPEG, размер файла от 500 Кб. Письма отправляйте по эл. адресу: uvkurier@mail.ru. В теме письма укажите: «Фотоконкурс». Победителей ждут призы.

пожары >>

За неделю в округе произошло 7 пожаров. Погибших и пострадавших нет.

В районе Люблино спасли пять человек

Утром пожарные выезжали в дом 35, корп. 3, на улице Верхние Поля. На 17-м этаже загорелась квартира. Были спасены пять человек, из которых один ребёнок. Погибших и пострадавших нет. Пожарные потушили огонь за 13 минут. Причина пожара устанавливается.

находились микроволновая печь и холодильник, подключённые к сети. По мнению дознавателя, возгорание произошло из-за замыкания в электропроводке. В момент пожара людей в бытовке не было.

На МКАД вспыхнула машина

Днём на внешней стороне МКАД во время движения по трассе загорелась машина модели УАЗ-452. Огонь охватил двигатель. Прибывшие на место пожарные потушили возгорание. Никто не пострадал.

Дарья ДОНЦОВА

В Лефортове загорелась бытовка

Днём на территории Института пластмасс им. Г.С.Петрова загорелась бытовка для рабочих. Внутри

собака ищет хозяина >>

Булочка – красивая и умная

Взрослая собачка, ей примерно семь лет. Здоровая, привита, стерилизована. Булочка среднего роста – сантиметров 50-55, очень красивого нежного окраса. Она обожает гулять, играть с другими собаками, правда, если её задирают, может за себя постоять. Хорошо ходит на поводке. Послушная. Людей не боится, любит ласку и внимание, подходит по первому зову. Очень умная. Подойдёт в любую семью, станет и компаньоном хозяевам дома, и товарищем по активному отдыху. Телефон **8-916-758-5227**, Ольга.



Фото предоставлено волонтерами

звёздный рецепт >>

Стройный хот-дог

от Дарьи Донцовой

★ Почему хот-дог стройный? «Потому что он не пышный, как это бывает, когда сосиску запекают в толстой булочке, – говорит Дарья. – Этот хот-дог обернут в тонкий лаваш и понравится любителям вкусно поесть и не поправиться».



Сергей Соболев/Фотобанк Лори

Вам понадобятся: упаковка тонкого листового лаваша, картофельное пюре без молока и масла, салат из свежей капусты (капуста тонкой шинковки и морковь) и столько сосисок, сколько вы задумали порций. Также необходимы 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. сливочного масла, взбитое яйцо.

Лаваш нарезаем полосками 15-20 см шириной. За-

тем на каждую полоску выкладываем слой картофельного пюре примерно 0,5 см толщины, салат и на всё это сверху – сосиску. Заворачиваем лаваш с начинкой в трубочку, смазав края и шов яйцом.

Дальше мы нагреваем растительное и сливочное масло и обжариваем хот-

доги с двух сторон до золотистой корочки под крышкой. Чтобы лаваш не разворачивался, Дарья начинает обжаривать его швом вниз. Такое блюдо можно приготовить и с копчёными колбасками.



Записала Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

анекдоты >>

Разговаривают двое:
— Я в одиночестве разговариваю с неодушевлёнными предметами.

— А я с хомяком.
— Ну, у меня нет хомяка.
— Так у меня тоже нет.

— Чего такой довольный?
— Тёща на 23-е спиннинг углепластиковый подарила.
— Так она ж тебя ненавидит?!

— А я несколько дней гундосил: «Ненавижу углепластиковые спиннинги! Не дай бог кто-нибудь подарит углепластиковый спиннинг!»

— А микроволновка работает?
— Как часы.
— Что-то она не греет...
— Я ж говорю: работает, как часы.

Подруга спросила о нашем будущем. Я час говорил про телепортацию, лазеры, силовые поля. Позже выяснилось: я не понял вопроса...

У блондинки не приняли анкету для американской визы из-за того, что она в самом конце, в графе «Не заполнять», написала: «Хорошо».

— Надеюсь, Вовочка, я не увижу, как ты сегодня спишь в контрольную?
— Я тоже на это надеюсь.

сканворд >>

Одног-док									Холл			
Рабочий класс					Вязкая смазка	Юркий кораблик			Карман не тянет		Каноз по сути	
					Апогей лесного стрип-тиза	Супруга Отелло			Касатик на клумбе		Античный философ	
					Река в Белоруссии							
					Кавказский танец			Брат Чука		Седьмой уровень счастья		Постоянный признак
	Затейливая линейка	Сернистая руда	Приятная усталость									
					Вор в одной банде с Муркой	Сладкая часть обеда						
	Людские перекуды	Закром в амбаре							Мини-ресторан			
						Бараний горох			Французская комедия			
	Инвентарная опись	Просвет между тучами										
	Десять центнеров	Валериана										
						Член экипажа Т-34						

ВСЕ НОВОСТИ ОКРУГА ЕЖЕДНЕВНО НА САЙТЕ
WWW.UV-KURIER.RU

Юго-Восточный Курьер №7 (870) ФЕВРАЛЬ 2020 год

«Юго-Восточный курьер» — окружная газета Юго-Восточного округа.
Учредитель: префектура Юго-Восточного административного округа города Москвы.
Издатель и редакция: ООО «Местные новости».
Адрес: 117246, г. Москва, Научный пр., 19, 2-й этаж, комн. 6д, оф. 76.
Главный редактор: О.В.Минаева.
Электронная версия: www.uv-kurier.ru.

Газета зарегистрирована в Московском региональном управлении регистрации и контроля за соблюдением законодательства о средствах массовой информации ГК РФ по печати. Регистрационный номер А-0779 от 16 апреля 1999 года.
Отпечатано в АО «Прайм Принт Москва», 141707, Московская область, г. Долгопрудный, Лихачёвский пр., 5в. Заказ №497. Тираж 450 000 экз. Подписано в печать 21.02.2020 г. Выход в свет — 24.02.2020 г. Отдел по работе с читателями: тел. (495) 681-3645. Размещение рекламы: 127549, г. Москва, ул. Бибиревская, 8, корп. 1, оф. 514, тел. (495) 782-8212.
Газета распространяется на территории Юго-Восточного административного округа г. Москвы. Бесплатно. Вопросы по доставке: тел. (495) 681-3970. Может содержать материалы 12+