

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 38 (319)

СЕНТЯБРЬ
2019



Народная
артистка РСФСР
**Алина
Покровская**
снималась
на станции
Белокаменная

стр. 12

WWW.NEWSVOSTOK.RU

POCHTA@NEWSVOSTOK.RU

VK.COM/VAOMOSKVA

TWITTER.COM/VAOMOSKVA

Екатерина Селезнёва победила на чемпионате мира по художественной гимнастике

Выпускница Университета физкультуры на Сиреневом бульваре
привезла из Баку два золота и одну бронзу

стр. 2



Наталья Федосенко/ТАСС

Мосгордума
начала работу
стр. 4



Новокосино:
завершилось
благоустройство
по программе
«Мой район»
стр. 6



В ВАО пройдёт
фестиваль
«Золотая
осень»
стр. 14

Выпускница Университета физкультуры триумфально выступила на чемпионате мира в Баку

Настоящей сенсацией чемпионата мира по художественной гимнастике в столице Азербайджана стало выступление 24-летней Екатерины Селезнёвой. Первое золото она получила за упражнение с обручем, второе — после выступления в командном многоборье. Ещё одну медаль — бронзовую — российская спортсменка завоевала за упражнение с лентой.

В художественную гимнастику пятилетнюю Екатерину привела мама — Ольга Назарова, заслуженный тренер России. Все годы мама была и остаётся главным советчиком и «группой поддержки» спортсменки.

В Российском государственном университете физкультуры на Сиреневом бульваре Екатерина окончила магистратуру по программе «Спорт высших до-

стижений и система подготовки спортсмена».

— За выступлениями нашей воспитанницы на чемпионате мира следила по

Екатерина — одна из самых красивых гимнасток в мире

телевизору, очень переживала, — говорит заведующая кафедрой теории и методики гимнастики РГУФКСМиТ Лариса Новикова. — Я знаю Катю с двух лет. Она талантливый человек и сильная личность. Екатерина — одна из самых красивых и гармоничных гимнасток в мире.

Оксана МАСТЮГИНА



Выступление Екатерины Селезнёвой стало сенсацией чемпионата

Владимир Песня/РИА Новости

По улице Ивантеевской снова поехали трамваи

С 21 сентября после завершения ремонтных работ на Ивантеевской улице в районе Богородское возобновилось движение по прежним маршрутам трамваев №4л, 4п и 7.

Напомним, что кольцевые маршруты №4л, 4п следуют от станции метро «Бульвар Рокоссовского», а трамвай №7 перевозит пассажиров от метро «Бульвар Рокоссовского» до Тверской Заставы.

Как сообщили в контакт-центре «Московский транспорт», трамвай №2 пока будет курсировать по временной схеме — от Метрогородка до 16-й Парковой улицы.

Маршрут трамвая №29 временно работать не будет, а компенсационный автобус №04 упразднится.

Мария КАЛУГИНА

Врачи больницы имени Иноземцева спасли жизнь 83-летнему обгоревшему пациенту

Владелец небольшого катера — 83-летний пенсионер — занимался в прибрежном импровизированном «доке», расположенном в Тверской области, любимым плавсредством. Он завёл двигатель, и неожиданно произошёл взрыв. Оказалось, рядом находился неисправный бытовой газовый баллон, из которого потихоньку улетучивался газ. От искры вспыхнула образовавшаяся газовоздушная смесь. Пострадавший получил ожог пламенем 1-3-й степени на площади 90% поверхности тела. Больного доставили в местную районную больницу, откуда через несколько дней перевели в ожоговый центр городской клинической больницы им. Иноземцева на Фортунатовской улице.

— Даже поверхностный ожог на площади 90% поверхности тела у пожилого пациента от-

носится к крайне тяжёлой термической травме, как правило, несовместимой с жизнью, — рассказал заведующий ожоговым центром заслуженный врач РФ Юрий Тюриков. — Врачи провели массивную дезинтоксикационную и антибактериальную терапию, осуществляя поддержку дыхательной функции, вспомогательное искусственное питание, переливание препаратов крови и многое другое. Ожоговые хирурги

тщательно обработали раны с применением специальных раневых покрытий, стимулирующих процессы регенерации поражённой кожи. Они удалили нежизнеспособные ткани гидрохирургическим скальпелем. Пациенту пересадили свиновую кожу для временного замещения функций собственной кожи. Результат усилий врачей — выздоровление практически обречённого пациента.

Наталья ГЕРАСИМОВА



В операционных ожогового центра спасают самых тяжёлых пациентов

Арина Вакулина

Автобус №634 пустили по новому маршруту

Маршрут автобуса №634 с 21 сентября изменился: теперь он следует от Южного Измайлова до станции метро «Семёновская». Об этом сообщили в пресс-службе ГУП «Мосгортранс».

Обновлённый маршрут из Южного Измайлова будет проходить через 11-ю Парковую улицу, Измайловский бульвар, далее через 9-ю Парковую улицу до метро «Первомайская», затем снова по Измайловскому бульвару, через 3-ю Прядильную улицу автобус будет следовать до Измайловского проезда (в обратную сторону — через 3-ю Прядильную по Никитской). Далее через 2-ю Пря-

дильную улицу, Измайловскую площадь, Первомайскую улицу, Измайловское шоссе и Вельяминовскую улицу (обратно по улице Измайловский Вал) автобус будет выезжать на Семёновскую площадь к метро «Семёновская». Время работы с 7.30 до 20.00.

Кроме того, организуются ежедневные короткие рейсы №634к Южного Измайлова — метро «Первомайская». Вместо Первомайской улицы автобусы №634к поедут в сторону Южного Измайлова в обоих направлениях по 9-й Парковой и Измайловскому бульвару. Время работы с 5.38 до 0.40.

Мария КАЛУГИНА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: POSTA@NEWSVOSTOK.RU,
REDAKTOR-2017@YANDEX.RU
ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

Косино-Ухтомский МФЦ переехал на Святоозёрскую

▶ Начал работать новый офис столичной службы «Мои документы» в районе Косино-Ухтомский. Его адрес: ул. Святоозёрская, 12. Сюда МФЦ переехал с ул. Большой Косинской, 16, корп. 1.

Доехать до нового здания МФЦ можно от станции метро «Улица Дмитриевского» на автобусе №14. Выходить надо на остановке «Улица Святоозёрская».

— Государственные услуги жителям района будут оказывать в современном здании. Два этажа соединены круговой лестницей, над которой находится купол. Так в зал попадает много естественного света, — рассказали в центре госуслуг.

В новом помещении МФЦ открыто 54 окна для приёма посетителей. К стандартному набору услуг, связанных с оформлением документов, субсидий, прав собственности и выдачи паспортов, в новом районном офисе добавился приём по вопросам миграции и занятости населения. Как пояснили в пресс-службе столичной службы «Мои докумен-

ты», сегодня в любом из офисов граждане могут получить свыше 260 видов госуслуг. В каждом центре есть бесплатный Wi-Fi, на официальном сайте ведомства md.mos.ru можно даже выбрать удобное время для визита, а о том, что документы москвича готовы, его оповестят с помощью СМС.

С просьбой перевести районный МФЦ в новое здание жители района Косино-Ухтомский обратились к мэру Москвы Сергею Собянину. Меньше чем через год их пожелание было исполнено.

Офис работает ежедневно с 8.00 до 20.00.

Олег ДАНИЛОВ

В новом помещении МФЦ открыто 54 окна для приёма посетителей



Государственные услуги жителям района теперь будут оказывать в красивом современном здании

Управа района Косино-Ухтомский

На двух улицах Восточного Измайлова изменится схема движения

Два участка 11-й и 12-й Парковых улиц станут односторонними. Об этом сообщили в пресс-службе Центра организации дорожного движения (ЦОДД).

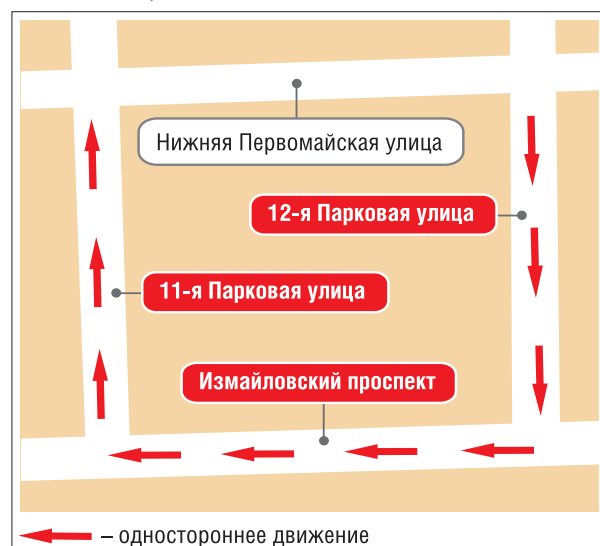
С 7 октября от пересечения 12-й Парковой с Нижней Первомайской улицей можно будет проехать только в сторону Измайловского проспекта. От Измайловского проспекта до Нижней Первомайской автомобили смогут двигаться только по параллельно расположенной 11-й Парковой улице. Соответственно, движение

по 11-й Парковой улице от Нижней Первомайской до Измайловского проспекта будет закрыто.

В результате реорганизации схемы проезда на 11-й Парковой улице появятся 11 дополнительных мест для стоянки автомобилей. На 12-й Парковой сделают шесть, а на Измайловском проспекте — 36 дополнительных машино-мест.

15 парковочных мест на этих трёх улицах будет предназначено для стоянки автомобилей малоавтомобильных граждан, добавили в ЦОДД.

Иван ЮЖНЫЙ



← — одностороннее движение

Хозяевам квартир в ВАО вернули оплату за телеантенну

Специалисты МЖИ помогли жителям районов Соколиная Гора и Восточное Измайлово перестать платить за телеантенну.

Как рассказали в ведомстве, к ним обратился хозяин квартиры в доме 3 на Гаражной улице. Он сказал, что в 2017 году официально отказался от подключения к общественной антенне, но

затем эта статья расходов снова появилась в платёжке.

— Наши сотрудники выяснили, что фамилия заявителя по ошибке попала в список плательщиков, — пояснили в Жилищной инспекции.

Сейчас проблема решена. Мужчине вернули 900 рублей, заплаченных за услугу, которую он не получал.

Валерий ПОПОВ

ПОЖАРЫ

В жилом доме Перова горел кабель

Вечером 19 сентября пожарно-спасательные подразделения выезжали в дом 8, корп. 2, на 3-й Владимирской улице. В подвале здания произошло короткое замыкание, и на 0,5 пог. метра загорелся силовой кабель. От электроснабжения отключили 209 квартир. Сотрудники МЧС быстро справились с огнём. Через несколько часов в квартирах вновь загорелся свет.

Наталья ГЕРАСИМОВА

100 лет московской скорой отметили в парке «Сокольники»

В парке «Сокольники» прошёл фестиваль, посвящённый 100-летию станции скорой и неотложной медицинской помощи им. Пучкова. Гости фестиваля ознакомились с фотовыставкой «100 лет московской скорой», осмотрели выставку редких исторических и современных автомобилей скорой помощи. Врачи рассказали, как узнавать симптомы и принимать решения, от которых часто зависит жизнь человека.



На фестивале каждый мог почувствовать себя врачом скорой помощи

Агентство «Москва»

ФОТОФАКТ

Мосгордума приступила к работе

В новом составе МГД большинство по-прежнему у «Единой России» и её сторонников

▶ Алексея Шапошникова вновь избрали спикером столичного парламента. По мнению политологов, этот факт позволяет надеяться, что курс нынешнего мэра Москвы на улучшение жизни горожан останется неизменным.

Большинство настроено на работу

19 сентября Московская городская дума 7-го созыва собралась на своё первое заседание. Депутаты выбрали председателя и его замов, а также определились с кандидатурой сенатора.

Алексей Шапошников по итогам голосования одержал уверенную победу. За него проголосовали 28 депутатов из 45. Его конкурента — Елену Шувалову — поддержали лишь 11 парламентариев, шесть бюллетеней были признаны недействительными.

Как отмечают политологи, избрание Алексея Шапошникова спикером МГД — это доказательство того факта, что фракция «Единой России» по-прежнему остается в городском парламенте самой очевидной силой.

— А это значит, что курс мэрии, курс Сергея Собянина будет продолжен. Всё, что мы видим в городе: дороги, транспорт, метро, парки и многое другое, — все эти позитивные изменения будут продолжены, — заявил эксперт Дмитрий Гусев.

Новички захотели денег

Депутаты на своём первом заседании также создали 16 постоянных комиссий, в том числе по безопасности, по жи-

Депутаты на своём первом заседании создали 16 постоянных комиссий

лищно-коммунальному хозяйству, по образованию, по предпринимательству, по здравоохранению, по науке и новым технологиям. По закону в МГД зарплату получают лишь председатель, его замы и руководители комиссий, то есть 29 парламентариев работают на добровольной ос-



Депутаты Мосгордумы в зале заседаний. Слева направо: Людмила Стебенкова, Кирилл Щитов и Степан Орлов

нове. Однако на первом же заседании столичного парламента несколько депутатов от оппозиции, которых не выбрали председателями комиссий, попытались провести решение, чтобы абсолютно все народные избранники начали по-

лучать постоянную зарплату.

По словам политолога Павла Данилина, оценивать служение обществу в денежном эквиваленте не совсем правильно.

— Раньше, когда абсолютное большинство в МГД было у «Единой России», никто не требовал выдать зарплату

всем парламентариям. Сейчас, когда оппозиция получила 20 мандатов, именно они решили увеличить расходы Думы, — отметил он.

Оппозиция договориться не смогла

Стоит отметить, что во время голосования по кандидатуре спикера представители партии «Яблоко» публично предъявили претензии своим коллегам из КПРФ за то, что они не поддержали кандидатуру Елены Шуваловой, этого «Навального в юбке». В самой КПРФ также с ходу наметился раскол: часть коммунистов, подержавшая Зюганова-младшего, который готов вести диалог с властью, и группа «непри-

миримых», настроенная лишь на огульную критику всего и вся.

По мнению политолога Александра Асафова, несмотря на такое многообразие политических сил в МГД, выраженное оппозиционное меньшинство не заблокирует работу, но лишь добавит динамики заседаниям Думы.

— Думаю, что вне зависимости от политических предпочтений в целом работа депутатов будет эффективной. Учитывая обстоятельства предвыборной кампании, внимание избирателей будет привлечено к работе парламента, и, на мой взгляд, это позитивная история, которая значительно повышает важность работы депутатов, — отметил он.

Андрей ТОМЦЕВ

Алексея Шапошникова выдвинула в спикеры «Единая Россия»

Накануне столичное отделение партии «Единая Россия» провело конференцию, на которой единороссы решали, кого из своих коллег они бы хотели видеть председателем городского парламента в следующие пять лет.

Были предложены две кандидатуры: бывший спикер МГД прошлого созыва Алексей Шапошников и депутат от 10-го избирательного округа врач Лариса Картавецца.

В тайном голосовании приняли участие 217 членов партии. За Алексея Шапошникова голос отдали 191 человек, в то время как за Ларису Картавеццу — 26.



Пресс-служба Мосгордумы

— Я благодарен партии за то доверие, которое мне оказывают. Я уверен, что наше служение Москве и москвичам пойдёт на пользу городу и та фракция, которая будет создана, станет одной из самых профессиональных и сильных в Московской городской думе, — сказал Шапошников.

Также на конференции решили, что фракция «Единой России» в МГД, после того как она будет создана, предложит на пост сенатора от московских законодателей депутата от 22-го избирательного округа Инну Святенко.

Никита ПАНОВ

В столице начался отопительный сезон

Московская объединённая энергетическая компания (МОЭК) приступила к подаче тепла на объекты социальной сферы и в жилые дома.

— Подключение к теплу — сложный технологический процесс. Запуск общегородской системы занимает определённый период времени и проводится в соответствии с графиком в течение пяти дней, — рассказали в пресс-службе компании.

Отопительный сезон в городе в этом году стартовал 20 сентября. Сначала отопление включили в школах, детских садах и поликлиниках. 23 сентября тепло начали подавать в квартиры москвичей.

Как отметили в МОЭК, в нашем городе к работе подготовлено 16,4 тысячи км тепловых сетей. Они обеспечивают более чем 70 тысяч зданий, в том числе 33 тысяч жилых домов.

На время запуска системы отопления компания открыла горячую линию, на которую можно обратиться в случае проблем с теплом, также жалобу можно оставить на сайте компании online.moek.ru.

Игорь СИБИРЯКОВ

Горячая линия МОЭК: (495) 539-5959.
Круглосуточная городская горячая линия: 8-800-100-2329



Тепло в квартирах радует и жильцов, и домашних питомцев

Андрей Дымытрив

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU



Префект ВАО Николай Алешин распорядился ускорить ход работ, чтобы начать занятия уже в октябре

Ярослав Чингаев

В центре культуры и спорта «Измайлово» готовятся к новоселью

▶ Ремонт филиала досугового центра «Измайлово» на Измайловском бульваре близится к завершению. Во время еженедельного объезда ход работ проинспектировал префект Восточного округа Николай Алешин.

На 1-м этаже здания ведутся отделочные работы актового и хореографического залов, а на 2-м — кабинетов для творческих занятий. Вскоре здесь будут работать кружки рисования, рукоделия, росписи по дереву и иностранных языков.

Приводят в порядок и прилегающую к центру территорию: уже проложены пешеходные дорожки и установлены новые фонари. В ближайшие дни рабочие приступят к установке уличной сцены, к обустройству зон отдыха и площадки для фитнеса, где все желающие смогут позаниматься на профессиональных тренажёрах.

Николай Алешин распорядился ускорить выполнение работ и начать занятия в октябре текущего года.

На сегодняшний день открыто шесть филиалов центра культуры и спорта «Измайлово». Помимо



Ярослав Чингаев

Ремонт филиала досугового центра на Измайловском бульваре завершается

творческих кружков, в центре действуют вокальные, танцевальные и музыкальные студии. Занятия посещают как дети, так и взрослые.

Роман НЕКРАСОВ

В Метрогородке благоустраивают базу для коммунальных служб

▶ На Лосиноостровской улице приводят в порядок территорию, где размещены сразу три учреждения Восточного округа: ГБУ «Жилищник» районов Богородское и Метрогородок и ГБУ «Автомобильные дороги ВАО».

Раньше здесь располагался асфальтобетонный завод. Предприятие долго не функционировало, и два года назад территорию передали коммунальным службам. В здании бывшей столовой провели ремонт, и теперь там находится бытовой городок для отдыха сотрудников ЖКХ района Метрогородок.

Также на территории базы размещены складские помещения и ремонтная зона, где механики смогут заниматься

наладкой техники перед грядущей зимой.

В ходе осмотра базы префект ВАО Николай Алешин пообщался с работниками коммунальных служб.

— Условия тут хорошие. Есть кухня с холодильниками для продуктов, душевая, сушилки для одежды, — рассказал водитель КамАЗа Александр Харитонов.

Сейчас на базе ремонтируют асфальтобетонное покрытие. По периметру территории планируют установить систему видеонаблюдения с возможностью распознавания лиц на проходной.

Николай Алешин потребовал ускорить работы по благоустройству и завершить их к концу осеннего периода.

Роман НЕКРАСОВ



На территории базы можно будет заниматься наладкой техники

Ярослав Чингаев

Дома по программе реновации на Измайловском проезде построят к 2021 году



Дом по программе реновации возводят ускоренными темпами

Денис Афанасьев

По программе реновации будет возведён жилой комплекс из шести монолитных домов по адресу: Измайловский проезд, вл. 5. Все они будут разной этажности и построены по индивидуальным проектам. Об этом сообщил руководитель Департамента строительства г. Москвы Андрей Бочкарёв.

— Сейчас возводится надземная часть зданий. Ввести комплекс планируется в 2021 году, — сказал Бочкарёв.

По его словам, фасады корпусов будут бежевых тонов. Их облицуют панелями под кирпич, на которых смонтируют короба для кондиционеров. На 1-х этажах разместят ма-

газины, кафе, аптеки, предприятия бытового обслуживания и помещения для детских кружков и секций.

В подъездах установят датчики автоматического открывания и удержания входных дверей. Это позволит родителям с колясками и людям, передвигающимся на инвалидных креслах, попадать в дом без посторонней помощи. Жителям, у которых есть автомобили, будут доступны подземные парковки и открытые плоскостные стоянки. Территорию жилого комплекса озеленят и благоустроят: там сделают газоны, высадят кустарники и деревья, организуют детские и спортивные площадки.

Иван ЮЖНЫЙ

«Боевой фрегат» и скейт-тренажёр

В районе Новокосино
завершилось
благоустройство

Маленькие москвичи
с удовольствием совершают
плавание на новом «фрегате»



Артур Новосильцев

В рамках программы «Мой район» в этом году в районе Новокосино благоустроили 15 дворовых территорий.

Учли мнения жителей

Оформление четырёх дворов жители выбирали с помощью голосования на портале «Активный гражданин». Обсуждались варианты благоустройства во дворах у дома 12/17 на Городецкой улице, домов 12 и 38 на Новокосинской улице и на территории у дома 14 на Суздальской улице.

Как пояснил заместитель главы управы по ЖКХ Олег Чижакowski, на портале «Активный гражданин» жители в основном голосовали за те или иные игровые формы — какие именно игровые комплексы обустроить на детских площадках, какие установить качели, а также выбирали породы деревьев и кустарников.

Все остальные дворовые территории также благоустроивали с учётом мнения жителей. Например, по их просьбам на игровых и спортивных площадках было уложено безопасное покрытие из



Новинка спортивных площадок — тренажёр для скейтбордистов

Ольга Чумаченко

резиновой крошки, обустроены дополнительные дорожки, установлены новые лавочки и урны.

Помимо реконструкции площадок, этим летом в районе на тротуарах и внутридворовых проездах заменили около 5 тысяч кв. метров асфальта, отремонтировали 600 «квадратов» газонов, высадили живые изгороди и молодые деревья.

Верёвочный такелаж и деревянные пушки

Жители ряда домов выбрали нестандартные элементы для комплектации детских и спортивных площадок. Так, во дворе дома 15 на Салтыковской

Во дворе установили домик, в котором юные спортсмены могут укрыться от непогоды

улице появился скейт-тренажёр. Также здесь установили домик, в котором юные спортсмены могут укрыться от непогоды.

А у дома 17 на Новокосинской улице для детей обустроили игровой городок «Корабль». Здесь есть две спиралевидные горки для спуска на безопасное резиновое покрытие, верёвочный такелаж, по которому дети могут взбираться, и даже деревянные модели пушек, без которых, как известно, не может обойтись ни один фрегат.

Рядом сделали огороженную футбольную площадку с искусственным покрытием, высадили ели, рябину и каштан, а также установили новые фонари для освещения игровой площадки. Появились одна дополнительная спортивная площадка и одна воркаут-площадка с навесом.

Чашу пруда реконструируют

В этом году было принято решение благоустро-

«Нужно благоустроить Салтыковский лесопарк»

Любовь Толмачёва, экономист,
ул. Салтыковская, 15:

— Мне очень понравилось, что открыли второй бассейн на Салтыковской улице и то, как сделали детскую площадку у нас во дворе. Самое главное, что выполнили пожелания жителей. Теперь мы ждём, когда займутся благоустройством Салтыковского лесопарка. По моему мнению, достаточно начать с того, чтобы там установили фонари и лавочки, ведь там гуляют много пенсионеров и родителей с детьми — нужны же места, где можно отдохнуть.



Артур Новосильцев

«Хорошо, что появляются новые детские площадки»

Наталья Анатольевна
Понетайкина, воспитатель,
ул. Городецкая, 8, корп. 2:

— Пусть и дальше власти района уделяют столько же внимания именно детским площадкам! Например, мне очень понравилось, как сделали детскую площадку во дворе дома 38 на Новокосинской улице. Благоустройство на Суздальской улице, где сделали новые велодорожки, мне тоже понравилось. Хочется, чтобы новые игровые комплексы установили во всех дворах, чтобы всем детишкам хватало развлечений.



Артур Новосильцев

«Не мешало бы установить побольше фонарей»

Арсений Воронов,
соцработник,
ул. Суздальская, 26:

— Я считаю, что в нашем районе уже достигнут определённый уровень в плане благоустройства. Нужно разве что добавить света. Например, не мешало бы установить ещё фонари во дворах домов 26 и 34 на Суздальской улице, а также на улице Николая Старостина, в районе домов 5 и 7.



Артур Новосильцев

ить так называемый пруд-регулятор около храма Всех Святых в земле Российской просиявших. Сейчас территория водоёма огорожена забором. Однако жители района всё равно могут прийти к берегу и отдохнуть в сквере у дома 8, корп. 3, на Суздальской улице. Закрывать его на время работ не стали. В сквере стоят навесы с подвесными качелями, удобные лавочки, есть размеченная велосипедная дорожка.

Сейчас идёт реконструкция чаши водоёма. Дно пруда засыплют песком, вычистив мусор и скопившийся ил. Ведутся работы по формированию дамбы, которая не даст берегам размываться. На дно пруда уложат гидроизолирующую подушку, благодаря ей водоём не будет пересыхать. Работы по рекультивации пруда-регулятора планируется закончить осенью этого года.

Сергей ИВАНОВ

Столичные врачи поделились секретами здорового образа жизни и хорошего настроения

Лекции прошли в рамках проекта «Здоровая Москва»

На протяжении всего лета и первой половины сентября на площадках проекта «Здоровая Москва» в городских парках проходили десятки лекций и мастер-классов с участием известных врачей, спортсменов, экспертов в области здорового образа жизни. На площадках лектория «Здоровая Москва» все желающие могли узнать о том, как сохранить и укрепить своё здоровье, правильно заниматься спортом и формировать рацион, оказывать первую помощь и бороться со стрессами.

Спасение от ожирения есть!

Ведущая программ «Здоровье» и «Жить здорово!» профессор Елена Малышева прочитала лекцию на тему «Неотвратимость ожирения? Спасение есть!».

Гости парка узнали о трудностях, с которыми сталкивается каждый человек в процессе снижения веса, о принципах составления ежедневного меню, о психологических аспектах грамотного похудения и о многом другом.

Елена Малышева дала несколько советов:



Агентство «Москва»

— В снижении веса самое главное — дисциплина. Питание — правильное, дробное, три-четыре раза в день с суммарной калорийностью примерно 1200 ккал, как можно больше двигательной активности. При соблюдении этих нехитрых правил видимый результат будет уже через две недели.



За время работы проекта «Здоровая Москва» его павильоны посетили около 260 тысяч человек

Большой интерес у слушателей вызвали лекции активной сторонницы здорового образа жизни Полины Киценко, особенно её рекомендации относительно того, как не просто снизить вес без вреда для здоровья и его удержать, но и как чувствовать себя при этом счастливым. Она подчеркнула, что у многих желающих похудеть не хватает правильной мотивации. При этом, по словам Киценко, ключевым стимулом к тому, чтобы вести здоровый образ жизни, должно быть не стремление соответствовать идеалу, а желание подольше сохранять молодость.

Полина уверена, что ЗОЖ — это не только физическое здоровье, но и позитивное мышление.

— Забота о своём здоровье должна приносить удовольствие, — подчеркнула Киценко.

Двигаться не менее получаса в день

В ходе встречи в парке «Митино» главный врач городской клини-

ческой больницы им. М.Е.Жадкевича Александр Мясников рассказал об основных правилах здорового образа жизни, а также ответил на вопросы гостей площадки «Здоровая Москва».



Артур Новосильцев

По словам доктора Мясникова, здоровый образ жизни — это не просто отказ от полуфабрикатов и фастфуда. Нужно больше двигаться и не искушать желудок разнообразной выпечкой и сладостями.

— Одно из важных правил здорового рациона — это регулярный завтрак. Именно в это время еда заряжает нас энергией на весь день. В утренние часы лучше употреблять

пищу, богатую углеводами и белком, — рассказал Александр Мясников. — Каждому человеку рекомендуется съедать более 400 граммов овощей и фруктов в день — это порядка пяти порций, необходимо снизить количество соли в продуктах до 5 граммов в день. Обязательный элемент здорового образа жизни — физическая активность — от 30 минут ежедневно.

Главное в жизни — отношения с другими людьми

В своей лекции «Всё, что нужно знать о счастье» известный врач-психотерапевт Андрей Курпатов рассказал, что собой представляют базовые потребности и инстинкты человека.

— Смысл жизни — в других людях. Это самое главное, что мы должны понять про себя, про свой мозг и про свою жизнь! — сказал он.

Андрей Курпатов дал рецепт счастья, который состоит из четырёх основных постулатов.

Во-первых, необходимо заниматься собственным психическим здоровьем. Мы все помним о физической форме, а вот о психической почему-то постоянно забываем, что в корне неправильно. Во-вторых, следует ограничить объём цифрового потребления. Цифровая зависимость — настоящий бич нашего времени. В-третьих, нужно найти важное дело, которому вы себя посвящаете. И оно должно отражать ваши действительные потребности. И наконец, общение.

— Единственное, что на самом деле имеет значение в жизни, — это отношения с другими людьми. Это простая, но очень важная истина, — отметил Андрей Курпатов.

Жиры и углеводы тоже нужны

Спортсмен, телеведущий и автор книг о здоровом образе жизни Денис Семенихин прочёл лекцию на тему «Правильное питание и созидательный жизненный настрой». Он описал базовые принципы, на которые нуж-

после занятия правильно, — подчеркнул Денис Семенихин.

Директор Центра паллиативной помощи Департамента здравоохранения г. Москвы Нюта Федермессер провела мастер-класс по уходу за тяжелобольными и рассказала о том, что нужно прислушиваться к желаниям пациентов, даже если они представляются совершенно незначительными.

— То, что кажется бессмысленным вам, может быть очень важным для тяжелобольного человека, лишённого всех привычных удовольствий. Это может быть всё что угодно: поесть вредной пищи, почитать книгу, даже потрогать кору дерева, — сказала она.

Диспансеризация в шаговой доступности

Напомним: проект «Здоровая Москва» стартовал в июне 2019 года. Он был направлен на то, чтобы забота о здоровье стала лёгкой, комфортной, приятной. В парках города разместили 46 па-

Площадки для занятий оборудовали в 13 парках

но опираться, планируя своё ежедневное меню, а также рассказал о созидательном подходе к различным жизненным ситуациям.

— Основных правил не так уж и много. Во-первых, не стоит забывать об углеводах, хотя очень многие этим грешат. Во-вторых, чередуйте белковые дни с углеводными. Включите в свой рацион достаточное количество жиров, потому что их нехватка скажется на организме очень неблагоприятным образом. Не забывайте, что тренировка — это не индulgенция за сладости и вредную пищу, и питайтесь

вильонов, где можно было прийти диспансеризацию или заняться спортом. Площадки для занятий оборудовали в 13 парках.

За всё время работы проекта «Здоровая Москва» на этих площадках было проведено более 4,5 тысячи мероприятий, которые посетили около 260 тысяч человек.

В Восточном округе такие павильоны будут работать до начала октября в парке у прудов Радуга в районе Вешняки, в сквере у Гольяновских прудов, в Перовском парке в районе Перово, в Измайловском парке, в парке «Сокольники».

В дождь бежишь быстрее

Жители ВАО приняли участие в Московском марафоне

Для бегунов приготовили две дистанции на выбор — 10 км и 42,2 км. Марафонской считается дистанция 42,2 км. 10-километровая официальная не является, однако она очень популярна среди любителей бега на длинные дистанции. Всего в забегах приняли участие более 26 тысяч человек из 85 стран. Самые многочисленные группы прибыли в Москву из Таиланда, Китая, Италии, Великобритании и Франции.

Лучшая погода для бега

Старт и финиш забегов находились на территории спорт-комплекса «Лужники». С семи утра участники начали собираться в специальном стартовом городке. Там находились раздевалки, камеры хранения и множество зон партнёров марафона, которых с каждым годом становится всё больше. Самым популярным угощением в это осеннее утро был горячий чай. Пасмурная, ветреная погода с дождём, казалось, отпугнёт любителей бега и заставит их остаться дома. Однако этого не произошло, тысячи людей начали разминку ранним утром недалеко от старта. Организаторы же были уверены, что прохладная погода хороша для марафона.

— Это самая прекрасная погода для бега. Люди смогут спокойно бежать, потому что пульс будет нормальным, — перед стартом сказал директор Московского марафона Дмитрий Тарасов. — В этом году больше участников победит именно марафонскую дистанцию. Не исключено, что бу-



В марафоне приняли участие более 26 тысяч бегунов из разных стран

дет даже установлен новый рекорд России.

Впечатления от марафона прекрасные

Константин Волков с Вешняковской улицы преодолел дистанцию за 2 часа 57 минут.

— Погода немного подвела: вместо шорт и майки пришлось бежать в разминочном костюме. Но в целом впечатления от марафона прекрасные, — сказал бегун.

Последний раз Константин принимал участие в марафоне семь лет назад.

Он занимается спортом с молодости — увлекался лыжами, лёгкой атлетикой. В 35 лет перестал тренироваться, а в 50 понял, что занятий спортом ему не хватает. Решил вновь занять-

ся бегом в Центре физической культуры и спорта ВАО у тренера Анатолия Иванько.

— По вечерам после работы и в выходные я регулярно тренируюсь, — рассказывает марафонец.

Марафон как шахматы: нужно выбрать правильную тактику

Он участвует в различных российских первенствах среди ветеранов, был их многократным победителем. Константин Волков всю жизнь работает

строителем, принимал участие в строительстве одного из объектов Олимпиады-80 — Олимпийской деревни.

Андрей Диденко тренируется в Центре физической культуры и спорта ВАО.

— Я работаю помощником электромашиниста, — рассказал Андрей. — В свободное от работы время занимаюсь бегом. К марафону готовился четыре месяца.

Раньше он занимался спортивной ходьбой, несколько лет назад, когда ему исполнилось 27 лет, предпочёл бег на длинные дистанции. Диденко старается регулярно участвовать в марафонах.

— На этот раз я преодолел дистанцию за 2 часа 37 минут. Надеюсь, что в следующем году покажу более высокий результат, — добавил бегун.



Андрей Диденко

По Бульварному и по Садовому

Оба забега стартовали ровно в 9.00. Их маршруты пролегли по самым живописным местам столицы — по набережным Москвы-реки, Садовому кольцу и Бульварному кольцу, через Крымский мост, по Тверской улице и Театральному проезду, а также под стенами Кремля. На протяжении маршрута организовали 15 пунктов питания.

Победителем марафона среди мужчин стал москвич Искандер Ядгаров, который преодолел дистанцию за 2 часа 18 минут 2 секунды.

— Марафон — это как шахматы: нужно максимально грамотно выбрать оптимальную тактику. Думаю, что мне это удалось, — сказал победитель.

Сильнейшей среди женщин стала Марина Ковалёва из Омска с результатом 2 часа 29 минут 26 секунд. К марафону она готовилась четыре месяца.

Для спортсменов с ограниченными возможностями прошёл традиционный заезд на спортивных колясках и на хендбайках — велосипедах с ручным приводом. Он начался на 15 минут раньше основных забегов.

Артур ГУТМАНОВИЧ

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая поддержка граждан
г. Москвы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА**

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ! БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.
Т. 8 (495) 136-76-26 ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

ИНН 7743230457

ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

■ ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
■ ЖИЛИщНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ
■ МОШЕННИЧЕСТВО
■ ВЗЫСКАНИЕ ДОЛГА
■ РАСТОРЖЕНИЕ КРЕДИТНЫХ ДОГОВОРОВ

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ — БЕСПЛАТНО! 8 (495) 177-9707
000 «Городской департамент защиты прав человека», ОГРН 5167746203807



С предприятием
«ГИЛЬДИЯ СТОЛИЦА»
ЖИТЬ ЛЕГКО!

- Единовременно до 5 000 000* руб.
- Ежемесячно до 100 000* руб.
- Помощь по хозяйству и сиделка БЕСПЛАТНО!

gstolica.ru

*рассчитывается индивидуально

ООО «Гильдия Столица»
ОГРН 1147746917537

8 (495) 626-46-36

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

ЗВОНИТЕ!
ТЕЛ. ОТДЕЛА ДОСТАВКИ (495) 681-3970

реклама 2712

БЕСПЛАТНАЯ
социально-правовая
поддержка граждан
по г. Москве

- Помощь в составлении юридических документов
- Помощь в выписке из квартиры, без согласия
- Возврат подаренной недвижимости
- Помощь при вступлении в наследство
- Эффективное решение споров между соседями
- Бесплатный приём и консультирование дежурного юриста по всем вопросам

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8 (495) 128-01-55

Реклама ОГРН 1197746014938

2703

реклама 2918

реклама 2923

Футболистки Университета физкультуры завоевали серебро

На фестивалях студенческого спорта выступили спортсмены из нашего округа

В течение четырёх дней в Москве параллельно проходили два спортивных фестиваля, в которых приняли участие более 2 тысяч молодых спортсменов-любителей из стран СНГ, Европы, Азии и Ближнего Востока. Один из них — Moscow Games. Это ежегодный международный фестиваль студенческого и молодёжного спорта. Фестиваль проводится с 2014 года и находится под патронатом Европейской ассоциации студенческого спорта (EUSA).

Не только уроки физкультуры

По словам руководителя проекта Moscow Games 2019 Илья Володарского, студенческий спорт — это не только уроки физкультуры в вузе и спортивные соревнования, но и ежедневная кропотливая работа по пропаганде спорта и здорового образа жизни.

— Для студентов спорт — это стиль жизни. Ребята выкладываются на все сто процентов в каждом матче, создавая порой такой накал, который не увидишь даже в профессиональном спорте, — говорит Володарский. Участники Moscow Games боролись за ти-



Студенческая команда РГУФК по мини-футболу. Капитан команды Анастасия Дронова — вторая слева в верхнем ряду

Сергей Доктионов

тул чемпиона в 14 видах спорта, включая футбол, баскетбол, хоккей, плавание, лёгкую атлетику, шахматы. Основные соревнования проходили на спортивных объектах ЦСКА.

Команды соревновались в 14 видах спорта

Значимые мероприятия Всероссийского фестиваля «Формула жизни», который состоялся впервые, также проходили на объектах ЦСКА. Его участниками стали молодые люди и девушки

со всей страны, которые занимаются продвижением спорта и здорового образа жизни. В рамках этого фестиваля состоялись физкультурный парад студенческого спорта и финал Всероссийского кон-

курса «Лучший студенческий спортивный клуб». Прошли соревнования по волейболу, чирлидингу (вид спорта, сочетающий в себе элементы шоу и зрелищных видов спорта — танцев, гимна-

стики и акробатики) и кроссфиту (система тренировок).

Студентки из ВАО показали класс в футболе

Команда девушек Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма на Сиреневом бульваре заняла 2-е место на турнире по мини-футболу, в финале уступив команде Московского политехнического института со счётом 1:0. Команда провела пять матчей, пропустив всего один гол.

— В детстве я увидела футбол по телевизору и решила им заниматься. На первой тренировке поняла: это мой вид спорта, — вспоминает капитан команды Анастасия Дронова.

Она учится на 3-м курсе РГУФК, футболом занимается уже 12 лет. Выступала за юношескую сборную России и женский футбольный клуб «Локомотив».

— Студенческие спортивные фестивали — большой праздник для каждого из участников, — говорит Дронова.

Артур Гутманович

Отдых детей должен быть безопасным и качественным

Антон Жарков, депутат Государственной думы от Восточного округа



Пресс-служба Госдумы

Государственная дума продолжает планомерную работу по наведению порядка в сфере детского отдыха и оздоровления. В этой связи мы с коллегами поддержали пакет правительственных законопроектов: первый уточняет полномочия органов власти в вопросах контроля за организацией детского отдыха; второй устанавливает административную ответственность за нарушения в сфере организации отдыха и оздоровления детей.

Таким образом, мы исправляем существующую ситуацию, когда за отдыхом детей одновременно следит множество различных ведомств, функции которых часто перекликаются и дублируются. Теперь в вопросах надзора будет наведён порядок. То же самое касается и наказаний для компаний, которые будут оказывать услуги ненадлежащего качества.

Детский отдых должен организовывать профессионалы с опытом работы. Чтобы ограничить доступ к конкурсам различным фирмам-однодневкам, ранее мы приняли законопроект, позволяющий проводить конкурсы по организации детского отдыха и оздоровления только среди квалифицированных фирм и организаций.

Дети — будущее нашей страны, и при выборе места их летнего отдыха мы должны быть уверены, что они проведут время не только весело и с пользой, но и в безопасных условиях! Уверен, что комплекс принятых мер позволит сделать организацию детского отдыха качественной и безопасной и избавить от ежегодной головной боли сотни тысяч родителей!

с 30 сентября по 6 октября с 11.00 до 19.00
**ВЫСТАВКА-ЯРМАРКА
ТОВАРОВ РОССИИ
И БЕЛОРУССИИ**

ул. Первомайская, д. 33 (бывший магазин «Магнит»)
м. «Первомайская». Трамвай: 2, 11. Автобус: 223. Троллейбус: 22,
м. «Измайловская». Автобусы: 97, 34, Т51.

ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ! Новый адрес ярмарки:

ул. ПЕРВОМАЙСКАЯ, 33

Тел. для справок: 8-903-202-21-87

**ЕСТЬ
ВОПРОСЫ,
ЖАЛОБЫ,
ПРЕДЛОЖЕНИЯ?**

ПИШИТЕ НАМ:
ROCHTA@
NEWSVOSTOK.RU,
REDAKTOR-2017@
YANDEX.RU

ЗВОНИТЕ:
(495) 681-3645

**Смотрите подробности на сайте
NEWSVOSTOK.RU**

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ

- Договоров аренды
- Договоров на оказание юридических услуг
- Договоров с МФО, КПК
- Договоров со страховыми компаниями

БОЛЕЕ 100 ПРОФИЛЬНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

8-800-505-67-95 ЗВОНОК
ОГРН 1187746541784, 000 «МЮЦ» Реклама **БЕСПЛАТНЫЙ**

На 2-й Владимирской провели обрезку ветвей деревьев

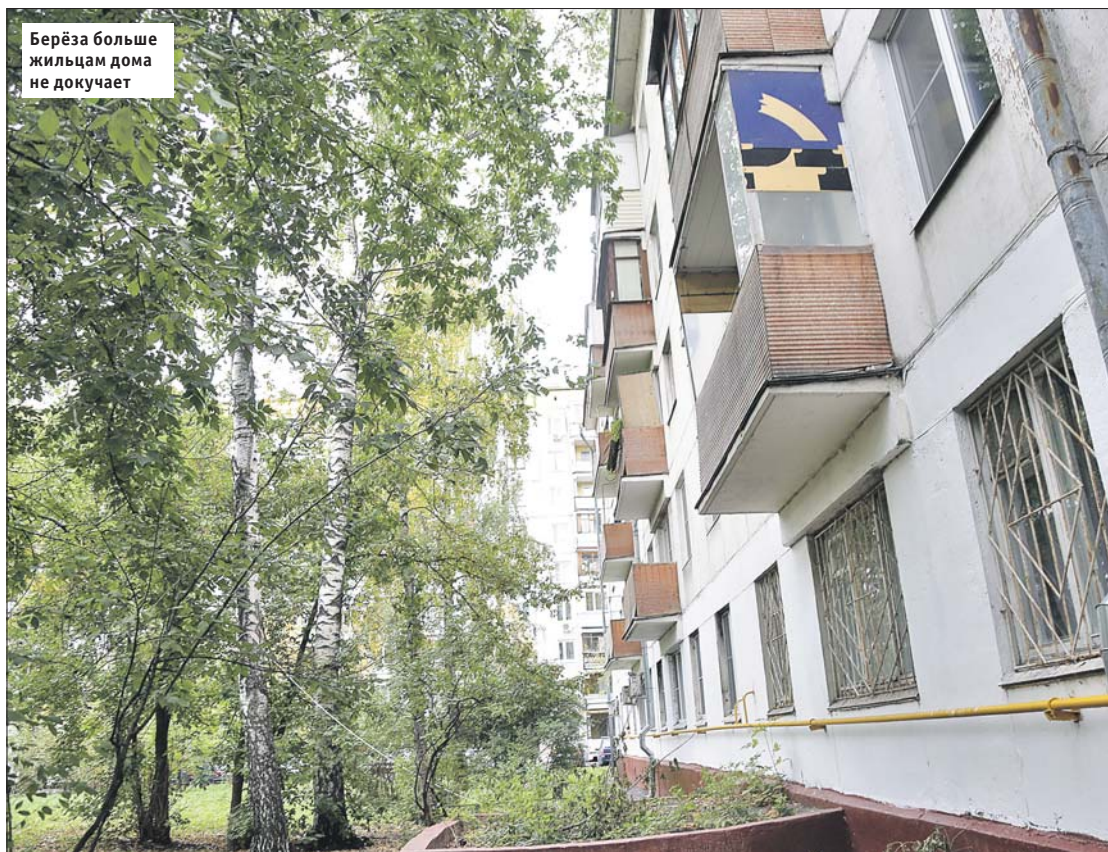
? Живу на 4-м этаже, под окном очень сильно разрослось дерево. Если дует сильный ветер, ветки царапают окно. Прошу спилить ветки.

Раиса Борисовна,
ул. 2-я Владимирская, 136,
подъезд 2

— Сотрудники ГБУ «Жилищник района Перово» провели работы по санитарной обрезке зелёных насаждений по указанному адресу, — сообщили в управе района Перово.

Маргарита ИВАНОВА

Управа района Перово:
Зелёный просп., 20, тел.
(495) 302-0543. Эл. почта:
per_priem@vao.mos.ru.
ГБУ «Жилищник района
Перово»: Зелёный просп., 6,
корп. 2, тел. (495) 304-
1840. Эл. почта:
gbu-perovo@mail.ru



Берёза больше жильцам дома не докучает

Артур Новосильцев

Помещение в доме на улице Ибрагимова используется под хостел законно

? В доме есть помещение на 1-м этаже с отдельным входом. Сейчас там разместили хостел. Просьба проверить, правомерно ли под него занимают помещение.

Людмила Ивановна,
ул. Ибрагимова, 16

«ВО» обратился в управу района Соколиная Гора с просьбой помочь разобраться с вопросом жильщины.

— Помещение на 1-м этаже дома 16 на улице Ибрагимова предоставлено во временное владение и пользование компании ООО «УК «Хостел» на основании договора субаренды, — сообщила зам. главы управы по вопросам экономики, торговли и услуг Любовь Крюкова. — Субарендатор использует его под размещение хостела в соответствии с разрешённым видом использования.

Вера КАЗАНСКАЯ

Управа района Соколиная Гора:
ул. Щербаковская, 5а, тел. (495) 365-4129.
Сайт: sokolinka.mos.ru

Крышку песочницы на Русаковской отремонтировали



Крышку песочницы привели в порядок

? Треснул край крышки песочницы на детской площадке во дворе между домами 25 и 27 на Русаковской улице. Крышка очень тяжёлая, поднимать её в таком состоянии опасно, можно поранить руки.

Татьяна,
ул. Русаковская, 25

час крышку отремонтировали, ею можно пользоваться. Работы выполнили сотрудники ГБУ «Жилищник района Сокольники». В связи с данным случаем коммунальные службы будут тщательнее следить за состоянием детской площадки на Русаковской улице, у домов 25 и 27.

Вера КАЗАНСКАЯ

Как выяснилось, песочницу на детской площадке повредили вандалы, разбив край крышки, которой закрывают песок, чтобы его не загрязняли мусором. Сей-

Управа района Сокольники:
ул. Стромынка, 3,
тел. (499) 268-6101.
Эл. почта: sokolniki-priem@mos.ru

Как должны убирать опавшую листву у жилых домов?

? Очень мешает шум от работающих воздуходувок, которыми дворники убирают листья с земли рядом с нашими домами. У них жуткий звук, как от турбины огромного двигателя, работают по шесть часов, просто невозможно находиться дома!

Оксана Петровна,
ул. Байкальская, 38, корп. 2

По регламенту убирать опавшую листву с газонов с помощью пылесосов и воздуходувок рекомендовано на открытых пространствах, удалённых от жилой застройки. Во дворах жилых домов для этих целей необхо-

димо использовать веерные грабли. Об этом говорится в постановлении Правительства Москвы №743-ПП от 10.09.2002 г.

— С начальником и сотрудниками участка №3 ГБУ «Жилищник», на котором находится дом 38, корпус 2, на Байкальской улице, проведена разъяснительная беседа о недопустимости нарушения данного регламента, — сообщили «ВО» в управе района Гольяново.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Управа района Гольяново: ул. Курганская, 8,
тел. (495) 467-6584. Сайт: golyanovo.mos.ru



Уборку листвы рядом с домами теперь проводят бесшумно

Денис Афанасьев



Давайте поможем друг другу!

Газета «Восточный округ» в новой рубрике «Доброе дело» рассказывает о волонтерах и просто неравнодушных к чужой беде людях, а также о том, как принять участие в добрых делах. 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 электронный адрес: dobroedelo@zbulvar.ru (в теме укажите: «Восточный округ»).

Пациентам больницы №70 помогают прихожане храма Спаса Нерукотворного образа в Перове

Вы тоже можете им помочь

В отделении неврологии государственной клинической больницы №70 в Новогиреево много пациентов в тяжёлом состоянии: некоторые даже не могут самостоятельно поехать или переодеться. Не у всех есть родные, которые могут постоянно быть рядом. А иногда в больнице и вовсе оказываются одинокие, брошенные люди.

Покормить, помыть, утешить...

Вот уже 25 лет прихожане храма Спаса Нерукотворного образа в

Перове помогают таким пациентам, а заодно и медикам, принимая на себя часть нагрузки по уходу за пациентами неврологического отделения.

— Мы с волонтерами бываем в неврологии несколько раз в неделю, — говорит помощник настоятеля по социальной работе Андрей Белов, — в зависимости от загруженности отделения и возможностей наших волонтеров. Лежачих моем и переодеваем. Тем, кто не может держать ложку, помогаем поесть. А кого-то нужно под руку проводить на прогулку, пото-



Команда волонтеров оказывает неоценимую помощь и врачам, и их пациентам

Фото предоставлены храмом

му что человеку трудно ходить.

Обычно дежурство волонтера длится с 8.30 до 13.30. При храме есть ещё одна группа добровольцев, которые обходят все отделения 70-й больницы по воскресеньям: они раздают книги, собирают записки с именами для молитв, отвечают на вопросы. В обеих группах вместе сейчас около 20 человек.

Нужны халаты, тапочки и подгузники

Желающим помочь в храме всегда рады. Жёсткого графика у волонтеров нет: можно выбрать один день в неделю, когда есть свободное время и силы. А можно помочь одеждой или предметами гигиены, чтобы добровольцы передали их пациентам.

— Всегда пригодятся

подгузники для взрослых, впитывающие пелёнки и одноразовые перчатки, — говорит Андрей Белов, — также нужны халаты, тапочки, бельё и одежда для тех, кого забирают в больницу с улицы.

Если вы хотите передать вещи или стать волонтером храма, звоните помощнику настоятеля Андрею Белову по тел. **8-926-990-4299**.

Вера ШАРАПОВА

Волонтеры принимают на себя часть нагрузки по уходу за пациентами неврологического отделения

Многодетным семьям может оказать содействие каждый

«Восточный округ» уже писал о фонде «Созидание», который находится в районе Ивановское и помогает семьям с детьми по всей стране. В фонде корреспонденту «ВО» сообщили, что после публикации в нашей газете тех, кто хочет принять участие в благотворительной работе, стало больше. Например, москвичка Анна Веч реши-

ла подписаться на регулярный автоматический платёж в пользу фонда с банковской карты.

— Однажды у меня тяжело заболел ребёнок. Чтобы вылечить его, понадобилось много сил и средств, — вспоминает Анна. — Я хорошо понимаю родителей в такой ситуации, как им приходится тяжело, когда не хватает денег.

Принять участие в проектах фонда может каждый, выбрав посильный формат, например прямо сейчас присоединившись к акции «С миру по монетке». Мелочь можно приносить до **10 октября** в пункт сбора, находящийся в офисе фонда «Созидание» по адресу: Магнитогорская ул., 9, офис 620, пн. — пт. с 9.00 до 18.00.

В фонде рассказали, что за 16 лет, что проводится акция, по монетке собрали больше 7,5 млн рублей и помогли 95 тяжелобольным детям.

Желающие участвовать в деятельности фонда могут найти дополнительную информацию на сайте bf-sozidanie.ru в разделе «Как помочь».

Вера ШАРАПОВА

Трёхлетнему Кириллу из Гольянова нужна ваша помощь

Недавно «ВО» написал о трёхлетнем Кирилле из Гольянова. У мальчика ДЦП, ему предстоит важная операция, и его семья нуждается в материальной поддержке.

Помогают ей прихожане храма Зосимы и Савватия в Гольянове, они собирают средства на ярмарках милосердия.



Предоставлено социальной службой храма преподобных Зосимы и Савватия в Гольянове

— Кирилл сейчас чувствует себя хорошо, в октябре он с бабушкой ляжет в больницу на операцию, — говорит помощник настоятеля храма по миссионерской деятельности Наталья Друшлякова. — После приобретения для семьи Кирилла кровати и подарка на его день рождения у нас осталось около 40 тысяч рублей — они будут использованы на реабилитацию малыша. После операции в Институте неврологии Кириллу может понадобиться массаж, другие процедуры.

Наталья Друшлякова рассказала, что, после того как о Кирилле написал «Восточный округ», в храм передали деньги для него:

— Обратились к нам жители Гольянова и Измайлова, причём откликнулись люди, которые сами страдают серьёзными заболеваниями и знают, как тяжело справляться с такими проблемами.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: POSTA@NEWSVOSTOK.RU,
REDAKTOR-2017@YANDEX.RU
ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

Храм Преподобных Зосимы и Савватия Соловецких Чудотворцев: ул. Байкальская, 37а, тел. (495) 460-2240. Эл. почта: hram-zss@mail.ru. Тел. дежурного священника 8-916-150-1072

Алина Покровская: Эпизод с санитарным поездом в фильме «Офицеры» снимали на Белокаменной

Народная артистка РСФСР рассказала о впечатлениях детства, о военных ролях и о том, как снимался культовый советский фильм

Чуть-чуть довоенный ребёнок

— Алина Станиславовна, вы сыграли десятки ролей, но Люба Трофимова в «Офицерах», наверное, самая главная?

— Так получилось, что это одно из основных событий в моей жизни. Хотя вообще-то я актриса театральная и мне больше нравится театр, но эта кинолента подарила мне такую любовь зрителей, что иногда я даже пугаюсь.

— Сцену с санитарным поездом, когда во время погрузки раненых линии фронта прорывают немцы, снимали на станции Белокаменная, расположенной в национальном парке «Лосиный Остров». В кадре хорошо видно здание вокзала, сохра-

нившиеся до сих пор, деревянные дома, которые стояли рядом до конца 1970-х, запасной путь, на который прибывает санитарный поезд. Как вам удалось так сыграть начальника, военврача, мать погибшего солдата, что она стала любимой героиней миллионов зрителей?

— Военных впечатлений как таковых у меня нет. Войну я не помню: родилась в 1940 году. Конечно, была совсем маленькой, но, видимо, в душу всё-таки запало что-то такое, что остаётся на всю жизнь. Мама рассказала, что смогла вывезти меня из Донецка, где я родилась, в самый последний момент, когда немцы уже начали бомбить город.

Лошадь понесла

— Когда снимали «Офицеров», наверное, были и опасные моменты?

— Да, у меня как-то понесла лошадь. Съёмки шли в горах. В ущелье по неширокой дороге ездил «уазик» с оператором Михаилом Кирилловым, а мы должны были скакать по обочине. С другой стороны был глубокий ров, наполненный острыми камнями.

Скакать надо было корпусом вперёд Лановой, потом я, сзади Юматов. А у меня конь был — Адлер, с ипподрома. Он привык к соревнованиям и не мог видеть хвост впереди: у него сработал инстинкт лидера. И вот он стал обходить лошадь Лановой. При этом вышел на асфальт, поскользнулся, ударился о лошадь Лановой, отскочил, и мы стали заваливаться в ров с камнями. Юматов это увидел и закричал: «Вася, Вася, у Алины лошадь понесла!» Я, конечно, испугалась, мы были под углом 45 градусов, но тут с одной стороны меня перехватил Василий, с другой — Юматов.

«Сколько лет вы хотите мне сделать?»

— Как вы относились к попыткам режиссёра вас состарить?

— Ой, возрастной грим — для меня это было полной неожиданностью. Как и вообще то, что я буду сниматься. Помощник режиссёра меня схватила, повезла в Тверь, где шли съёмки. Утром захожу в гримёрную и вижу на деревянном болванчике седой паричок. А потом меня начали гримировать: всячески старить, налеплять какие-то морщины. Я спрашиваю: сколько лет вы хотите мне сделать? Мне тогда было тридцать. Потом они от такого грима сами отказались, но съёмки начались с конца, со сцен, когда я бабушка и Лановой знакомится с нашим внуком-супорвцем.

Бронза при жизни

— «Офицеры» не единственный ваш фильм, связанный с войной?

— Первый был вскоре после того, как я окончила театральное училище и поступила в Театр Советской Армии. Фильм «Государственный преступник» снимали в 1963 году. В южном городе идёт суд над военными преступниками и теми, кто им помогал. Это военный детектив, его сейчас часто показывают, а в своё время он лежал на полке, в титрах значится автор сценария — Александр



Борис Кремер

Роль Любы Трофимовой подарила мне такую любовь зрителей, что иногда я даже пугаюсь

Галич. Ещё один фильм — «Нежданный гость» по рассказу Эммануила Казакевича «При свете дня». Один из вариантов вечной темы «Пришёл солдат с фронта».

— В 2013 году на Фрунзенской набережной перед зданием Министерства обороны установили памятник героям «Офи-

церов». Каково это — видеть себя в бронзе?

— Я видела этот памятник два раза — на открытии и как-то проезжала мимо на троллейбусе. Ну, стоит и стоит. У меня как-то гостила сводная сестра из Симферополя. Ездил смотреть памятник, сказала, что там лежат гвоздики.

Беседовала Марина МАКЕЕВА



Не видевшая войны актриса очень убедительно сыграла военврача Трофимову

В. Комаров/РИА Новости

АРКА ГРУПП



Звонок по РФ бесплатный

8 (800) 500 62 12

Принимаем сбережения

до **12,6%** годовых

- Сбережения принимаются сроком от 3 месяцев
- Индивидуальная программа для пенсионеров
- Строгий контроль со стороны ЦБ РФ и СРО
- Ежемесячные выплаты, капитализация

**Минимальная сумма сбережений составляет 10 000 руб., максимальная — 5 млн руб. по одному договору

Адрес: ст. м. «Маяковская», Оружейный переулок, д. 25 (вход с ул. Фадеева)
пн — пт с 10:00 до 19:00 (без обеда), сб с 11:00 до 18:00 (без обеда), вс — выходной

Посетите наш сайт
www.arka.group

до **10%** ПОДАРОК К СУММЕ СБЕРЕЖЕНИЙ ПО ПЕНСИОННОЙ ПРОГРАММЕ*

ВСЕ СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ

Пример расчёта по программе АРКА «Пенсионная» сроком на 12 месяцев

Сумма**	Срок	%	Доход
1 000 000 р.	12 мес.	12,6%	126 000 р.
500 000 р.			63 000 р.
300 000 р.			37 800 р.

Кредитный потребительский кооператив «АРКА ГРУПП», ИНН 9709048471, ОГРН 1197746279983. Член Союза СРО «НОКК» номер 214 от 11.06.2019 г. Кредитный потребительский кооператив «АРКА ГРУПП» привлекает денежные средства от своих членов на основании договора передачи личных сбережений, вступительный взнос 100 р. Сбережения застрахованы в НКО «МОВС». Сбережения принимаются у граждан РФ с 18 лет без верхнего возрастного предела на срок от 3 до 60 месяцев, с начислением от 12,2% до 12,6%, суммой от 10 000 руб. до 5 млн руб. * Максимальная сумма подарка не более 70 000 рублей. Акция распространяется только на пенсионеров и действует до 30 октября 2019 г. Подробности об организаторе акции, о правилах её проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения узнавайте по телефону 8 (800) 500-62-12. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются по ставке 3%. Реклама.

Зелёный проспект был короткой улочкой

В старину к северу от села Перова располагались обширные сельскохозяйственные и охотничьи угодья, и эта местность получила название Перово поле. Спустя несколько столетий пашни, пастбища и леса уступили место корпусам машиностроительных заводов и домикам рабочих го-

В первые послевоенные годы новые дома строили военнопленные

родков. Самые крупные посёлки назывались Первомайский, Владимирский, Химгородок и Перовское поле.

На плане Москвы 1940 года видно, что главные улицы посёлка Перовское поле носили идеологические названия — Коммунистическая, Колхозная, Красноармейская, Пионерская. Однако уже тогда на карте был отмечен Зелёный проспект — совсем короткая улица в центре посёлка, со временем ставшая одной из главных транспортных магистралей района Перово.

Большинство поселковых построек были деревянными, но в первые послевоенные годы Перово превратилось в большую строительную площадку. Новые капитальные здания возводили при уча-



Зелёный проспект. 1962 год

pastvu.com/uploaded by Giallione



Метро «Перово» и Центральный универсам. 1984-1987 годы

pastvu.com/uploaded by DmitryAM



Мемориал в Афганском сквере

Евгений Чесноков

стии военнопленных, поэтому жители прозвали эти дома немецкими. Украшенные лепниной двух- и трёхэтажные дома коттеджного типа строили в форме каре — так в центре появились уютные зелёные двory.

Среди достопримечательностей Зелёного

проспекта можно отметить Афганский сквер с мемориалом воинам-москвичам, погибшим при исполнении интернационального долга. В 1992 году в центре сквера была установлена скульптурная композиция Вадима Сидура, изображающая скорбящих матерей.

По соседству располагается музей скульптора, получившего международного признания, но в СССР его работы оказались под запретом. Первая публичная выставка мастера состоялась в перовском Выставочном зале уже после его смерти.

Евгений ЧЕСНОКОВ

Всероссийский форум «серебряных» добровольцев откроется в столице

В Москве с 1 по 4 октября в добровольческой жизни России состоится знаковое событие. Около 500 представителей регионов страны посетят Всероссийский форум «серебряных» волонтеров (волонтерское движение, в состав которого входят люди старшего возраста). Об этом на пресс-конференции в информационном центре Правительства Москвы сообщила председатель Комитета общественных связей и молодежной политики Москвы Екатерина Драгунова.

— На протяжении четырёх лет эта форумная площадка открывается в разных городах страны. Добровольцев принимали Екатеринбург, Нижний Новгород, Уфа. Москва в этом году будет представлена делегацией из 80 человек. Это самая большая делегация на форуме, — рассказала Екатерина Драгунова.

Участниками форума станут волонтеры в возрасте от 55 лет. Это представители добровольческих и ресурсных центров, реализующих проекты в сфере развития «серебряного» добровольчества.

По информации директора ГБУ г. Москвы «Мосволонтер» Дмитрия Покровского, основная программа Всероссийского форума «серебряных» волонтеров будет разделена на три блока: образовательный блок, культурная программа и полезная программа.

— Участников ждут творческие встречи, занятия йогой, танцами, арт-терапия, мастер-класс «Подиум зрелой красоты» и многое другое. На форуме состоится защита проектов Всероссийского грантового конкурса поддержки социальных проектов «Молоды душой», — рассказал Дмитрий Покровский.

Оксана МАСТЮГИНА

Московские пожарные начали операцию «Отопление»

Об этом сообщил начальник Управления надзорной деятельности и профилактической работы ГУ МЧС России по г. Москве Александр Бобров на пресс-конференции, посвященной профилактике пожаров в осенне-зимний период.

— Мы напомним о правилах эксплуатации отопительных приборов, расскажем о проверке правильности работы печей и других отопительных устройств, — рассказал Александр Бобров, — разместим наглядную агитацию по мерам пожарной безопасности и действиям при пожаре.

По словам Боброва, с начала года Управление МЧС России по г. Москве провело около 600 проверок соблюдения противопожарных норм в жилых домах

и более 3,5 тысячи учебных эвакуаций из мест массового скопления людей.

Особое внимание столичные спасатели уделяют безопасности детей. Адресную помощь оказывают многодетным и социально незащищенным семьям: в этом году в 289 квартирах и домах отремонтировали электропроводку и печи. Кроме того, люди получили более тысячи автономных пожарных извещателей — специальных устройств, которые работают от обычных батареек и позволяют вовремя заметить возгорание.

— Извещатель может выручить, например, когда женщина оставляет на плите кастрюлю и отвлекается на другие дела, — пояснил Бобров.

Вера ШАРАПОВА

Инсульт — не приговор

На Щёлковской помогают вернуться к полноценной жизни



программе рассказал главный врач клиники, врач-невролог, реабилитолог, врач высшей категории Александр Овчаров (на фото).

ЧЕТЫРЕ ЭТАПА

— Главная задача реабилитации — восстановление разрушенных нервных клеток или обеспечение условий для того, чтобы здоровые нейроны мозга взяли их функцию на себя, — рассказывает доктор. — По сути, человеку приходится заново учиться сидеть, говорить, ходить, выполнять тонкие манипуляции. На это уходят месяцы, а иногда годы.

КАК МОЖНО РАНЬШЕ

При любом подозрении на инсульт необходимо срочно обращаться в скорую помощь.

Важную роль играет реабилитация после инсульта.

— Каждый этап восстановления предназначен для определенной категории больных, — говорит Александр Овчаров. — Мы предлагаем начинать реабилитацию с остеопатических техник для поддержания кровотока и обменных процессов в головном мозге, рефлексотерапии и лекарственных препаратов, улучшающих мозговое кровообращение. В последующем, комплекс мануальных техник, направленных на увеличение объема движений в суставах и позвоноч-

ке, индивидуального подбора врачом-реабилитологом комплекса лечебных упражнений. Важно пошагово и своевременно переходить на новый этап. Плавное наращивание интенсивности нагрузок с учётом возможностей. Постепенно усложняя технику двигательных упражнений — от простого сгибания-разгибания до тонких целенаправленных движений под руководством врача.

ПОД КОНТРОЛЕМ СПЕЦИАЛИСТА

Мы предлагаем разнонаправленные упражнения. Это значит, что надо параллельно восстанавливать все утрачен-

ные функции: движения, речь, память. Используйте средства реабилитации: трость, ходунки, костыли.

— Однако, какой бы правильной ни была реабилитация в домашних условиях, больным после инсульта рекомендуется наблюдаться у врача-невролога и заниматься с врачом-реабилитологом, — советует Овчаров. — Специалисты нашей клиники помогут правильно подобрать комплекс индивидуальных реабилитационных мероприятий по авторской методике, разработанной в клинике, с последующим контролем эффективности.

8 (495) 462-33-55

м. «Щёлковская», Щёлковское шоссе, д. 61
www.zdravclinic.ru

ЛО-77-01-013508 от 18 ноября 2016

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

АФИША

История архитектуры на Большой Черкизовской

Всех, кто интересуется архитектурой и историей, ждут **30 сентября** в 19.00 на лекции «Приключения итальянцев в России», которая пройдёт в Российской государственной библиотеке для молодёжи (ул. Б.Черкизовская, 4, корп. 1). Гости узнают, как итальянские архитекторы Джакомо Кваренги, Карл Росси, Доменико Жилярди и другие меняли облик Москвы в XVIII-XIX веках. Вход свободный.

Поэтический вечер на Сталеваров

Литературно-музыкальная встреча «Рябиновые бусы» пройдёт **5 октября** в 14.00 в клубе ЮНЕСКО «Сфера» (ул. Сталеваров, 18, корп. 1). Любый участник встречи сможет прочесть стихотворение или спеть песню о рябине. Также ждут тех, кто умеет готовить варенье из рябины. Гости могут принести рябиновое варенье для совместного чаепития.

Семейные выходные на Свободном

На программу «Семейные выходные» приглашает культурный центр «МосАрт» (Свободный просп., 19). Каждое воскресенье в 15.30 гостей ждут игротека, научно-популярные лекции и мастер-классы. Вход свободный. Обязательна регистрация на сайте mosartcentre.ru в разделе «Афиша».

Экскурсия в Терлецкой дубраве

Мосприрода приглашает всех желающих **11 октября** в 14.00 на экскурсию «Терлецкие истории». Во время прогулки посетители познакомятся с животным и растительным миром парка, а также узнают о его богатой истории. Сбор группы в 14.00 у деревянной арки рядом с главным входом в Терлецкий лесопарк со стороны Свободного проспекта. Тел. (499) 367-8919.

Алексей ТУМАНОВ

Пообедать, как рыцари, и смолотить зерно на ручном жёрнове

В округе пройдёт фольклорно-гастрономический фестиваль «Золотая осень»

Гастрономический праздник «Золотая осень» пройдёт в столице с **4 по 13 октября**. На 14 главных площадках в центре столицы и в округах жителей ждут дегустация необычных блюд, выставки, фолк-концерты, мастер-классы. Для жителей ВАО откроются две фестивальные зоны.

Средневековая Европа на Городецкой

Тема площадки на Городецкой — осень в средневековой Евро-

На концертах гостей фестиваля порадуют игрой на старинных инструментах



На фестивале можно будет продегустировать необычные блюда

пе. В шале «Вечерний пир» гостей познакомят с правилами рыцарской трапезы. В соседнем павильоне научат вышивать и мастерить брошки, а на лекциях по ароматерапии можно узнать, какие благовония использовали европейские аристократы.

Юные посетители смогут поиграть в тетербол, где нужно «закрутить» в сторону соперника мяч, закреплённый на верёвке, или в кульбутто — закатывание шариков в лунки на игровом столе.

По вечерам на фестивальной

сцене устроят балы-маскарады в старинных нарядах.

Железный век на Святоозёрской

Фестивальная зона на Святоозёрской превратится в Дьяково городище. Гости узнают о быте племён дьяковцев, населявших территории Центральной России с VII века до н.э. до V века н.э.

В павильоне «Ткачество» расскажут, как обрабатывали шерсть и делали полотно для зимней одежды, научат плести тесьму с помощью особых дьяковских грузиков. А на исторической кухне желающие смогут смолотить зерно на ручном жёрнове и испечь хлеб.

На вечерних концертах зрителей порадуют игрой на старинных инструментах, например на шаманских бубнах.

Посещение площадок бесплатное. В будни с 11.00 до 21.00, в выходные — с 10.00 до 22.00. Подробное расписание на сайте moscowseasons.com.

Ксения ФИРСОВА

На Измайловском бульваре можно увидеть лоскутную живопись



Типичный лубок, только из лоскутов

работы с тканью. Это роспись, вышивка, аппликация.

Как пояснили организаторы, выставка необычна тем, что картины созданы из лоскутков ткани разного цвета и фактуры и фактически создают эффект «мягкой мозаики». Это могут быть пейзажи или декоративные панно, традиционные милые коврики — их вешали на стену или прикрывали ими сиденья кресел наши прабабушки. А ещё в лоскутной технике делают очень красивые пёстрые одеяла. Некоторые работы повторяют сюжеты русского лубка: смешная картинка с подписью.

Алексей ТУМАНОВ

Выставка продлится до **10 ноября**. Стоимость билета 150 рублей

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

ЗВОНИТЕ! ТЕЛ. ОТДЕЛА ДОСТАВКИ (495) 681-3970

Adrenaline STADIUM ЮМЕР FM

М. Сокол, Ленинградский пр-т, д. 80, корп. 17

90€

4 ОКТЯБРЯ в 20:00

МЕГА ХИТ

LIVE SHOW & DISCO*

МИРАЖ / БОГДАН ТИТОМИР
ЦИКА STAR / АЛЬЯНС / СЕРГЕЙ МИНАЕВ
МАЛЬЧИШНИК / МИСТЕР МАЛОЙ
DJ GROOVE / РОМАН РЯБЦЕВ / HIT ENERGIE
И ДРУГИЕ

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ГОСТИ
ВЕДУЩИЙ:
ИГОРЬ СИГИВЕРСТОВ
ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ В ПРОГРАММЕ

16+

* ЖИВОЙ КОНЦЕРТ И ДИСКОТЕКА
**ООО «ТЕАТР ВИАНА»: ИНН: 9102245060, ОГРН: 1189102010635 295011, КРЫМ РЕСП, СИМФЕРОПОЛЬ Г, ГОГОЛЯ УЛИ, ДОМ № 68/44, ОФИС 305

ОДНОКЛАССНИКИ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА ДОКТОРА ЛЕМБЕРГА

билеты на сайте: MEGANIT90.RU и во всех кассах города

реклама

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

• Акция. Ремонт от 300 руб. холодильников, стиральных, телевизоров, электрогазовых. Скидка 25%. Выезд бесплатный.
Т. 8 (495) 720-9672
• Компьютерный мастер!
Т. 8-915-296-8382
• Ремонт мебели.
Т. 8-925-504-5471
• Ремонт ПК.
Т. 8-977-632-0292

РЕМОНТ от 300 руб. скидка 30% СТИРАЛЬНЫХ МАШИН ХОЛОДИЛЬНИКОВ ЭЛЕКТРОПЛАИТ Выезд бесплатно! Звоните! Мы вам поможем!
Т. 8-499-649-87-92

• Ремонт стиральных и холодильников. Выезд – бесплатно! Скидки!
Т. 8 (495) 991-3290
• Ремонт швейных машин.
Т. 8-925-642-5807

НЕДВИЖИМОСТЬ

• Абсолютно быстро сдам/продам. Т. 8-915-459-6950
• Абсолютно быстро. Аренда жилья. Хозяевам премия!
Т. 8 (499) 404-0894
• Агентство «СТОЛИЧНОЕ».
Т. 8 (499) 677-4939
• Дача, 8 соток, 300 т. р.
Т. 8-985-293-1926
• Сниму жильё.
Т. 8-964-635-0700

КОМИССИОНКА

• Антиквариат, книги и полки. Т. 8 (495) 585-4056

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

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

КУПЛЮ 8 (495) 508-53-59
СОЛДАТИКИ, МОДЕЛИ АВТОМОБИЛЕЙ, ЗНАЧКИ, ЯНТАРЬ, ФАРФОР, ЧАСЫ, СТАТУЭТКИ, КНИГИ, ФОТОАППАРАТЫ, РАДИОАППАРАТУРУ, АНТИКВАРИАТ.

КУПИМ ДОРОГО СТАРЫЕ ЯНТАРНЫЕ БУСЫ до 150 000 руб. желтые, непрозрачные форма: шар, овал.
Т. 8 (929) 216-44-24

• Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу.
Т. 8 (495) 241-1952
• Купим книги.
Т. 8 (495) 721-4146
• Куплю радиодетали б/у.
Т. 8-903-125-4010
• Куплю ткани СССР.
Т. 8-910-416-2840
• Покупаю ноутбуки в любом состоянии. Т. 8-905-545-7897
• Часы (любое состояние), значки. Т. 8 (495) 723-1905
• Часы, янтарь, иконы, значки, монеты, бинокли.
Т. 8-965-397-3137

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

• «Дом-Сервис»: ремонт в квартире. Т. 8-901-338-3174

ВАННЫ ВОССТАНОВЛЕНИЕ АКРИЛОМ
Т. 8-499-409-54-34
Т. 8-926-006-53-54

• Замена замков.
Т. 8-926-341-2727

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

• Ремонт квартир.
Т. 8-916-538-7058

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ/ЗАМЕНА Пенсионерам – скидки!
Т. (495) 514-79-52

• Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971
• Сварка. Т. 8-926-052-5971
• Установка кондиционеров недорого. Т./ватсап/вайбер.
Т. 8-996-970-7950

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ, ЗАМЕНА
Т. (495) 995-50-59
Обивка дверей

Замки
ВСЕ УСЛУГИ
Т. 8 (495) 920-63-34
Т. 8 (499) 204-85-49

• Циклёвка паркета.
Т. 8 (495) 514-4805
• Циклёвка.
Т. 8 (495) 761-2388
• Электрик. Т. 8 (495) 778-0949

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

• Адвокаты. Возврат квартир.
Т. 8 (495) 210-2563
• Юрист. Т. 8-925-203-1218

АВТОМОБИЛИ

• Автовыкуп. Честно.
Т. 8 (495) 227-5655
• Автовыкуп.
Т. 8 (495) 210-6696
• Автовыкуп.
Т. 8-929-999-0790

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

• А/Автогрузоперевозки, квартирные переезды. Разборка, упаковка мебели 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/«Газель» на дачу.
Т. 8 (499) 394-3060

РЕМОНТ КВАРТИР КОМНАТ, КУХОНЬ, ВАННЫХ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
Договор. Гарантия. Качество
Т. 8(962)900-00-91
НОВОСЕЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ Скидка до 40%
Выезд специалиста – бесплатно!
Доставим материалы. Передвинем мебель

ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ, ГАРДЕРОБНЫЕ, ПРИХОЖИЕ. По Вашим размерам. Опыт 12 лет. Изготовление от 7 дней.
WWW.DESHKAFF.RU
Т. 8 (499) 755-93-07, 8-926-133-34-13

• А/грузоперевозки. Недорого.
Т. 8 (495) 728-6981
• «Газель». Т. 8-925-590-9106
• Грузоперевозки.
Т. 8 (495) 589-0078
• Грузоперевозки.
Т. 8 (495) 744-7852
• Квартирные переезды.
Т. 8-909-633-3786
• Недорогой переезд!
Т. 8 (499) 390-3878
• Переезды. Грузчики.
Т. 8-903-728-8742
• Переезды.
Т. 8 (495) 517-4472

ФИНАНСЫ

• Покупаем акции предприятий, приватизированных в 1992-1994 гг. Покровский бульвар, д. 4/17, стр. 4Б.
Т. 8 (495) 287-0841

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

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
БАЛКОНЫ 7500 8700 9800
ОТДЕЛКА. УТЕПЛЕНИЕ
Т. 8 (495) 795-93-75
Без выходных, с 9.00 до 21.00

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»
ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИИ
САЙДИНГ ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ, КРЫШИ, ВЫНОС, ЖАЛЮЗИ
ВНИМАНИЕ! Акция! Только до 31 октября москитная сетка в ПОДАРОК! Подробности по тел.
Т. 8 (495) 532-71-98

РАБОТА

• Гардеробщики требуются в поликлинику.
Т. 8 (499) 788-9704, с 10 до 13 ч.
• Дальновидным.
Т. 8-903-231-8161
• Настоячивым.
Т. 8-915-429-2671
• Офис. Т. 8-925-316-8397
• Пенсионерам.
Т. 8-985-743-5225
• Пенсионерам.
Т. 8-903-135-3607
• Пенсионерам.
Т. 8-999-903-1458
• Подработка.
Т. 8-926-784-2534
• Продавец в магазин электроники, м. «Перово», оф., по ТК. З/п от 40 000 р., звонить с 9 до 18. Т.: 8-929-670-0068, 8 (495) 748-0325
• Продавец. Продажа продуктов питания. Балашиха.
Т. 8-986-999-9935
• Требуется охранник.
Т. 8-910-001-6939
• Требуется работники магазина и склада. З/п сразу! Т. 8 (499) 649-3482
• Требуется сиделки.
Т. 8 (495) 798-9489

ОКНА
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ!
ОТДЕЛКА, КРЕШКИ, ВЫНОС, ШКАФЫ МОСКИТНЫЕ СЕТКИ, СТЕКЛОПАКЕТЫ РЕМОНТ ОКОН, ЖАЛЮЗИ
Т. (495) 150-04-01
www.int-okna.ru

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ от 3500 р. от простых до элитных
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • СТАВНИ
РЕШЕТКИ • КОЗЫРЬКИ
ЗАБОРЫ • КОВАННЫЕ ИЗДЕЛИЯ
Замер, доставка, установка - БЕСПЛАТНО!
ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ
ПЕНСИОНЕРАМ И НОВОСЕЛАМ СКИДКА от 10%
Тел.: 8(495)665-29-73, 8(925)776-24-74
www.steelmetdoor.ru Без выходных

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ от 3500 Р от эконом до VIP
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА РЕШЕТКИ-КОЗЫРЬКИ
ЗАМЕР, ДОСТАВКА, УСТАНОВКА-БЕСПЛАТНО
Т. (495) 532-58-27
Т. (495) 532-82-66

• Хочешь жить достойно, звони! Т. 8-905-126-1966
• Целеустремлённым.
Т. 8-967-103-5443
• Целеустремлённым.
Т. 8-916-052-0628

РАЗНОЕ

• Уничтожение насекомых.
Т. 8 (495) 978-6565

ПРОПАЖИ

• Утерянный аттестат о среднем (полном) общем образовании №77АА0117925 ГОУ ЦО №166 на имя Коваленко Екатерины Игорьевны считать недействительным

ОБУЧЕНИЕ

• Репетитор, химия.
Т. 8-985-097-4842

ЗАВОД-ПРОИЗВОДИТЕЛЬ БОЛЕЕ 1000 МОДЕЛЕЙ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ АРКИ, ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ, др. ШКАФЫ-КУПЕ ОКНА ПВХ
СКИДКА 15%*
Бесплатно: замер + доставка
www.zakaz-dverey.ru
Т. 8(495)151-22-27
Щёлковское ш., 100, ТЦ «Мир мебели», 1 эт.

В Богородском цех автопокраски загрязнял воздух

Преображенская межрайонная прокуратура провела проверку автомастерской, расположенной в жилом многоквартирном доме на Погонном пр., вл. 7. В прокуратуре корреспонденту «ВО» рассказали, что от одного из жителей ЖК «Лосиный Остров» был получен сигнал. Мужчина пожаловался на сильный запах краски. Прокуроры выяснили, что в автомастерской, находящейся в подземном паркинге здания, размещался цех автопокраски. Специалисты по охране окружающей среды зафиксировали уровень вредных веществ в воздухе. Исследования проб подтвердили высокое содержание бутадиена и изоамилацетата. Эти растворители относятся к веществам малотоксичным, однако в случае высокой концентрации вещества, испаряясь, выделяют пары, которые раздража-

ют слизистую глаз и органов дыхания. Превышение допустимой нормы вещества в воздухе приводит к головным болям, помутнению сознания, кашлю, болям в горле. Могут даже появиться симптомы пищевого отравления. В ходе прокурорской проверки было установлено, что в нарушение закона инвентаризация стационарных источников и выбросов загрязняющих веществ не велась, покрасочная камера на государственном учёте поставлена не была, плата за негативное воздействие на окружающую среду не производилась. По результатам проверки в адрес руководителя фирмы прокуратура возбудила дело об административном правонарушении. В течение месяца все нарушения должны быть устранены.
Наталья ГЕРАСИМОВА

КАК поучаствовать в опросах «АКТИВНОГО ГРАЖДАНИНА»

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

Зарегистрируйтесь, введя номер мобильного телефона

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

1 БАЛЛ
1 БАЛЛ
1 БАЛЛ

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?
ПИШИТЕ НАМ: POSTA@NEWSVOSTOK.RU, REDAKTOR-2017@YANDEX.RU ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Я ЛЮБЛЮ ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ



Обновлённый Черкизовский парк стал любимым местом отдыха

Этот снимок при- слала на конкурс Любовь Александрова. В сопроводительном письме призналась, что масштабные перемены, которые произошли в течение последних нескольких месяцев в детском парке в Черкизове, поразили её до глубины души. Особенно впечатлили её памп-трек и скейт-парк. Съезжаются сюда любители экстрима со всей Москвы. И вытворяют такое, что только успевай щёлкать кнопкой фотокамеры! Особо удачным снимком Любовь радуется не меньше скейтбордиста, выполнившего сложный трюк.

Обновлённый Черкизовский парк — пример того, как можно вдохнуть новую жизнь в старое место.

Парк и расположенный неподалёку пруд появились ещё в XIV веке. В 1360 году митрополит Киевский и всея Руси Алексий выбрал это место для отдыха, важных встреч и уединённых трудов. Так появилась Митрополичья дача. Святитель Алексий был наставником кня-

зя Дмитрия Донского, другом Сергия Радонежского, и, кто знает, может, решение дать бой на Куликовом поле было принято именно здесь, на берегу Черкизовского пруда. Вот такая история.

Снимайте всё, что покажется вам интересным. Фотографируйте себя или своих родных и знакомых на фоне достопримечательностей Восточного округа, в знаковых местах, у известных памятников и не очень известных домов, на фестивалях и во время дворовых праздников. Присылайте свои фото по адресу: pochta@newsvostok.ru с припиской «На фотоконкурс».

Сообщите также, где, когда и при каких обстоятельствах сделан снимок. Технические параметры фото должны быть такими: разрешение не менее 200 dpi, размер 10x15 см.

Лучшее из присланного мы будем публиковать в течение года в газете, а в соцсетях появятся все присланные нам фотографии — их можно поддержать лайками.

Ваш «ВО»



Любовь Александрова

В орнитарии разыскивают коршуна Шуню



ЖИВОЙ УГОЛОК

Чёрного коршуна легко узнать по серповидной кромке хвоста

Анатолий Нестеров

Розыск беглого чёрного коршуна по кличке Шуня объявил орнитарий в «Сокольниках». Карабин, которым поводок Шуня крепился в вольере, сломался, и коршун улетел.

— Шуня не стремится куда-то улететь, его видят в парке «Сокольники», — говорит руководитель проекта «Орнитарий» Вадим Мишин. — Просто мы не всегда успеваем прибыть вовремя. Если увидите чёрную хищную птицу с ремешками-опутинками на лапах, не бойтесь. Шуня хорошо относится к человеку, вреда ему не причи-

нит, охотно идёт на руку. Если не боитесь, поплотнее замотайте руку, натяните, например, рукав на кисть и попробуйте его приманить. И несите к нам.

Если же хищную птицу брать боязно, позвоните в орнитарий. Кстати, коршуна даже в полёте на большом расстоянии узнать нетрудно. Его отличительная черта — вогнутая серповидная кромка хвоста.

Алексей ТУМАНОВ

Орнитарий: парк «Сокольники», Митковский проезд, контактный тел. 8-926-630-0311

ИМЯ НА КАРТЕ



Название Игральной улицы подсказала детская площадка

На карте района Богородское небольшая Игральная улица (бывшая Никольская) проходит от 4-й Гражданской до бульвара Маршала Рокоссовского. Известно, что новое название улицы получила в 1922 году.

Знарок истории района Александр Бугров считает, что новым названием улица обязана детской площадке, которая незадолго до этого была устроена на соседней, тогда Детской, улице. Появление площадки оказалось крупным событием в жизни района. Дело в том, что детская площадка 1920-х значительно отличалась от

нынешних и представляла собой скорее подобие летнего пионерлагеря для детей младшего школьного возраста и подростков, устроенного по месту их жительства.

Помимо традиционных качелей-каруселей и песочницы, на детских площадках 1920-х, в частности, имелись помещения, где с детьми занимались и играли педагоги.

По словам Александра Бугрова, возможно, детская площадка была обустроена на месте бывшего скаутского лагеря, поскольку в 1919 году скаутские организации были официально распущены.

Лариса БОРЦОВА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: POCHTA@NEWSVOSTOK.RU,
REDAKTOR-2017@YANDEX.RU
ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

АНЕКДОТЫ



● Поймал старик золотую рыбку, и молвила рыбка человеческим голосом: — Чего тебе надобно, старче?

— Для начала — другую жену. Пушкина читал, знаю, чем всё может закончиться.

● — Не цените вы меня, — жаловался рак, — не ува-

жаете. А я, между прочим, самое могучее существо на земле! Мне бы только альпинизмом заняться да свистеть научиться — тут бы ТАКОЕ началось...

● — Ты так похудела! Это новая диета?
— Да, морковь, свёкла и картофель.
— А что делала: варила или жарила?
— Копала!

● Отец, рассказывавший сказку сыну, так сильно хотел спать, что Колобка ещё до встречи с Зайцем сбила фура.

● Супруги смотрят фильм ужасов. На экране появляются жуткие чудовища. Жена прижимается к мужу и шепчет:
— Мамочка!
Муж:
— Узнала, да?

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№38 (319) СЕНТЯБРЬ 2019 год

Учредитель: ООО «РИЦ Северо-Восток». Издатель и редакция: Общество с ограниченной ответственностью «Единая Редакция», 117246, г. Москва, Научный пр., 19, этаж 2, комн. 6д, оф. 36.

Главный редактор Е.Ю.Ильина. Шеф-редактор М.В.Петров. Ведущий редактор И.В.Минаев. Адрес учредителя: 129344, г. Москва, ул. Верхоянская, 18, корп. 2.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по г. Москве и Московской области.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ТУ50-01607 от 18 января 2013 г.

Отпечатано в АО «Прайм Принт Москва», 141707, Московская область, г. Долгопрудный, Лихачёвский пр., 5в. Тираж 525 000 экз. Заказ №2890. Подписано в печать 25.09.2019 г. Выход в свет 27.09.2019 г.

Отдел по работе с читателями: тел. (495) 681-3645. Размещение рекламы: 127549, г. Москва, ул. Бибиревская, 8, корп. 1, оф. 409, тел. (495) 782-8212. Газета распространяется на территории Восточного административного округа г. Москвы. Бесплатно. Вопросы по доставке: тел. (495) 681-3970. Может содержать материалы 12+