

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 45 (326)

НОЯБРЬ
2019

WWW.NEWSVOSTOK.RU

POCHTA@NEWSVOSTOK.RU

VK.COM/VAOMOSKVA

TWITTER.COM/VAOMOSKVA

Школьник
с 5-го проезда
Подбельского
выиграл
Кубок
Москвы
по французскому
боксу

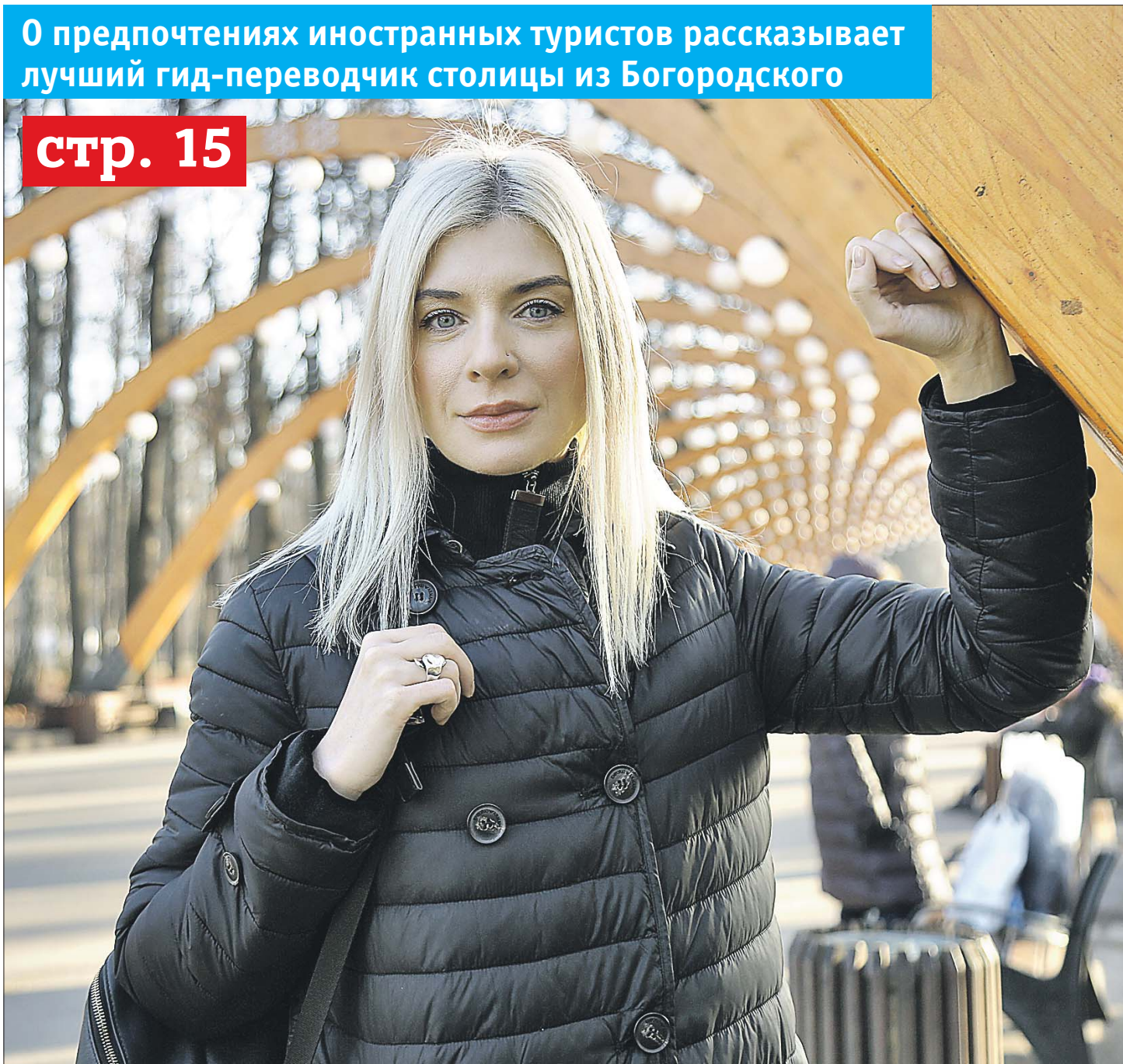
стр. 14



Мексиканцы любят Сокольники, испанцы – Измайлово

О предпочтениях иностранных туристов рассказывает
лучший гид-переводчик столицы из Богородского

стр. 15



В московских
поликлиниках
проведут
капремонт

стр. 6



Жители
округа учатся
собирать мусор
раздельно

стр. 8



103-летний
ветеран
из Восточного
Измайлова
вспоминает
Битву
под Москвой

стр. 16

В Перове волонтеры спасли застрявшего в фонарном столбе котёнка

Вечером прохожие услышали отчаянное мяуканье, доносившееся из-под земли, от недавно установленного фонарного столба в районе дома За на 1-й улице Энтузиастов. Они позвонили в спасательную службу. На помощь выехала смена спасателей-добровольцев из «СпасРезерва».

— Котёнок находился в узкой полости столба на глубине 2 метра. Рукой не дотянуться, повредить столб, чтобы расширить рабочую поверхность, нельзя, — рассказал старший смены Дмитрий Завражин. — Приняли решение вытягивать его арканом.

Извлекали котёнка практически вслепую. После нескольких попыток спасателям удалось подцепить бедолагу под

Животное доставали с помощью аркана практически вслепую

лапы и аккуратно поднять вверх. Оказалось, что спасённый — совсем малыш, на вид не больше пяти месяцев. Он замёрз и был на-

пуган. Котёнка отправили в ветеринарную клинику, а рассказ о нём опубликовали на странице отряда «СпасРезерв» в Инстаграме. Через несколько дней у котика появилась хозяйка. Теперь его зовут Мурзик, и он живёт в любящей семье.

Дмитрий Завражин рассказал, что помогать животным, попавшим в беду, ему и коллегам приходится регулярно. Сам он в «СпасРезерве» уже девять лет, выходит на дежурства два раза в месяц. В повседневной жизни работает методологом в энергетической компании. Живёт Дмитрий в нашем округе.

Елена ХАРО



Участница отряда «СпасРезерв» Мария Гринь с извлеченным от беды котёнком

Дмитрий Завражин

Линзы для изучения Солнца изготовят в ВАО

Московский завод «Салют», расположенный на проспекте Будённого, сделает 2,1 тысячи специальных экранов для отечественной глубоководной нейтринной обсерватории на дне озера Байкал.



Пресс-служба ДИИПП

Линзы, изготовленные на «Салюте», погрузятся на дно Байкала

— Наши экраны должны быть максимально прозрачными. Добиться такого эффекта можно только в печах с очень высокой температурой и вакуумом. Такие печи мы нашли на «Салюте», — рассказывает научный сотрудник обсерватории Александр Дорошенко.

Российский нейтринный телескоп позволяет наблюдать за частицами, из которых состоят некоторые звёзды, в том числе Солнце. Изучение нейтрино позволяет прогнозировать поведение нашего светила. Чтобы видеть такие частицы, телескоп надо защитить от магнитного поля Земли, а легче всего это сделать на большой глубине, для чего подходит Байкал.

Линзы, изготовленные на «Салюте», станут частью сети регистраторов подводного телескопа общим объёмом около 1 куб. км.

Олег ДАНИЛОВ

ПОЖАРЫ

В Гольянове сгорел склад

Утром 9 ноября произошёл пожар на 1-м Иртышском пр., 6, стр. 1. На складе завода металлоконструкций воспламенились автозапчасти, часть кровли, перегородки и деревянная отделка. Огонь охватил 80 кв. метров. Пожарно-спасательные подразделения в составе 22 человек и 6 единиц техники боролись с пламенем более получаса. Никто не пострадал.

В Соколиной Горе спасли 24 человека

Ночью 11 ноября случился пожар в доме 50 на улице Щербаковской. В двухкомнатной квартире загорелись строительные материалы и мусор — там шёл ремонт — на 25 кв. метрах. Пожарные потушили огонь. Из задымлённых квартир, расположенных на верхних этажах, с помощью автолестницы и дыхательных аппаратов спасли четырёх человек, в том числе женщину с грудным ребёнком. По маршевой лестнице пожарные эвакуировали 20 человек. Пострадавших нет.

Наталья ГЕРАСИМОВА

Префект ВАО поздравил полицейских округа с профессиональным праздником

В концертном зале «Измайлово» состоялся праздничный концерт, посвящённый Дню сотрудника органов внутренних дел России.

— Каждый год в преддверии этого праздника мы благодарим вас за ваш нелёгкий ежедневный труд, — обратился к сотрудникам МВД префект ВАО Николай Алешин. — Именно от вас зависит безопасность жителей нашего округа и благодаря вам они чувствуют себя более защищёнными.

Начальник УВД по ВАО Алексей Кузнецов отметил, что в этот день принято вспоминать не только действующих сотрудников полиции, но и всех тех, кто отдал жизни, исполняя служебный долг.

Почтив минутой молчания память погибших на службе сотрудников, Николай Алешин и Алексей Кузнецов вручили награды лучшим полицейским округа.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА



Префект ВАО Николай Алешин тепло поздравил полицейских и вручил им награды

Денис Афанасьев

В округе выбрали ещё одну стартовую площадку

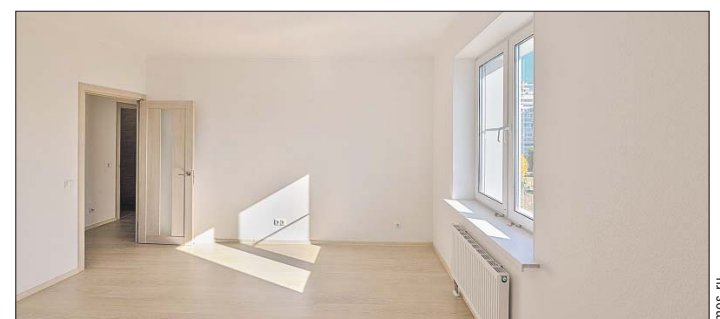
Дом для участников столичной программы реновации разрешили построить на земельном участке в районе Богородское. Об этом сообщил зам. мэра столицы Марат Хуснуллин, сославшись на решение, которое принял президиум Пра-

вительства Москвы. — В городе утверждён список из 10 новых стартовых площадок. Одна из них находится на улице Краснобогатурской, рядом с владением 38, — пояснил он.

Таким образом, на сегодняшний день в

Восточном округе выбраны 54 стартовые площадки, четыре из них находятся в районе Богородское. Всего в ВАО по программе реновации жители 1061 дома должны получить новые квартиры.

Евгений БАКИН



По программе реновации жители округа переедут в просторные, комфортабельные квартиры

mos.ru

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

Катки с искусственным льдом в округе откроют к декабрю

▶ В Восточном округе активно идёт подготовка спортивных объектов к зимнему сезону: уже в конце ноября в разных районах округа заработают катки с искусственным льдом.

Во время субботнего объезда префект ВАО Николай Алешин проверил степень их готовности.



Трубная система, предназначенная для охлаждения ледовой площадки (так называемые айс-маты), уже создана

Предоставлено префектурой ВАО

Рядом с катками разместят игровые площадки

В районе Ивановское, на ул. Молостовых, 10в, на днях отремонтировали холодильное оборудование катка и уложили айс-маты. Сейчас неподалёку от катка монтируют большую горку для катания на ледяных и возводят каркас сцены: в зимний период

здесь планируется проводить массовые праздники. Вскоре каток дополнят трибунами для зрителей, а на прилегающей к нему территории обустроят детскую и тренажёрную площадки.

Работы по благоустройству катка с искусственным льдом ведутся и в районе Новокосино —

на Суздальской улице. В настоящее время рабочие приводят в порядок раздевалки — укладывают там резиновое покрытие. За периметром катка ведут подготовку основания, на котором разместят детские игровые комплексы и спортивную зону с рингом для панны и скалодромом.

После осмотра объекта Николай Алешин распорядился оборудовать общий вход на каток и на игровую зону. — Сделайте так, чтобы людям было комфортно отдыхать здесь. Это должно быть единое пространство, удобное для всех, — заключил префект.

Павел НИКИТИН

Незаконную надстройку убрали в Преображенском

Возле дома 33 на Электровской улице ликвидировали незаконную надстройку, возведённую прямо на крыше трансформаторной подстанции. Об этом сообщил начальник Госинспекции по недвижимости Владислав Овчинский.

Он пояснил, что в этом месте планируют построить административно-деловой центр с автостоянкой на 118 машиномест. Во время плановой проверки выделенного под застройку земельного участка специалисты инспекции обнару-

жили, что арендатор без разрешения смонтировал на крыше электрической подстанции «2-й этаж» площадью около 350 кв. метров.

— Трансформаторная подстанция — это объект повышенной опасности, его незаконная реконструкция может привести к возникновению чрезвычайной ситуации — аварии или пожара, — отметил глава инспекции.

По требованию Госинспекции по недвижимости потенциально опасную надстройку снесли.

Иван ЮЖНЫЙ



Крышу подстанции освободили от потенциально опасного строения

Один из лучших врачей-бактериологов страны работает в Вешняках

Заведующая бактериологической лабораторией городской клинической больницы №15 им. Филатова Светлана Поликарпова заняла 2-е место по своей специальности на Всероссийском конкурсе «Врач года-2019».

— Современное оборудование позволяет нам идентифицировать виды микробов буквально в считанные минуты, — отмечает бактериолог. — Однако ряд исследований по-прежнему выполняется и всегда будет выполняться вручную — с помощью микроскопа. Кроме того, результаты, выданные автоматом, мы тоже время от времени должны перепроверять, чтобы исключить вероятность ошибок.



На Всероссийском конкурсе «Врач года-2019» Светлана Поликарпова заняла 2-е место

Предоставлено пресс-службой ГКБ №15

В свободное от работы время Светлана Поликарпова любит путешествовать по России. Отдыхать стараются всей семьёй — у Поликарповой двое внуков. Старшему 10 лет, он мечтает стать врачом.

Татьяна ЗЕЛЕНОВА

Встречи глав управ с населением состоятся 20 ноября в 19.00

■ БОГОРОДСКОЕ

Ул. Наримановская, 8. Темы: 1. «О ходе проведения работ по выявлению недекларируемых фактов сдачи в аренду жилых помещений». 2. «О состоянии и работе предприятий потребительского рынка и услуг на территории района».

■ ВЕШНЯКИ

Ул. Вешняковская, 9, корп. 2, стр. 2, управа района Вешняки, конференц-зал. Тема: «Об организации спортивно-досуговой работы по месту жительства с различными категориями населения в зимний период».

■ ВОСТОЧНОЕ ИЗМАЙЛОВО

Сиреневый бул., 68, ГБОУ «Школа №1748 «Вертикаль». Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ ВОСТОЧНЫЙ

Пос. Акулово, 43а, ГБОУ «Школа №448». Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ ГОЛЬЯНОВО

Ул. Камчатская, 10. Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ ИВАНОВСКОЕ

Ул. Саянская, 18, управа района Ивановское. Темы: 1. «О работе по выявлению и вывозу брошенного, разукомплектованного автотранспорта в районе». 2. «О состоянии и работе предприятий потребительского рынка и услуг на территории района».

■ ИЗМАЙЛОВО

Ул. 5-я Парковая, 10. Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ КОСИНО-УХТОМСКИЙ

Ул. Дмитриевского, 5, ГБОУ «Школа №2036». Тема: «Об организации спортивно-досуговой работы по месту жительства с различными категориями населения в зимний период».

■ МЕТРОГОРОДОК

Открытое ш., 19, корп. 6. Темы: 1. «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)». 2. «Об организации спортивно-досуговой работы по месту жительства с различными категориями населения в зимний период».

■ НОВОГИРЕЕВО

Зелёный просп., 20. Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ НОВОКОСИНО

Ул. Салтыковская, 136, ГБОУ «Школа №2127», корпус 1. Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ ПЕРОВО

Ул. Плющева, 13а, ГБОУ «Школа №2126». Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ ПРЕОБРАЖЕНСКОЕ

Ул. Халтуринская, 18, Центральная библиотека им. М.А.Шолохова. Темы: 1. «О работе районной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав». 2. «Об эксплуатации плоскостных спортивных площадок в зимний период».

■ СЕВЕРНОЕ ИЗМАЙЛОВО

Ул. 5-я Парковая, 49, ГБОУ «Школа №2033». Тема: «О подготовке жилищно-коммунальных служб района к работе в зимний период (содержание и уборка территории)».

■ СОКОЛИНАЯ ГОРА

5-я ул. Соколиной Горы, 14, ГБОУ «Школа №429». Тема: «О пресечении несанкционированной торговли на территории района».

■ СОКОЛЬНИКИ

Ул. Стромынка, 3. Тема: «О пресечении несанкционированной торговли на территории района». 2. «О работе по выявлению и вывозу брошенного, разукомплектованного автотранспорта в районе».

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: POSTA@NEWSVOSTOK.RU,

REDAKTOR-2017@YANDEX.RU

ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Бюджет обсудили с москвичами

Столичная Общественная палата организовала открытые слушания



Публичные слушания провела Общественная палата г. Москвы. Горожане получили возможность внести поправки в проект городского бюджета на 2020-2022 годы.

Документ обсуждали лично и онлайн

По словам руководителя московской Общественной палаты Константина Ремчукова, такой вариант изучения главного городского финансового документа использован впервые.

— К участию в общественных слушаниях приглашены москвичи, члены Общественной палаты, представители органов государственной власти, представители органов местного самоуправления, а также все заинтересованные лица, — сообщил он.

Как сказал Ремчуков, принять участие в обсуждении бюджета москвичи могли как лично, так и в режиме онлайн. Слушания транслировались в Интернете. К их началу на сайте Общественной палаты в качестве участников зарегистрировалось более 1100 горожан.

По электронной почте поступило 117 писем от жителей столицы с предложениями, на что нужно расходовать средства городской казны. Многие высказались за то, чтобы увеличить затраты на

экологию, на приобретение новых электробусов.

Работа над бюджетом продолжается

Все пожелания, мнения и предложения жителей были внесены в итоговый протокол. Он будет передан мэру Москвы и депутатам Московской городской думы.

Как заявил председатель МГД Алексей Шапошников, несмотря на то что поступившие предложения носят рекомендательный характер, депутаты постараются учесть их во время работы над поправками ко второму чтению проекта бюджета. А председатель Комиссии Мосгордумы по градостроительству Елена Николаева отметила, что большое число пожеланий говорит о том, насколько серьёзно горожане настроены на обсуждение жизни города, перспектив его развития.

— Работа над бюджетом продолжается. Надеемся, что всё совпадёт — и наши поправки, и предложения горожан, — заметила она.

Драйверы роста доходов

Сами слушания были организованы таким образом, чтобы в режиме прямого диалога представители департаментов мэрии отвечали на поставленные вопросы му-



Принять участие в обсуждении бюджета москвичи могли лично и в режиме онлайн. Слушания транслировались в Интернете

Все предложения были внесены в итоговый протокол

ниципальных депутатов, жителей и журналистов.

Как напомнила в начале обсуждения руководитель городского Департамента финансов Елена Зяббарова, при оценке бюджетных расходов стоит учитывать масштаб и вклад столицы в отечественную экономику.

— Сегодня часто можно слышать высказывания, что доходы Москвы необоснованно велики, но, согласно официальной статистике, доля столицы в совокупном валовом продукте регио-

нов составляет 21%, — пояснила она.

Зяббарова также заявила, что налог на прибыль, который поступает в московский бюджет, полностью сформирован за счёт прибыли, заработанной компаниями на территории города.

— А с налогом на доходы физических лиц ещё проще. Он всегда уплачивается по месту нахождения рабочих мест. Поэтому основу бюджетной устойчивости Москвы составляют налоговые поступления от организа-

ций, которые работают на её территории. Драйверами качественного роста доходов бюджета Москвы являются рост доходов московских компаний и рост доходов работающих москвичей, — сказала она.

Расклад по расходам

Руководитель одного из департаментов Финансового университета Светлана Соляникова принимала участие в слушаниях в качестве эксперта. Она отметила, что внесённый в Думу и представленный на рассмотрение общественности проект бюджета позволит динамично развивать го-

родскую инфраструктуру и транспортную систему, «без которой невозможны создание комфортной городской среды и повышение качества жизни населения».

Почти половину бюджета направят на развитие. Чуть больше, 53,3%, потратят на социальную поддержку москвичей, на развитие здравоохранения, образования, культуры и спорта. При этом с учётом благоприятной ситуации в экономике Москва может себе позволить увеличить расходы на образование на 25,8%, на здравоохранение на 30,4%, а на доплаты к пенсиям, на льготы и бесплатные лекарства — на 19%.

Андрей ТОМЦЕВ

Налоги надо заплатить до 2 декабря

Собственники квартир, земельных участков, гаражей и парковочных мест, а также владельцы личного автотранспорта обязаны не позднее 2 декабря внести в казну обязательные платежи за 2018 год.

— Москвичам разослали более 5 миллионов квитанций — напоминаний о необходимости уплаты налогов, в том числе 1,8 миллиона были отправлены в электронном виде в «Личные ка-

бинеты» налогоплательщиков на сайте nalog.ru, — сообщили в налоговой службе Москвы.

В ведомстве напомнили, что, если гражданин до 1 ноября не получил квитанцию, он обязан самостоятельно обратиться в налоговую инспекцию по месту жительства. Также получить и распечатать налоговое уведомление можно на официальном сайте ФНС России nalog.ru.

При этом важно помнить, что налоговое уведомление не направляется, если сумма начислений составляет менее 100 рублей. В этом случае налогоплательщик получит уведомление либо в следующем году, либо сразу за три года.

Как пояснили в инспекции, в 2018 году в столице прошла переоценка кадастровой стоимости более 6,8 млн объектов недвижимости. При этом цена квадрат-

ного метра, по которой рассчитывают налог, в прошлом году снизилась в Москве в среднем на 10%.

Например, по данным городской Кадастровой палаты, если раньше за квартиру в районе Богородское площадью 35 кв. метров гражданин заплатил бы около 6 тыс. рублей в год, то после переоценки его налоговый платёж составит около 4500 рублей.

Игорь СИБИРЯКОВ

- **ИФНС №18**
Ул. Шумкина, 25,
тел. (495) 400-0018
Сокольники, Преображенское,
Богородское, Метрогородок,
Гольяново
- **ИФНС №19**
Щёлковское ш., 90а,
тел. (495) 400-0019
Восточное Измайлово, Восточный,
Измайлово, Северное Измайлово
- **ИФНС №20**
Зелёный просп., 7а,
тел. (495) 400-0020
Вешняки, Ивановское, Косино-Ухтомский, Новогиреево, Новокосино, Перово и Соколиная Гора

**ЕСТЬ ВОПРОСЫ,
ЖАЛОБЫ,
ПРЕДЛОЖЕНИЯ?**

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

По самому высокому стандарту: капитальный ремонт городских поликлиник в Восточном округе

В отремонтированных зданиях появятся зоны ожидания и современное оборудование



Совсем скоро случится то, чего давно ждали многие жители нашего округа: городские поликлиники станут удобнее, комфортнее, современнее и светлее. В Восточном административном округе сразу несколько поликлиник будут поставлены на капитальный ремонт: детская городская поликлиника №52, филиал №1, детская городская поликлиника №122, филиал №2, городская поликлиника №191, филиал №4, и детская городская поликлиника №7, филиал №1. В поликлиниках не только проведут капремонт фасада, внутренних помещений и инженерных систем. Помимо этого, будут организованы просторные зоны ожидания, а кабинеты оснащены современным диагностическим оборудованием.

Новый стандарт — удобство и комфорт

Некоторые здания были построены много десятилетий назад и устарели морально и физически. Стены этих поликлиник видели смену нескольких поколений жителей нашего округа, которые переживали здесь радостные, волнующие и печальные моменты, за это время они стали для людей привычными и родными. Но современные потребности московского здравоохранения сейчас совсем не такие, какими они были несколько десятилетий назад, когда никто не задумывался об эргономичности и комфорте.

В этом году был утверждён «Новый московский стандарт поликлиник», который объединил в себе стандарты и правила, затрагивающие все аспекты работы городских поликлиник. Новый стандарт —



В поликлиниках проведут капремонт фасада, внутренних помещений и инженерных систем

Наиболее посещаемые кабинеты разместят на нижних этажах

это удобство и комфорт для пациентов и врачей, высокая доступность самых нужных специалистов, современные технологии для диагностики и профилактики болезней. Городские поликлиники станут лучше, а москвичи почувствуют к себе особое отношение.

В соответствии с новым стандартом в каждом здании будут применены новые принципы зонирования, согласно которым наиболее посещаемые кабинеты размеща-

ются на нижних этажах, а наименее посещаемые и административные кабинеты — на верхних. Кабинеты, в которых врачи ведут приём пациентов, будут оборудованы эргономичной мебелью, также появятся уютные комнаты для отдыха персонала.

В рамках нового стандарта в каждой поликлинике будут вести приём врачи восьми специальностей, а в головных зданиях дополнительно станут работать специалисты пяти узких направлений.

Появится новое оборудование

После завершения капитального ремонта каждое здание будет оснащено медицинским оборудованием в соответствии с правилами нового стандарта. В каждой поликлинике обязательно будут маммограф, рентген или флюорограф, аппараты УЗИ, а также оборудование функциональной диагностики. А в каждом головном здании — аппараты МРТ, КТ, аппарат УЗИ экспертного класса, тредмил.

— Планируется провести ремонт в максимально короткие сроки, до 2022 года, и с минимальным дискомфортом

для медперсонала, пациентов, посетителей, — рассказала главный врач городской поликлиники №191 Мария Соколова. — Модернизация и реконструкция поликлиники проводятся в соответствии с самыми современными требованиями, с учётом пожеланий пациентов и медицинских работников. Благодаря перепланировке улучшатся условия как для пациентов, так и для врачей. Сейчас при эксплуатации устаревшего корпуса постоянно возникают проблемы, требующие радикального решения. Устаревшие инженерные сети не позволяют применить новое оборудование, сде-

лать необходимую перепланировку, плохая теплоизоляция ведёт к увеличению расходов на теплоснабжение, планировка помещений не соответствует стандартам современной медицины. Все эти моменты хочется исправить и подарить жителям нашего округа красивую и комфортабельную, тёплую и уютную поликлинику!

Медпомощь останется такой же доступной

На время проведения капитального ремонта вся медицинская помощь останется такой же доступной, как и раньше. Жители не только

Модернизация и реконструкция поликлиник проводятся с учётом пожеланий пациентов и медицинских работников



продолжат ходить к своим знакомым врачам, но и смогут записываться к ним удалённо, просто временно приём будет вестись в другом здании. Вот что говорит об этом Александр Игоревич Брагин, главный врач детской городской поликлиники №122:

— Несмотря на временные трудности, медицинская помощь останется такой же доступной, наши пациенты по-прежнему смогут посещать своего лечащего врача и получать медицинскую помощь в полном объёме. Мы проделали большую работу по распределению пациентов по другим филиалам. Очень надеемся, что всем будет комфортно, так как филиалы находятся близко и имеют хорошую транспортную доступ-

ность, в том числе рядом находятся остановки автобусов и троллейбусов.

Гузель Рахметуллова, главный врач детской городской поликлиники №52, отметила:

— Филиал №1 вошёл в первый этап адресного перечня капитального ремонта поликлиник города Москвы. Здание 1968 года постройки за этот период капитально не ремонтировалось, инженерные коммуникации требуют замены, а стандарты прошлых лет не подразумевали создания доступной среды для маломобильных групп населения. Мы понимаем, что вопрос функционирования филиала — крайне важный социальный аспект жизни района, но любой ремонт — это временные трудности. Проведение ремонтных ра-

Жители не только продолжают ходить к своим знакомым врачам, но и смогут записываться к ним удалённо



КОМПЛЕКС
СОЦИАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ
МОСКВЫ



Новый московский стандарт поликлиник

ДОСТУПНОСТЬ



Единый стандарт оснащения оборудованием



Единый стандарт набора специалистов: врачи 8 востребованных специальностей в каждом здании



Самые посещаемые кабинеты — на нижних этажах

ТЕХНОЛОГИЧНОСТЬ



Замена аналогового оборудования на цифровое



Кабинеты врачей и диагностика по одному профилю — на одном этаже

КОМФОРТНОСТЬ



Буфет



Удобная планировка и открытые пространства

бот, а также ввод здания в эксплуатацию планируется провести в оптимальные сроки. Мы с нетерпением ждём предстоящего обновления филиала №1 и полностью разделяем желание жителей района Сокольники увидеть нашу поликлинику в «Новом московском стандарте детской поликлиники».

Иван МИНИН

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ

Работает горячая линия

Всю информацию, по какому адресу обращаться за медицинской помощью во время ремонта своей поликлиники, схему проезда, поэтажный план расположения кабинетов и расписание приёма специалистов можно узнать на портале mos.ru, на официальном сайте Департамента здравоохранения г. Москвы и по тел. горячей линии (495) 531-6998. Помимо этого, специалисты на стойках информации поликлиник всегда готовы помочь и ответить на все интересующие вопросы.

«Я уже завела дома два пакета для мусора»

Как в округе оценивают новую систему сбора отходов

Восточный округ переходит на систему раздельного сбора мусора. Первопроходцами стали районы Измайлово, Восточное Измайлово, Метрогородок и Восточный. У домов появились серые баки для остатков пищи и синие — для пластика, бумаги, стекла и металла. В ближайшее время их поставят в районах Преображенское и Богородское. Прогоулявшись по дворам, корреспондент «ВО» выяснил, как нововведение оценивают жители.

Баклажки — только в синий бак

Во дворе дома 466 на Нижней Первомайской улице контейнеры для раздельного сбора мусора поставили осенью. Валентина Островнова выносит в синие баки пластиковую тару.

— Раньше у нас рядом с контейнерной площадкой стоял сетчатый бак для пластика. Я всегда выбрасывала туда пустые баклажки из-под воды. Теперь бросаю их в синие баки, — говорит Валентина.

Её соседка Инна пользоваться новыми контейнерами пока не готова.

— Я не понимаю, что и куда выбрасывать. И многие тоже не знают, поэтому не пользуются контейнерами, — убеждена Инна.



Валентина Островнова с Нижней Первомайской улицы уже освоила раздельный сбор мусора

— А мне разбираться некогда! Я человек занятой!

В Европе пользуются уже давно

У дома 85 на улице Первомайской новые контейнеры пока не появились. Жительница этого дома Марина Великанова уверяет, что после установки сразу же будет ими пользоваться.

— Я даже готова два разных ведра дома поставить. Что и куда выбрасывать нужно, я знаю. Кстати, странно, что у нас раньше раздельный сбор мусора не ввели. Для стран Европы это уже давно норма. Разноцветные контейнеры даже в небольших городах стоят, — говорит Марина.

Роман НЕКРАСОВ

Многие не понимают, что и куда выбрасывать, поэтому не пользуются контейнерами

Нужно больше времени

Во дворе дома 93, корп. 2, на Измайловском проспекте тоже поставили синие и серые баки. Жительница дома Елена рассказывает, что уже завела дома два пакета. Один предназначен для остатков пищи, второй — для

консервных банок, пластиковых бутылок и старых газет.

— Лучше я потрачу время на сортировку, чем всё это увезут на полигон, там это будет разлагаться, разноситься ветром, и мы станем дышать продуктами разложения, — говорит женщина.

«Мне разбираться некогда»

Подхожу к дому 56/7 на Нижней Первомайской улице. К контейнерной площадке приближается мужчина с двумя пакетами мусора. Сквозь целлофан видно, что в мешках лежат пластиковые бутылки вперемешку с банановой кожурой. Пакеты мужчина бросает в синий контейнер.

— Синий контейнер не предназначен для остатков еды. Сюда рекомендуют складывать стекло, пластик и бумагу, — говорю я.

Дают вторую жизнь

Программа по раздельному сбору отходов реализуется по инициативе Правительства Москвы. Новые баки во дворах ставит компания-оператор по вывозу отходов из округа. «Полезный» мусор из синих баков направят на переработку. Пластик применяют при строительстве автодорог. Бутылки отправляют на стекольные заводы, старые газеты — на целлюлозно-бумажные комбинаты, консервные банки — на переплавку. До конца года синие и серые баки появятся во всех районах ВАО.

В Москве заработал консультативно-правовой пункт по вопросам призыва

1 октября этого года начал работу консультативно-правовой пункт по вопросам призыва на военную и альтернативную гражданскую службу. Об этом сообщила Московская городская военная прокуратура.

В работе пункта участвуют представители юридических служб и призывных отделений Военного комиссариата столицы, а также медицинские специалисты призывных комиссий.

Сообщается, что основными направлениями работы консультативно-правового пункта являются:

— разъяснение призывникам и членам их семей положений законодательства о воинской обязанности и военной службе;

— незамедлительное реагирование на установленные факты нарушения законодательства;

— получение и обобщение информации о фактах нарушения закона, злоупотреблениях должностных лиц военных комиссариатов и призывных комиссий с последующей организацией проверок указанных фактов.

Приём граждан по вопросам призыва будет осуществляться в рабочие дни в 231-й военной прокуратуре гарнизона по адресу: Хорошёвское ш., 38д, либо по тел. **(495) 693-5898**, в выходные дни — по тел. **(499) 195-0510**.

ВТОРСЫРЬЁ

В синий бак помещаются следующие виды отходов:

- **пластик**
бутылки из-под напитков, ёмкости от моющих средств, упаковки от продуктов питания
- **стекло**
бутылки, банки
- **металл**
жестяные и алюминиевые банки
- **макулатура**
бумага, картон

Переработка, производство новых товаров

Площадка по сбору и накоплению отходов



СМЕШАННЫЕ ОТХОДЫ

В серый бак помещаются следующие виды отходов:

- средства личной гигиены
- ёмкости, загрязнённые продуктами питания
- пищевые отходы

Безопасное размещение на полигоне

Электронное табло на Краснобогатырской починили

? На остановке «Инновационный университет» на Краснобогатырской улице плохо работает электронное табло, на котором отображаются время прибытия нужного маршрута и другая информация. Верхняя строка на экране не горит.

Людмила,
ул. Краснобогатырская

Электронное табло на остановке трамвая и автобуса на Краснобогатырской улице у дома 14 отремонтировано. В настоящее время на мониторе отражается полная информация о прибывающих на остановку трамваях (маршруты №2, 7, 11) и автобусе (маршрут №311).

За состоянием оборудования на остановках, в том числе за исправностью электронных табло, следят работники ГУП «Мосгортранс».

Вера КАЗАНСКАЯ

Контакт-центр «Московский транспорт»: (495) 539-5454, 3210 – для звонка с мобильных телефонов («Билайн», МТС, «Мегафон», Tele2)



Информация о прибывающем на остановку транспорте поступает на табло в полном объеме

Александр Кошубей

На Измайловском проезде зажглись фонари

? Почему с 4 ноября во дворе не горит ни один фонарь на нашей улице от дома 3 до дома 9? Произошла какая-то авария на линии?

Галина Ивановна,
Измайловский пр., 7, корп. 1

Как выяснилось, на этом участке проводили работы по изменению кабельной схемы, в связи с чем и были временно обесточены опоры освещения. Об этом сообщили в диспетчерской АО «ОЭК». В настоящее время все работы завершены, наружное освещение на Измайловском проезде восстановлено.

Маргарита ИВАНОВА

Диспетчерская АО «ОЭК»: (495) 587-8759

Мешающую жителям вывеску на Саянской убрали

? Напротив моего дома есть кафе с шаурмой (ул. Саянская, 2а). Недавно над окошком, где её продают, сделали светящуюся вывеску с бегущей строкой. Вывеска ярко горит и мигает, в ночное время это очень раздражает. Законно ли это?

Сергей,
ул. Саянская

торой сообщил житель, была установлена с нарушением требований. В постановлении отмечается, что «на вывеске может быть организована подсветка». Однако «подсветка вывески должна иметь немерцающий, приглушённый свет, не создавать прямых направленных лучей в окна жилых помещений».

Вывески на зданиях должны отвечать требованиям, указанным в постановлении Правительства Москвы №902-ПП «О размещении информационных конструкций в г. Москве» от 25.12.2013 г.

Как выяснилось, конструкция с бегущей строкой, о ко-

По информации Объединения административно-технических инспекций г. Москвы, в связи с выявлением нарушения было выдано предписание о демонтаже вывески. В настоящее время конструкцию на фасаде кафе на Саянской уже демонтировали.

Вера КАЗАНСКАЯ



Конструкцию на фасаде кафе демонтировали

Артур Новосильцев

Тренажёр на улице Шумкина закреплён

? Вандалы испортили тренажёр-балансир на площадке во дворе у дома. Расшатана металлическая стойка и оторван поручень.

Екатерина,
ул. Шумкина, 17/16

Работники ГБУ «Жилищник района Сокольники» отремонтировали повреждённый тренажёр: стойку надёжно укрепили, а поручень

с помощью сварки восстановили на прежнем месте. В настоящее время тренажёр пригоден к эксплуатации. По информации «Жилищника», за исправностью оборудования во дворе дома 17/16 на улице Шумкина будут следить тщательнее.

Вера КАЗАНСКАЯ

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



Стойку тренажёра укрепили, поручень восстановили на прежнем месте

Александр Кошубей

Двор на Главной улице комплексно благоустроят в будущем году

? В нашем дворе не хватает освещения. И у нас старая детская площадка: в соседних дворах их благоустроили, а нашу — нет. Асфальт перед входом в 2-й подъезд уложен неровно, из-за чего образуется лужа. Также нужны поручни перед входом в подъезд, а то пожилому человеку трудно подниматься.

Марина Ивановна,
ул. Главная, 19

— Благоустройство двора дома 19 на Главной улице запланировано на 2020 год, — сообщила первый зам. главы

управы района Восточный Динара Ибрагимова. — На дворовой территории отремонтируют асфальтобетонное покрытие, благоустроят детскую площадку, запланированы санитарная обрезка деревьев, установка новых опор освещения и другие работы.

Что касается установки перил у 2-го подъезда дома жительницы, работы намечены на ближайшие две недели.

Вера КАЗАНСКАЯ

Управа района Восточный: ул. 9 Мая, 12а, единый тел. (499) 780-9705. Сайт: vostochniy.mos.ru

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ:

POSTA@NEWSVOSTOK.RU,

[REDAKTOR-2017@](mailto:REDAKTOR-2017@YANDEX.RU)

YANDEX.RU

ЗВОНИТЕ:

(495) 681-3645

ПРОИСШЕСТВИЯ

В Преображенском рабочий скончался на стройке

Возбуждено уголовное дело по статье «нарушение правил безопасности при ведении строительных или иных работ» в отношении одной из строительных компаний, расположенной на улице Халтуринской. При осуществлении работ по демонтажу опалубки на бетонный пол упал с высоты рабочий. Он скончался на месте. Преображенская межрайонная прокуратура в связи с несчастным случаем провела проверку охраны труда на объекте и выявила нарушения правил безопасности при ведении строительных работ. Как установили, мужчина работал без средств индивидуальной защиты, соответствующего обучения безопасным методам работы на высоте. Руководителю компании грозит лишение свободы сроком до пяти лет.

В Вешняках обокрали пенсионера

В территориальный отдел полиции поступило сообщение от 72-летнего мужчины. Из его дома пропали золотые часы, браслет и кольца. Сумма ущерба составила около 500 тыс. рублей. В результате оперативно-разыскных мероприятий оперуполномоченные ОМВД России по району Вешняки задержали подозреваемого на улице Красный Казанец. Это 31-летний приезжий. Выяснилось, что пенсионер в нетрезвом виде возвращался домой на такси. Водитель предложил ему помочь дойти до квартиры, откуда и стащил лежавшие на видном месте ювелирные украшения. Похищенное он сдал в ломбард. Возбуждено уголовное дело по статье «кража».

Наталья ГЕРАСИМОВА

В Сети подростков вербуют в наркокурьеры

В УВД по ВАО рассказали, чем опасны предложения быстрого заработка в Интернете



Полицейские округа регулярно ловят молодых людей, развозящих за деньги наркотики. Как молодые люди становятся наркокурьерами? Что им грозит за это преступление? На эти и другие вопросы корреспонденту «ВО» ответили в окружном УВД.

Хотела купить новые вещи

Недавно в Новогирееве полицейские задержали семнадцатилетнюю студентку более чем со 150 граммами метилэфедрона. Она забрала «соль» из Кузьковского лесопарка и собиралась сделать закладку в одном из дворов в Новогирееве, но была взята с личными сотрудниками полиции.

— Как выяснилось, девушка в свободное от учёбы время решила подработать. В Интернете нашла объявление с предложением работы курьером и заработной платой 15 тысяч рублей за одну доставку. Быстрые и лёгкие деньги она планировала потратить на покупку новой одежды. Её взяли во время выполнения второго «задания». Родители были в шоке. Они не подозревали, что их дочь стала наркокурьером, — рассказал начальник отдела по контролю за оборотом наркотиков

УВД по ВАО Антон Бодров. В отношении девушки возбуждено уголовное дело. Теперь ей грозит от 10 до 20 лет лишения свободы.

Сроки нешуточные

В другой раз полицейские задержали в Соколиной Горе пятерых парней возрастом от 20 до 23 лет. Студенты вуза организовали торговлю амфетамином. — Сначала идея пришла в голову двум друзьям, которые сами употребляли



Чтобы избежать пагубных последствий, родителям надо быть в курсе дел детей и знать, с кем они проводят время

Должны насторожить странные фото в телефоне подростка — почтовые ящики или чердачные люки

наркотики. Они привлекли к своему «бизнесу» троих знакомых. Наркотики приобретали через Интернет. Там же находили клиентов. Сами развозили по точкам заказы. Мы разрабатывали эту компанию год. Недавно каждый из соучастников получил по 12-13 лет лишения свободы, — сообщил Антон Бодров.

Завлекают через соцсети и мессенджеры

В последнее время в наркокурьеры больше вербуют

через Интернет. В социальных сетях и мессенджерах присылают сообщения с привлекательными предложениями — например, с текстом «Хочешь заработать — спроси меня как!» или «Бесконтактный курьер, зарплата от 70 тыс. рублей». Дальше высылают задание: забрать в определённом месте свёрток, перенести его в другую точку и получить за это 20 тыс. рублей. Как правило, за работу расплачиваются биткойнами. Их покупают за обычные деньги через «QIWI Кошелёк», отправ-

ляют, а потом опять переводят в наличные. Иногда для проверки соискателя могут потребовать аванс, чтобы человек не сбежал с товаром, или фото с паспортом.

— Подростки ведутся на крупные денежные суммы и думают, что их не поймают. Это самое большое заблуждение. Ловят всех. Дело только в сроках — через год это произойдёт или через несколько лет. Уголовная ответственность наступает с 16 лет. За распространение наркотиков наказывают лишением свободы на срок от 4 до 20 лет. А это, считайте, загубленная жизнь, — сказал Антон Бодров.

Дорогие вещи и фотографии

Чтобы предупредить такие последствия, родители

следует постоянно общаться со своими детьми, быть в курсе их дел и знать, с кем они проводят время.

— Особенно следует насторожиться, если у ребёнка завелись крупные суммы денег или же появились дорогие вещи. Должны вызвать подозрение и странные фотографии в телефоне подростка — почтовые ящики, чердачные люки, подоконники, незакрытые электроштыри. Как правило, такие места выбирают наркокурьеры для закладок, — пояснил Антон Бодров. — Самое лучшее средство защиты — занятость подростка. Сомнительными делами в основном увлекаются ребята, которые не могут найти себе применение в жизни. Целеустремлённым же людям ерундой заниматься некогда.

Наталья ГЕРАСИМОВА

Уровни погодной опасности

«зелёный»

опасных и неблагоприятных явлений погоды не ожидается



«жёлтый»

возможны осадки, грозы, возрастание порывов ветра, высокие и низкие температуры



«оранжевый»

шквальный ветер, грозы, град, жара, морозы, снегопады, метели; возможны значительный материальный ущерб и человеческие жертвы



«красный»

ураган, проливные дожди, очень сильные снегопады, крупный град; вероятны серьёзный материальный ущерб и человеческие жертвы



О СПИДЕ — без нравоучений

Москву можно назвать одним из самых безопасных мегаполисов мира по вероятности заражения ВИЧ-инфекцией. Эти данные озвучили эксперты Московского городского центра профилактики и борьбы со СПИДом (МГЦ СПИД) на ежегодном фестивале городской культуры «Москва против СПИДа! Территория здравого смысла», который прошёл в первые выходные ноября в саду «Эрмитаж».

Узнали о заболевании

Фестиваль задумывался для молодёжи. Организаторы постарались в интересной форме донести до молодых людей информацию о болезни и о том, почему важно вести здоровый образ жизни. Ведь задача московской службы профилактики ВИЧ/СПИДа заключается не только в диагностике, но и в информационной работе.

По словам заведующего отделением профилактики МГЦ СПИД Тимура Бессараба, благодаря этой работе у москвичей должны сформироваться правильные установки и привычки.

— Безусловно, в этой работе принципиально важна активная, убедительная профилактика, — подчеркнул Тимур Бессараб. — Выездные интерактивные медицинские мероприятия, которые в последние годы пользуются популярностью у москвичей, — это



В Москве прошёл фестиваль, посвящённый здоровому образу жизни

Главная задача — профилактика инфекции

то, что в мире называется тактическим урбанизмом, теорией малых дел, которая ведёт к значимому, масштабному результату для огромного города.

Важно, что тест на ВИЧ стал частью современной ЗОЖ-культуры. Благодаря этому Москве удалось добиться снижения числа случаев инфицирования ВИЧ среди молодёжи.

— Это самая требовательная аудитория, — комментирует Тимур Бессараб, — как подверженная опасному влиянию среды, так и чувствительная к важной, здоровьесберегающей информации. Главное — подать эту информацию интересно, понятно и честно.

Сдали кровь на ВИЧ

Сдать тест на ВИЧ гости могли прямо на фестивале. Сразу же врачи оглашали предварительный результат, для более подробно

го исследования анализы направляли в Центральную верификационную лабораторию. Также посетители фестиваля смогли задать любые вопросы о болезни специалистам Московского городского центра профилактики и борьбы со СПИДом.

— Это парковое мероприятие превратилось в преледную столичную традицию, — продолжает Тимур Бессараб. — Фестиваль стал метафорой видеокамеры, в объективе которой здоровые, красивые и счастливые молодые москвичи, умеющие по-настоящему любить и нести ответственность за свою жизнь и жизнь своих близких. И сегодня мы, к счастью, можем говорить о том, что новое поколение москвичей вполне

может жить в будущем без ВИЧ-инфекции.

Научились базовым упражнениям

На фестивале речь шла и о здоровом образе жизни в целом. Гости учились выполнять простые элементы гимнастики цыгун, узнали, какие упражнения хорошо делать сразу после пробуждения. Актёр театра и кино Андрей Петров провёл специальную актёрскую «зарядку-разрядку» — для профилактики эмоциональногогорания. Ольга Малышева — создательница одного из топовых блогов о здоровом образе жизни — увлекательно рассказала о том, как правильно питаться.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Врач из Сокольников рассказала, что надо делать, если вы или ваш ребёнок подхватили ротавирус

Ротавирусная инфекция — это заболевание, при котором внезапно повышается температура, начинаются рвота и диарея. Заразиться ею можно в любом возрасте.



Пресс-служба ДГКБ св. Владимира

Начинается внезапно

Существует семь разновидностей ротавирусов, но самый распространённый — ротавирус А. Заразиться им можно через грязные руки, посуду и вещи, в редких случаях — воздушно-капельным путём, — говорит заведующая инфекционным отделением ДГКБ св. Владимира Александра Антоненко.

Главное — много пить

Больному надо давать много пить, поскольку главная опасность ротавирусной инфекции для ребёнка — обезвоживание.

— Постоянно давайте ребёнку жидкость в любом виде: воду, чай, разбавленный сок или компот, — советует врач. — Если малыш полностью отказывается от еды и питья, плачет без слёз, у него сухие, потрескавшиеся губы, это обезвоживание — срочно звоните в скорую. В стационаре ему поставят капельницы, чтобы восстановить потери жидкости и солей.

Чтобы облегчить симптомы, важно соблюдать диету: полностью исключить молочные и кисломолочные продукты, свежие овощи и жареную пищу, взрослым отказаться ещё и от кофе. Можно есть безмолочные каши, отварное нежирное мясо, рыбу, овощи — только варёные или тушёные, разрешены сушки и сухари.

В детский сад, школу или на работу врачи советуют выходить не раньше чем через семь дней после начала болезни.

Взрослым легче

Малышам до восьми месяцев можно по же-

ланию родителей сделать бесплатную прививку в районной поликлинике. Это не значит, что они на сто процентов будут защищены от ротавирусной инфекции, но болезнь станет протекать гораздо легче.

Взрослые переносят эту инфекцию не так тяжело, как дети, потому что у них выше кислотность желудочного сока и выше количество вырабатываемого иммуноглобулина А, который защищает наш организм от инфекций.

Не путать с Коксаки

Многие родители часто путают ротавирус с «разрекламированным» Коксаки.

— Коксаки относится к семейству энтеровирусов, заразиться им можно не только в Турции, но и в Москве, — говорит врач. — Некоторые симптомы ротавируса и энтеровируса совпадают: температура, рвота. Однако болезнь при заражении энтеровирусом протекает иначе, он поражает не только желудочно-кишечный тракт, но и слизистую рта и глотки, воздействует на глаза — может начаться конъюнктивит, — на сердце, мышцы, вызывает ломоту и головную боль. Во рту, на руках и ногах часто появляется характерная сыпь — болезненные пузырьки, которые потом проходят сами собой.

Лечение инфекции, вызванной вирусом Коксаки, как и ротавирусом, симптоматическое. При сильной головной боли или при болях в спине срочно обращайтесь к врачу.

Елизавета БОРЗЕНКО

Городской Межведомственный Правовой Комитет
ОГРН 1137746478990

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

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

реклама 3581

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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

Новости, фото, видео, конкурсы, призы, приколы от любимой газеты — КАЖДЫЙ ДЕНЬ В ВАШЕЙ ЛЕНТЕ!



«ВКонтакте» — www.vk.com/vaomoskva
«Фейсбук» — www.facebook.com/vostokrug

«ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ!

«Твиттер» — www.twitter.com/vaomoskva
«Инстаграм» — www.instagram.com/newsvostok

Волонтеры из Соколиной Горы помогают тяжелобольным людям

Фонд «Живи сейчас» приглашает принять участие в его программах

Волонтеры и специалисты фонда поддерживают людей с редким недугом — боковым амиотрофическим склерозом (БАС). Сегодня у фонда на Большой Семёновской улице около 800 постоянных подопечных. Помогают ему тоже сотни человек.

Консультации врачей

О диагнозе Екатерина из Кирова узнала недавно. Началось всё с необъяснимой слабости в руках и непривычно нетвёрдой походки. БАС — редкая, малоизученная болезнь, при которой постепенно перестают работать мышцы: становится тяжело ходить, потом говорить и дышать. Но Екатерина продолжает бороться. В этом ей помогает фонд «Живи сейчас».

— Екатерина вышла на нас и теперь приезжает в Москву, когда мы проводим для людей с БАС консультации: их осматривают врачи разных специальностей, консультируют логопеды и психологи, — рассказывает пресс-секретарь фонда «Живи сейчас» Анна Овсянникова.

Встретить во всеоружии!

Вылечить БАС нельзя, но можно замедлить его развитие и создать для



Сегодня у фонда на Большой Семёновской улице около 800 постоянных подопечных

пациента максимальный комфорт на каждом этапе болезни. Если человек перестанет ходить, ему понадобится коляска. А если не сможет встать с постели, спать, принимать пищу, удобнее будет на функциональной кровати. Тем, кто уже не может сделать вдоха, необходим аппарат искусственной вентиляции лёгких (ИВЛ).

— Фонд проводит встречи для пациентов и их семей со специалистами, — говорит Овсянникова. — Они рассказывают, что можно сделать, чтобы повысить качество жизни. Кроме того, мы учим родственников правильно ухаживать за больными.

Иногда фонд может пре-

Волонтеры учат родственников правильному уходу за больными

доставить коляску или аппарат ИВЛ. Оборудованием делятся семьи подопечных, которых уже не стало.

Как помочь?

Если у вас есть ставшие ненужными инвалидная коляска, ходунки или противопролежневый матрас, вы можете подарить их фонду. А ещё вы можете помочь больным БАС, став волонтером. Можно навещать семьи подопеч-

ных — помогать им в быту и просто общаться. Если у вас есть машина и немного свободного времени, ваша помощь особенно нужна: людям с БАС часто приходится ездить к врачам и в социальные службы, а передвигаться самим бывает трудно.

Связаться с фондом можно по телефону (499) 397-8443 или через сайт alsfund.ru.

Вера
ШАРАПОВА

Жительница Сокольников предлагает присоединиться к «Серебряным волонтерам»



Татьяна Белоножкина

У Инны Фоменко и её коллег есть несколько проектов для пенсионеров и людей предпенсионного возраста

— «Серебряными» называют себя добровольцы, которым за пятьдесят, — говорит координатор волонтерского центра жительница нашего округа Инна Фоменко. — Наши волонтеры проводят мастер-классы и концерты для людей, находящихся в домах престарелых.

— Когда мы только начинали, у некоторых возник вопрос: чем мы, ровесники, можем помочь друг другу? — вспоминает Фоменко. — Оказалось, многим. Во-первых, люди одного поколения лучше понимают нужды и мысли друг друга. Контакт происходит мгновенный. Так было, например, в пансионате ветеранов труда №29, куда мы пришли с концертом. После этого адми-

нистрация попросила нас появляться почаще. Сказали, что в любом пансионате общения людям всегда не хватает.

У «Серебряных волонтеров» есть несколько проектов для людей предпенсионного и пенсионного возраста.

— Содействуем в трудоустройстве, можем направить на различные курсы. Наши подопечные обучаются танцам и программированию, играют в театрах, осваивают художественные промыслы, становятся экскурсоводами, — рассказывает Инна Фоменко.

Те, кто захочет присоединиться к «Серебряным волонтерам», могут позвонить по тел. 8-925-911-6848.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА



ЗДРАВСТВУЙ!
КЛИНИКА ЗДОРОВОГО ПОЗВОНОЧНИКА

Одна из последних разработок российской науки! Препарат для лечения суставов «Гиалрипайер».

«ГИАЛРИПАЙЕР» — НОВАЯ ЛИНИЯ СРЕДСТВ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ СУСТАВОВ

«Гиалрипайер» — это биоактивная композиция на основе гиалуроновой кислоты, обогащённой активными компонентами (аскорбиновой кислотой, аминокислотами, витамином С и пептидами). Метод «обогащения» гиалуроновой кислоты запатентован и является единственным в своём роде. Состав препарата позволяет

«ГИАЛРИПАЙЕР» в клинике на ЩЁЛКОВСКОЙ



Приём ведёт Албаков Тагир Абубакарович, травматолог-ортопед, врач высшей категории

применять его в травматологии, ортопедии, спортивной медицине, ревматологии, челюстно-лицевой хирургии и косметологии.

В клинике «Здравствуй!» мы задействуем весь потенциал «Гиалрипайера» и применяем его в комплексном лечении суставов. Прежде чем начинать инъекции «Гиалрипайера», мы

планомерно и бережно готовим сустав — проводим сеансы мануальной терапии и физиотерапии. Благодаря этому спадает воспаление и уменьшается выработка внутрисуставной жидкости. Подготовленный сустав и околосуставные ткани оптимально реагируют на препарат, и уже после первой инъекции может наблюдаться

ощутимое улучшение состояния. «Гиалрипайер» вводится три раза с интервалом 7-10 дней, после чего в большинстве случаев функции сустава и хрящевой ткани восстанавливаются.

Как действует «Гиалрипайер»? «Гиалрипайер» при комплексном лечении оказывает помощь:

- в стимуляции синтеза здорового коллагена и эластина
- в остановке разрушения суставного хряща
- в восстановлении хрящевых, связочных и соединительнотканых структур суставов
- в нормализации выработки синовиальной жидкости

О «Гиалрипайере»

- Оказывает пролонгированное (длительное) действие
- Изготавливается в Российской лаборатории Тоскани из высококачественного сырья из Европы и Японии
- Соответствует стандартам РФ и Евросоюза
- Зарегистрирован как изделие медицинского назначения
- Выпускается в индивидуальном упакованных шприцах

Показания к применению «Гиалрипайера»

- остеоартроз (III стадии)
- коллагеного, тазобедренного

Сделайте шаг навстречу здоровым суставам!

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ КУПОНА СКИДКА 20%

СЕТЬ КЛИНИК
ЗДОРОВОГО
ПОЗВОНОЧНИКА
«ЗДРАВСТВУЙ!»

8 (495) 462-33-55
м. «Щёлковская»,
Щёлковское ш., д. 61
www.pozvon-ok.ru

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ И ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Согреет комнату и электричества не «переест»

Как правильно выбрать обогреватель

Бывает так, что батареи работают на полную мощность, а в квартире всё равно холодно. Электрик Василий Прутян живёт в районе Гольяново. Он рассказал, какие бывают обогреватели и какой лучше всего подойдёт для квартиры. Его советы записал корреспондент «ВО».

Нагревает не воздух, а стены и мебель

Самый привычный вид обогревателя — масляный радиатор.

— Радиатор по принципу действия похож на батарею. Внутри него масло нагревается специальным элементом. От масла греется корпус, а затем и воздух вокруг, — объясняет Василий. — А ещё он долго остывает, так что постоянно в розетку включать его не нужно. Но дети и домашние питомцы могут обжечься о корпус радиатора, ведь он порой нагревается до 120 градусов.

Другой вид обогревателя — инфракрасная панель.

— Инфракрасная панель похожа на солнце. Невидимые лучи нагревают не воздух, а предметы вокруг, — рассказывает специалист.

Обычно такие обогреватели вешают на стены или устанавливают под потолком. Этот вид ещё и самый экономичный. По словам Василия, он экономит на 70% больше электричества, чем все остальные виды обогревателей. Однако есть и минусы. Такой обогреватель дорогой и греет не комнату целиком, а лишь какую-то её часть.

	Масляный радиатор	<ul style="list-style-type: none"> мобильный, долго не остывает (+) температура корпуса более 100 градусов, большой вес (-)
	Тепловентилятор	<ul style="list-style-type: none"> компактный, хорош для маленьких комнат (+) долго греет большое помещение, шумный (-)
	Электроконвектор	<ul style="list-style-type: none"> равномерно греет комнату, можно установить на стену (+) быстро остывает, может поднимать пыль (-)
	Инфракрасная панель	<ul style="list-style-type: none"> нагревает не воздух, а предметы вокруг, моментально нагревается (+) греет часть помещения, при выключении температура в помещении быстро падает (-)

Равномерно прогреет до нужной температуры

Конвектор — следующий вид обогревателя. Это небольшое устройство, которое нагреет комнату всего за несколько минут.

— Этот обогреватель забирает холодный воздух из помещения и отдаёт уже тёплый. Воздух проходит через «рёбра» электрического нагревательного элемента и выходит наружу, — рассказывает Василий.

Тёплый воздух подаётся направленно, именно поэтому в комнате быстро потеплеет, а с помощью регулятора можно установить нужную темпера-

На 10 квадратных метров нужен 1 киловатт мощности обогревателя

туру. Термостат будет поддерживать её постоянно в течение всего времени работы.

Примерно так же работает и тепловентилятор — нагревательный элемент, совмещённый с простым вентилятором.

— Это лёгкий и компактный прибор. Вентилятор создаёт

поток воздуха, который проходит через нагревательный элемент, — пояснил специалист.

Мощности тепловентилятора не хватит, чтобы согреть просторную комнату. Тепловентилятор лучше использовать вместе с другим обогревателем.

На каждое окно прибавляем 200 ватт

Обогреватель выбирают в зависимости от площади квартиры или комнаты. Чтобы подобрать подходящий, нужно знать его мощность.

— Формула простая: на 10 квадратных метров нужен 1 киловатт мощности. Для комнаты площадью 15 «квадратов» понадобится обогреватель мощностью полтора-два киловатта, — объясняет Василий.

Мастер предупреждает: на каждое окно придётся прибавить ещё 200 ватт к мощности прибора.

Видов обогревателей не так уж много. По параметрам они не очень различаются. Так, для большой комнаты подойдёт масляный радиатор или электроконвектор. Обогреть коридор или ванную поможет тепловентилятор. Инфракрасные лампы подойдут для небольших квартир или студий. По словам специалиста, самое простое решение — электроконвектор: безопасный, удобный и греет равномерно.

Главное — правильно выбрать мощность, иначе обогреватель просто не справится со своей задачей и в комнате всё равно будет холодно.

Никита ПАНОВ

Избавить семью от постоянного стресса

Антон Жарков, депутат Государственной думы от Восточного округа



Наш очередной законопроект направлен на решение одного из самых злободневных вопросов для многих семей. Речь идёт о приоритетном приёме в школу детей, чьи братья или сёстры уже ходят в это учебное заведение.

Настоящим кошмаром для молодой семьи может стать каждодневная утренняя процедура отправки детей в разные школы. После учёбы эта проблема зачастую усугубляется необходимостью посещать кружки и спортивные секции. Если ко всему этому добавить проблемы городского трафика в часы пик, получается идеальный источник стресса.

Казалось бы, школы и так должны идти навстречу родителям, и многие это делают. Но немало и учреждений, которые, будучи связаны буквой закона, принимают решение не в пользу семьи. Именно поэтому было решено исправить данную несправедливость на уровне федерального закона. Важно, что при этом адреса регистрации детей могут быть разными, главное — чтобы они фактически проживали вместе.

Уверен, что для многих родителей Восточного округа законопроект в случае, если он будет принят, обернётся значительной экономией времени и нервов.

Как онлайн записаться на прием в ветеринарную клинику

Приём в клинике

Как записаться

Приём на дому

Лечение

- вакцинация
- оформление ветеринарных документов
- кастрация, стерилизация
- чипирование
- другие услуги

Лабораторно-диагностические исследования

- УЗИ
- ЭКГ
- рентген
- биохимическое исследование крови

1 Портал mos.ru

2 Услуги

3 Окружающая среда и животные

4 Запись к ветеринарному врачу

вакцинация

отбор проб

чипирование

Можно воспользоваться поиском

по имени и фамилии специалиста

по времени визита

по адресу клиники

Володя Гора бьёт ногой без промаха

Десятилетний спортсмен из Богородского выиграл Кубок Москвы по савату

▶ Сават (другое название — французский бокс) представляет собой боевое искусство, сочетающее элементы бокса и удары ногами. Владимир Гора с 5-го проезда Подбельского выиграл золото в весовой категории до 45 кг. В финальной схватке он победил спортсмена из Московской школы тхеквондо, который был на голову выше ростом.

— Я применял блокирующий удар стопой по ногам, он называется «ку де пье ба», — рассказывает Владимир. — Вообще-то в бою на победу больше влияют рост и сила. Хотя я был ниже соперника, мне удалось изменить ситуацию в свою пользу.

Юный спортсмен уже более двух лет занимается в детском спортивно-культурном центре «Восход» на Бойцовой улице. Все тренировки проходят в уси-

Сават очень эффективен для самообороны, считает Володя

ленном режиме: прыжки со скакалкой, отжимания, приседания, а также изучение техник французского бокса. Владимир считает, что сават — полезный и необходимый в жизни вид спорта.

— Сават очень эффективен для самообороны. В нём много сложных приёмов, которые помогут победить, даже если вокруг несколько противников, — уверен Владимир.

Он учится в школе №365 Богородского района. Больше всего Володе нравятся уроки технологии, где можно работать руками, например делать скворечники и полезные в быту предметы. В будущем Владимир мечтает стать профессиональным спортсменом.

Ярослав БОДРЯШКИН



Владимир Гора мечтает стать профессиональным спортсменом

Фото из архива ДСКЦ «Восход»



Кроме ножей, Марина метает в мишень топоры и малые пехотные лопатки

Денис Афанасьев

Студентка Университета физкультуры стала лучшей метательницей ножей

На состоявшемся в Москве Всероссийском турнире по метанию ножей сразу двух золотых медалей была удостоена студентка Российского университета физкультуры и спорта на Сиреневом бульваре Марина Лосева. Она одержала победу на двух дистанциях — пяти- и семиметровой. Ножи Марина метает уже больше 10 лет.

— Сначала я занималась шахматами, а потом как-то незаметно, лет с десяти-одиннадцати увлеклась метанием. Очень рада, что сегодня метание наконец-то ста-

ло полноценным видом спорта. А то смешно выглядело: спортсмен мог стать чемпионом мира, а вот перворазрядником не мог.

Кроме ножей, Марина метает в мишень топоры и малые пехотные лопатки, но ножи ей нравятся больше всего. Работает с разными, любимая модель — «Орки» мастера Дмитрия Мельникова. Тренируется три раза в неделю. В свободное время продолжает играть в шахматы, также любит волейбол.

Алексей ТУМАНОВ

Как записать ребёнка в кружки и секции

Где найти

школы искусств, подведомственные Департаменту культуры

экологические кружки и секции

спортивные секции под эгидой окружных центров физкультуры и спорта



работают в школах и организациях дополнительного образования



на сайте центра

на сайте data.mos.ru

на сайте mospriroda.ru

своего административного округа

Где записаться



онлайн

на портале mos.ru



лично

в учреждении дополнительного образования, в школе, колледже, в центре досуга, творчества и развития, в музыкальной или спортивной школе, на базе которых организованы различные занятия

За что мексиканцы любят Сокольники, а испанцы — Измайлово

О приключениях иностранцев в Москве рассказала лучший гид-переводчик столицы из Богородского

Победителем городского конкурса профессионального мастерства в номинации «Лучший гид-переводчик» в этом году стала жительница района Богородское Алесь Денкова-Герасимова. Она знает иностранцев с Москвой уже 16 лет. Алесь в совершенстве говорит на испанском, поэтому её туристические группы — испанцы и гости из Латинской Америки.

Из гостиницы — прямоком в лес

Большинство туристических маршрутов, конечно, связаны с центром столицы. Без посещения Красной площади, Кремля и храма Христа Спасителя не обходится ни одна обзорная экскурсия. Но вот с повседневной жизнью города многие туристы знакомятся в ВАО. По словам Алеси, очень часто большие группы размещаются в гостиничном комплексе в Измайлово или в двух крупных отелях в Сокольниках. Так что после программных экскурсий они отправляются гулять по окрестностям.

— Испанцев мы водим в усадьбу Измайлово: им всегда интересно послушать про «дедушку русского флота» — ботик

Петра I — и узнать о том, что жизнь царя связана с Москвой не меньше, чем с Санкт-Петербургом. А мексиканцы обожают Сокольники. Их поражает, как посреди города вырастает лес, тем более что природа для них непривычна. Они любят фотографироваться с берёзами — в испанском языке это слово мужского рода — и с удивлением узнают, что в России с берёзками сравнивают молодых, стройных девушек, — рассказала гид.

А вот на прогулках для маленьких групп, которые хотят посмотреть «нетуристическую» Москву, Алесь показывает храм Преображения Господня в Богородском.

прочувствовать особенности русского зодчества.

Романтики из Испании и Чили

За время работы Алесе доводилось встречаться с одними и теми же туристами несколько раз. Например, чилийский футбольный болельщик, который был на её экскурсиях во время Кубка Конфедераций, вновь вернулся через год.

— Он мне позвонил и рассказал, что, хотя команда Чили на чемпионат мира не прошла и лететь ему до Москвы сутки, он всё равно приедет и будет болеть за русских. А ещё в прошлый раз здесь он познакомился с де-

Увидев памятник Минину и Пожарскому, мексиканка воскликнула: «О, да это же Иван Грозный убивает своего сына!»

— Это уникальная деревянная церковь конца XIX века. Удивительно, что в её архитектуре стиль модерн сочетается с древними новгородскими традициями. Для иностранцев это замечательная возможность

ушкой и едет делать ей предложение — как раз для них двоих он попросил снова провести экскурсию.

Не только для него Москва стала романтическим символом не меньше Парижа.



Арина Вакулина

По словам Алеси Денковой-Герасимовой, иностранцы неизменно восхищаются деревянной церковью Преображения Господня в Богородском (XIX век)

— Мне очень запомнилась испанская семейная пара, — говорит Алесь. — Это было несколько лет назад. Им было далеко за семьдесят, пешие экскурсии давались им тяжело, но они были безумно счастливы. Дело в том, что муж в годы гражданской войны в Испании был республиканцем, которым помогал Советский Союз, и ему довелось в юности побывать в Москве. Он рассказал, что влюбился в наш город и мечтал привезти сюда жену.

Матрёшки и сказочная подсветка

Какое путешествие без сувениров? По словам Алеси, ни португальцы, ни бразильцы, ни тем более мексиканцы, которые обожают всё яркое и пёстрое, не могут устоять перед русскими матрёшками. Любят туристы также различные шкатулки и картины с фольклорными или историческими сюжетами.

— Европейцы неплохо знают русскую историю, а жители Латинской Америки много слышали, но пу-

таются в фактах. Однажды мексиканская гостья, увидев памятник Минину и Пожарскому, воскликнула: «О, да это же Иван Грозный убивает своего сына!» — вспоминает гид.

Алесь рассказала, что ещё одна особенность Москвы, которой восхищаются гости из любой страны, — это городская подсветка.

— Многие говорят, что не видели такой ни в одной стране мира: «У вас каждый вечер на улицах рождественская сказка».

Ольга ВОЛЖСКАЯ

**ЕСТЬ ВОПРОСЫ,
ЖАЛОБЫ,
ПРЕДЛОЖЕНИЯ?**

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

**НЕ ПРИНЕСЛИ
ОЧЕРЕДНОЙ
НОМЕР
ГАЗЕТЫ?**

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

Как иждивенцу получить наследство?

? Подскажите, как установить факт нахождения на иждивении для вступления в наследство?

Дмитрий Иванович,
ул. Шумкина

Отвечают специалисты правового центра «Вектор».

Иждивенцем в целях получения наследства может быть признано лицо, получавшее от умершего в период не менее года до его смерти полное содержание или систематическую помощь, которая была для него постоянным и основным источником средств к существованию, не-

зависимо от получения им собственного дохода.

Одним из условий наследования является нетрудоспособность иждивенца ко дню открытия наследства. Совместное проживание с наследодателем не менее года до его смерти является ус-

ловием призвания к наследованию лишь иждивенцев из числа граждан, которые не входят в круг наследников 1-7-й очереди. Для установления факта нахождения на иждивении необходимо обратиться в районный суд по месту жительства.

Московский Правовой Центр

- бесплатные юридические консультации
- защита в суде
- досудебное урегулирование споров
- сопровождение сделок

www.mpcvector.ru
без выходных С 10.00 до 20.00

Т. 8 (495) 21-21-027

- «Семёновская», ул. Щербаковская, д. 3, 3-й эт., оф. 311
- «Бибирево», ул. Плещеева, д. 18, корп. 2
- «Менделеевская», ул. Новослободская, д. 26, стр. 1, 2-й под., оф. 233
- «Алексеевская», пр-т Мира, д. 95, стр. 1, 5-й эт., оф. 13
- «Октябрьская», Ленинский пр-т, д. 2а, 2-й эт., оф. 218
- «Октябрьское Поле», ул. Народного Ополчения, д. 43, корп. 2, 1-й эт., оф. 3

реклама 3500

«Мы ловили вражеские самолёты лучами»

Житель Восточного Измайлова Тадеуш Нагурный осенью 1941 года в подмосковном Павшине командовал прожекторной ротой

▶ Тадеушу Исидоровичу Нагурному с Сиреневого бульвара в этом году исполнилось 103 года. Война для него началась с обороны Москвы осенью 1941-го. О том, какой ценой была одержана первая победа над фашистами, ветеран рассказал корреспонденту «ВО».

Одна буханка на всех

Главным качеством, которое помогло Тадеушу выстоять в те годы, а также дожить до столь преклонного возраста, ветеран считает привычку к дисциплине. Закалять характер ему пришлось с самого детства.

Родившись 20 апреля 1916 года в городе Дунаевцы Хмельницкой области в польской дворянской семье, Тадеуш рано лишился родителей. В 13 лет юноша пошёл работать на завод подмастерьем, чтобы прокормить младших братьев и сестёр.

— Рабочим в качестве пайка выдавали целую буханку хлеба, а не куски. Эту буханку я приносил домой, и мы все вместе её съедали, — вспоминает он.

Работа не помешала молодому человеку учиться. Окончив винницкий рабфак при пединституте, он был призван в армию и от-



На службе в войсках ПВО, начавшейся в годы Великой Отечественной, Тадеуш Исидорович Нагурный посвятил всю жизнь

служил рядовым. Всё это время он раздумывал, что выбрать — военную службу или карьеру врача.

— Медиками были мой дед и мой отец, — объясняет он. — Отец учился на одном курсе со знаменитым хирургом Войно-Ясенецким, сейчас прославленным в лике святых. Но моё первое посещение анатомички показало, что врачом мне не быть. И так сложилось, что вскоре я узнал о наборе в Ленинградское училище инструментальной разведки зенитной артиллерии.

Учебное заведение На-

До 80 лет Тадеуш Исидорович занимался спортом — отжимался, ходил на лыжах

гурный окончил с отличием.

Сняли с поезда и отправили в Подмосковьё

Начало войны застигло лейтенанта Тадеуша Нагурного в Москве. Снача-

ла его, поляка по крови, послали было участвовать в формировании Войска Польского, но буквально в последние минуты сняли с поезда без объяснения причин и откомандировали в посёлок Павшино под Москвой, где он стал команди-

ром прожекторной роты.

— Воздушные атаки в основном вели по ночам, — рассказывает он. — Лучами прожекторов бойцы выхватывали вражеские самолёты и уже не отпускали, пока их не сбивали.

Пик налётов на Москву пришёлся на осень 1941 года, причём бомбили не только по ночам, но и днём.

За мужество и героизм, проявленные при обороне Москвы, Нагурный награждён благодарностью Верховного главнокомандующего.

— В нашем деле на первом месте были собранность и выносливость. Нельзя было отвлечься ни на миг или поддаться усталости, — говорит он.

Этим качествам командир Нагурный учил своих солдат. Встречаясь уже в мирное время, они признавались, что выработанная внутренняя дисциплина очень помогла им в жизни.

Фронтальная любовь

Когда речь зашла о наградах, дочь фронтовика, Наталья Тадеушевна, достала из шкафа китель отца.

— Столько медалей, что поднять тяжело, — отмечает она.

Среди наград — орден Отечественной войны 1-й степени, два ордена Красной Звезды, медали «За оборону Москвы», «За боевые заслуги».

На фронте Тадеуш Исидорович встретил и свою будущую супругу Александру Фёдоровну, она была дивизионным врачом.

— Родители интересно познакомились, — говорит Наталья Тадеушевна. — Мама работала челюстно-лицевым хирургом. Её пациентами часто были изуродованные до неузнаваемости танкисты или лётчики. Однажды отец зашёл в медсанчасть, смотрит, а все места заняты. Мама говорит ему: садитесь. Он спрашивает: куда? А она отвечает: да хоть на пол.

После войны они поженились, прожили вместе больше 70 лет. Тадеуш Исидорович продолжил работу в войсках ПВО. Всю жизнь увлекался книгами, классической музыкой, фотографией, путешествиями, спортом — до 80 лет отжимался, ходил на лыжах.

— Любить жизнь, развиваться, не стоять на месте, — делится он рецептом долголетия.

Татьяна ЗЕЛЕНОВА



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 СОСЕДАМИ
- БЕСПЛАТНЫЙ ПРИЁМ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ

Реклама ОГРН 1197746014938

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8 (495) 128-01-55

**ЕСТЬ ВОПРОСЫ,
ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?**

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

**НЕ ПРИНЕСЛИ
ОЧЕРЕДНОЙ
НОМЕР
ГАЗЕТЫ?**

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

АФИША

На Электрозаводской сплужат Моцарта

На концерт лауреатов международных конкурсов **21 ноября** в 19.00 приглашает историко-культурный центр «Особняк Носова» (ул. Электрозаводская, 12, стр. 1). Зрители услышат произведения Моцарта, Верди, Каччини, Чайковского и Даргомыжского в исполнении солистов — баритона и сопрано — под аккомпанемент фортепиано. Билет — 150 рублей, 12+.

В Ивановском покажут фильм о медведях

На площадке МосАРТ (Свободный просп., 19) **23 ноября** в 17.00 гид научных экспедиций Александр Кочетков расскажет об активном туризме на Камчатке. А затем гостей ждёт показ документального фильма о жизни бурых медведей в дикой природе. Вход бесплатный, обязательна регистрация на сайте mosartcentre.timepad.ru.

Мосприрода приглашает на занятия в Терлецком парке

В экоцентре «Конный двор» (ул. Металлургов, 41, территория Терлецкого парка) стартовал цикл интересных занятий для детей «Пояса разнообразия». Ребята старше пяти лет ждут по воскресеньям в 12.00. Здесь им расскажут о климатических поясах, об особенностях их погоды, флоры и фауны. Посещение бесплатное. Справки по тел. **(495) 672-8865**.

Театр графов Шереметевых в Вешняках

На новой выставке «Эпоха в зеркале театра» в усадьбе Кусково (ул. Юности, 2) можно узнать об устройстве старинного театра графов Шереметевых. Экспозиция открыта в помещении дворца **до 15 декабря**. Посещение по билетам, подробности на сайте kuskovo.ru, каждый четверг третьей недели месяца вход бесплатный.

Ксения ФИРЦОВА

Художники-наивисты создают яркий и оригинальный мир

На Измайловском бульваре открылась выставка аутсайдерского искусства

▶ В выставочном зале «Народные картинки» в Измайлово открылась выставка наивного искусства «Аутсайдер-арт: созидая Вселенную».

Как правило, жанр наива объединяет художников-самоучек, большинство из которых взяли за кисть в зрелом возрасте, но смогли привлечь внимание зрителей яркой самобытной манерой. Есть среди них и авторы, получившие широкую известность. Советским и российским мастерам наивного стиля и посвящена выставка.

— В экспозицию вошло более 70 произведений. Участников мы выбирали путём большого голосования среди искусствоведов и ценителей непрофессиональной живописи, — рассказали в пресс-службе выставочного зала.

Условно выставку можно разделить на две части. Посетители увидят работы признанных отечественных авторов: Василия Романенкова, Александра Ло-



Две молодые девушки с жёлтыми волосами. Алексей Хаткевич, 2010 год. Бумага, акварель

Посетители увидят работы признанных художников и откроют для себя новые имена

банова, Юры Зелёного, Андрея Цымбала, Геннадия Лукомникова и других. Один из самых ярких представителей и основоположников наивной живописи в Советском Союзе — Павел Леонов. Он родился в 1920

Предоставлено ГБУК «Музей русского лубка и наивного искусства»

году в одном из сёл Орловской губернии, работал лесорубом, дорожным строителем, судоремонтником, пока не попробовал писать картины. В 1990-х годах он участвовал в выставках по всему миру от Братиславы до Нью-Йорка, а московские коллекционеры охотились за его картинками.

Вторая часть экспозиции откроет для посетителей новые имена. Они увидят произведения из коллекций аутсайдерского искусства московских, ярославских и петербургских собирателей.

Объединяет все холсты выставки оригинальный взгляд художников-наивистов на привычные сюжеты, поиск новых форм и яркая палитра цветов.

Посетить выставку можно со среды по воскресенье **до 22 декабря**. Полный билет — 200 рублей, льготные — 100 рублей и бесплатно.

Ксения ФИРЦОВА

Выставочный зал «Народные картинки»: Измайловский бул., 30

В Измайловском парке стартует зумба

С **17 ноября по 29 декабря** в выставочном павильоне Измайловского парка по воскресеньям к 10 утра ждут всех, кто хочет улучшить свою физическую форму, стать более гибким и выносливым. Здесь будут проводить двухчасовые занятия по зумбе — смеси фитнеса и самых популярных латиноамериканских танцев, таких как сальса, бачата, кум-

бия и реггетон. Также каждый мастер-класс включает в себя упражнения на растяжку.

— Занятия ведёт двукратная чемпионка России, чемпионка мира и Европы по акробатическому рок-н-роллу Елена Танакбаева, — рассказали в пресс-службе парка.

На программу «Фитнес в парке» ждут всех желаю-

щих независимо от возраста и уровня физической подготовки. С собой возьмите коврик, а также при наличии — блоки и верёвки для йоги. Участие бесплатное, по записи через WhatsApp по номеру **8-917-571-7777**.

Ксения ФИРЦОВА

Выставочный павильон «Арт-парк»: Московский просп., стр. 26



Двухчасовые занятия по фитнесу в сочетании с латиноамериканскими танцами помогут избавиться от лишних килограммов

Артур Новосильцев

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая поддержка граждан
г. Москвы

КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

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

ИНН 7743236457

реклама 3580

Смотрите
подробности
на сайте

NEWSVOSTOK.RU

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ
НОМЕР ГАЗЕТЫ?

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

Префектура ВАО проводит конкурс
«На Востоке столицы-2019»

Принять участие в нём приглашают всех жителей Восточного округа.

Чтобы поучаствовать в конкурсе, нужно **до 30 ноября** разместить в своём инстаграм-аккаунте фото, сделанное на одну из предложенных тем — зелёные зоны округа, архитектура Востока, спортивный ВАО, мой двор, мой район, — и подписать его: «Префектура ВАО», вписав хэштег конкурса #НаВостокестолицы2019 и хэштег темы фото.

Самые интересные фотографии будут отбирать в конце каждой недели. А 3 декабря будут определены четыре победителя в каждой тематике, которые получат специальные призы.

15 участников, которые наберут наибольшее количество лайков, отправятся вместе с организаторами конкурса на экскурсию на Лосиную биостанцию в НП «Лосиный Остров».



Подробнее в «Инстаграме» префектуры ВАО
<https://www.instagram.com/vaonews>



Следите за новостями округа в социальных сетях «Фейсбук»
<https://www.facebook.com/vaonews>



«ВКонтакте»
<https://vk.com/vaonews>

реклама

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Абсолютно быстро аренда. Бонус деньгами собственнику! Т. 8 (499) 404-0894
- Абсолютно **быстро** сдам/продам. Т. 8-915-459-6950
- Аренда жилья. Т. 8-905-500-4015
- Арендую жильё. Т. 8-964-635-0700
- Сдаётся комната. Т. 8-926-676-1446
- **Сниму** жильё!
- Отремонтим!** Т. 8 (499) 677-4939
- **Сниму** жильё. Т. 8-926-606-8696

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Акция. Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров, электрогазовых. Скидка 25%. Выезд бесплатный. Т. 8 (495) 720-9672

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

- Ремонт мебели. Т. 8-925-504-5471
- **Ремонт** стиральных и холодильников. Выезд — Бесплатно! Скидки! Т. 8 (495) 991-3290
- Ремонт холодильников. Т. 8-916-564-7553
- Ремонт швейных машин. Т. 8-925-642-5807

ВАННЫ ВОССТАНОВЛЕНИЕ АКРИЛОМ
8(499)409-54-34
8(926)006-53-54

КОМИССИОНКА

- **Антиквариат, янтарь куплю дорого, статуэтки, подстаканники, портсигары, значки, самовары, иконы.** Т. 8 (495) 643-7212
- **Антиквариат, книги и полки.** Т. 8 (495) 585-4056
- **Значки. Автомобильки.** Т. 8 (495) 508-5359

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

- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-1952
- Купим: Будды, янтарные бусы до 250 000 руб. Т. 8-925-403-6883

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

- Куплю б/у радиодетали. Т. 8-903-125-4010
- **Купим книги.** Т. 8 (495) 721-4146
- Куплю советские и старинные часы, антиквариат. Т. 8-901-527-3828

Магазин «Из чулана»
СКУПКА, ПРОДАЖА предметов быта, интерьера и техники СССР и Европы
Выезд на дом. Выгодные цены. **РАСЧЕТ на месте**
Адрес: ул. 5-я Парковая, д. 42.
8-985-008-08-50

- Часы, янтарь, иконы, значки, монеты, бинокли. Т. 8-965-397-3137
- Часы (любое состояние), значки. Т. 8 (495) 723-1905

АВТОМОБИЛИ

- Автовывкуп. Честно. Т. 8 (495) 227-5655

ЗНАКОМСТВО

- Сваха. Т. 8-951-861-3438

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- А/Автогрузоперевозки, квартирные переезды. Т. 8 (495) 642-3829, Анатолий Дмитриевич
- Автогрузоперевозки. Разборка/сборка мебели. Т.: 8-926-431-3535, 8 (495) 642-5475
- А/ «Газель» на дачу. Т. 8 (499) 394-3060
- **А/Грузоперевозки. Недорого.** Т. 8 (495) 728-6981
- «Газель». Т. 8-925-590-9106
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-7852
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 589-0078
- Переезды. Т. 8 (495) 517-4472

РАЗНОЕ

- Уничтожение насекомых. Т. 8 (495) 978-6006
- Уничтожение насекомых. Т. 8 (495) 978-6565

УНИЧТОЖИМ НАСЕКОМЫХ (клопов, тараканов и др.)
100% гарантия!
8-915-297-90-05

К ТОРЖЕСТВУ

- Принимаю заказы на поздравления в стихах. Оформляю адреса, свитки. Т. 8-911-944-1555

РАБОТА

- В офис. Т. 8-903-231-8161
- Грузчики, 125-175 р/ч ежедневные выплаты. Т. 8-906-064-6525
- **Грузчики, упаковщики.** Т. 8 (499) 649-3482
- Молодым пенсионерам. Т. 8-985-743-5225
- Настойчивым. Т. 8-915-429-2671
- Пенсионерам. Т. 8-903-135-3607
- Подработка активным. Т. 8-926-784-2534
- Работа. Т. 8-915-047-7969
- Хочешь зарабатывать, звони! Т. 8-905-126-1966

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

- Адвокаты. Т. 8-962-963-2057
- Консультация юриста. Пенсионерам скидка!! Т. 8-995-502-5555

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Обои. Т. 8-963-976-1185
- Ремонт квартир — от мелкого до косметического. Т. 8-929-927-8631

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

- Ремонт квартир. Т. 8-916-538-7058
- Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971

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

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

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

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

НИЗКИЕ ОПТОВЫЕ ЦЕНЫ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ АРКИ, ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ, др. ШКАФЫ-КУПЕ
Щёлковское ш., 100 ТЦ «Мир мебели» 1-эт.
8(495) 151-22-27
БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР+ДОСТАВКА

ЗАМКИ ВСКРЫТИЕ, ЗАМЕНА
8(495)995-50-59
Обивка дверей

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИИ
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ АКЦИЯ! Только до 30 ноября!
от 3500 Р. **СКИДКИ** 24ч
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА РЕШЁТКИ-КОЗЫРЬКИ
ЗАМЕР, ДОСТАВКА, УСТАНОВКА-БЕСПЛАТНО
(495) 532-58-27
(495) 532-82-66 10 лет

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»
ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ
САЙДИНГ ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ, КРЫШИ, ВЫНОС, ЖАЛЮЗИ
ВНИМАНИЕ! Акция! Только до 30 ноября! москитная сетка **В ПОДАРОК!** Подробности по тел.
Без вых, гарантия, договор
8 (495) 532-71-98

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

Прём строчных объявлений в газету «ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ»
по тел. **8 (499) 206-8382**
shop@zbulvar.ru

ДТП

На улице Константина Федина пострадал школьник

7 ноября в шестом часу вечера тринадцатилетний школьник попытался перейти улицу Константина Федина напротив дома 11, стр. 4, всего в сотне метров от ближайшего перехода. На подростка наехала «Шкода Октавия», которая двигалась со стороны 11-й Парковой в направлении 9-й Парковой. Школьника доставили в детскую поликлинику с ушибами.

Попала под «Ауди» на Уссурийской

9 ноября в шестом часу вечера женщина решила перейти Уссурийскую улицу у пересечения с Камчатской, но пошла через дорогу не по «зебре», а буквально в двух метрах от неё. Женщину сбил автомобиль «Ауди А3», ехавший со стороны Уральской в

направлении Хабаровской. В итоге скорая увезла пострадавшую в 36-ю больницу с сотрясением мозга и ушибами грудной клетки и колена.

На МКАД столкнулись три автомобиля

9 ноября около шести часов вечера 35-летняя женщина, управляя «Тойотой RAV4», двигалась по внешней стороне МКАД со стороны Носовихинского шоссе в направлении шоссе Энтузиастов. На 1-м километре Кольцевой, перестраиваясь вправо, она не пропустила попутный «Ниссан Кашкай». Произошло столкновение, после которого «Тойота», потеряв управление, ударила ещё одну попутную машину — «Мини Купер», — ехавшую слева. Пострадала в этой аварии 25-летняя водительница «Мини Купера». С травмой живота её доставили в 15-ю горбольницу.

ОГИБДД УВД по ВАО

Деревья в «Сокольниках» дают советы

Оригинальную акцию начали в парке культуры и отдыха «Сокольники». Теперь все желающие, пришедшие сюда, смогут задать вопрос восьми самым известным деревьям, растущим на территории «Сокольников», и получить ответ. Правда, спрашивать надо не устно, а по электронной почте; на вашу почту придёт ответ дерева.

— Так, канадский дуб Дубрыня Никитич на Майском просеке символизирует здоровье: дерево имеет крепкие сучья, листья, — рассказали в пресс-службе парка, — и ему можно задать вопрос о здоровье. Златокаштан, растущий между КВЦ «Сокольники» и Митьковским проездом, готов поделиться секретами богатства и процветания. Ива Ивана на берегу пруда рядом с Майским просеком — «психолог», она сможет дать ответ в непростой жизненной ситуации.



Самые известные деревья в этом столичном парке выступают в необычной роли «собеседников»

Возле каждого дерева установлена табличка с указанием электронной почты, куда можно отправить письмо. Разумеется, ответит на него

квалифицированный в той или иной области (спорт, красота, здоровье и т.д.) специалист парка. Алексей ТУМАНОВ

Подробности, адреса и карта с точным месторасположением деревьев на сайте «Сокольников» park.sokolniki.com

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

Смотрите подробности на сайте
NEWSVOSTOK.RU

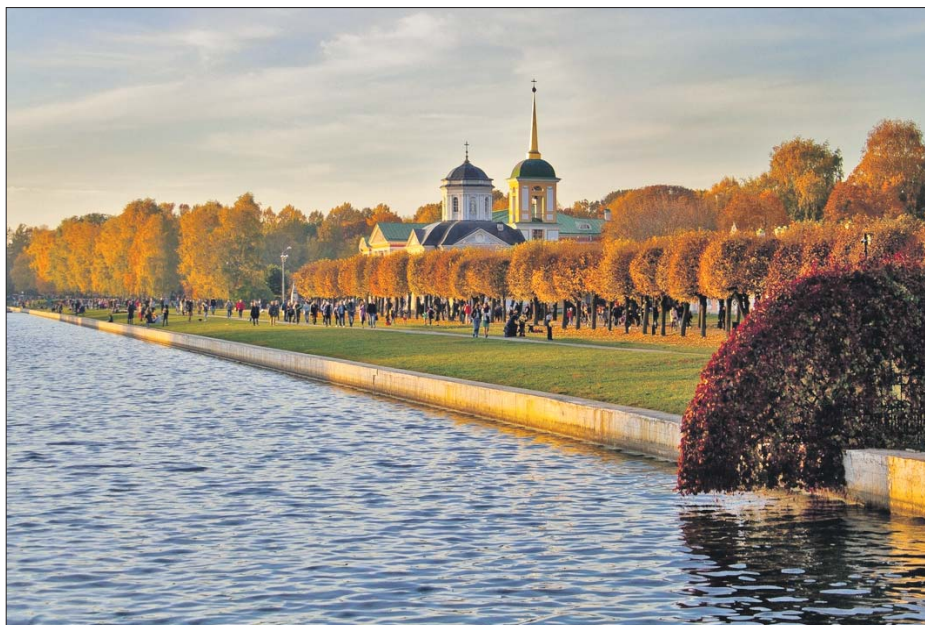
Я ЛЮБЛЮ ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ



Прогулки в Кускове напоминают уроки эстетики

С помощью этого снимка, присланного на конкурс нашей читательницей Аллой Кобриной, мы вновь возвращаемся в шереметевскую усадьбу Кусково, о которой рассказывать можно бесконечно долго. Правда, в сопроводительном письме в редакцию Алла посетовала, что сейчас в усадьбе ведутся реставрационные работы, поэтому пока любоваться красотами приходится, рассматривая свои же снимки, сделанные в прежние годы.

Справедливости ради надо сказать, что содержать в порядке такое хозяйство (более 20 уникальных памятников архитектуры, французский регулярный парк с мраморной скульптурой, пруды с гидрологическими сооружениями) — удовольствие дорогое. И тем не менее государство в лице дирекции музея не хуже графов Шереметевых справляется с многотрудным делом ухода и пристраж.



Алла Кобрина

Вот даже эта живая изгородь из красных кустов так искусно подстрижена, что как будто перетекает прямо на водную гладь пруда.

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 фото-конкурс».

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 фотографии — их можно поддерживать лайками.

Ваш «ВО»

В старице Яузы резвилась ондатра

Москвичке Юлии Гагинской во время прогулки по Лосиному Острову удалось запечатлеть ондатру. Юлия увлекается фотографией и часто снимает птиц и животных в парках Москвы. В этот раз она гуляла на окраине заповедника со стороны улицы Богатырский Мост в районе Богородское и остановилась на мостике через речушку, чтобы покармливать птиц и сделать несколько кадров.

«Вдруг прямо под мостик приплыла ондатра. Она выныривала то



Юлия Гагинская

Ондатра прекрасно плавает и ныряет, может находиться под водой до 20 минут

с одной стороны моста, с другой, замирала на мгновение, а затем резко погружалась под воду. Словом, устроила целое представление. За что и

получила от меня в награду кусочек яблока», — написала в редакцию «ВО» Юлия.

Специалисты Мосприроды отмечают, что он-

датры обитают практически во всех природных парках округа. Однако встретить зверька вблизи и снять его крупным планом довольно сложно: ондатры встреч с человеком стараются избегать.

Медлительная на земле, ондатра прекрасно плавает и ныряет, может находиться под водой до 20 минут. Зрение и обоняние развиты у неё слабо, в основном полагаются на слух. Питается по большей части растительной пищей.

Елена НЕЧАЕВА



ЦЕРКОВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

Рубрику ведёт
Валерий КОНОВАЛОВ

Почему Рождественский пост называют Филипповым

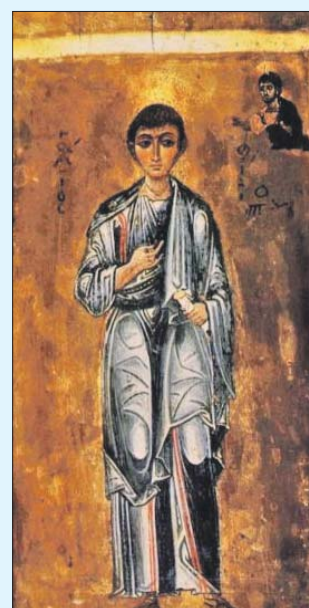
В самом конце ноября у православных особые дни — начало Рождественского поста. Это именно дни, а не один день. Хотя есть, конечно, конкретная дата, с которой начинается пост, — **28 ноября**, но фактически перестраивать свою жизнь на постный лад верующие начинают раньше. Уже **26 ноября** в календаре значится «заговенье на Рождественский пост». Вообще-то заговенье, то есть подготовка к посту, бывает накануне первого постного дня. Но в этом году **27 ноября** выпадает на среду, которая сама по себе постный день (верующие постятся по средам и пятницам), поэтому и заговенье в этот раз будет на день раньше обычного.

Кроме того, **27 ноября** — день памяти апостола Филиппа. Именно поэтому Рождественский пост называют ещё Филипповым. Впрочем, такое объяснение, по мнению протоиерея Андрея Кураева, выглядит слишком примитивным:

— Какая разница, когда он начинается? В церковной традиции пост — это дорога. И дорога получает название по тому, куда она ведёт. Иначе бы все столичные проспекты и шоссе назывались «московские»: в Москве же начинают. И вдруг довольно

странное название — Филиппов.

Искать ответ отец Андрей предлагает в личности апостола Филиппа. Этот апостол не раз появляется на страницах Нового Завета, и всякий раз его участие в евангельских событи-



wikimedia.org

Апостол Филипп. Византийская икона X века, находится в монастыре Святой Екатерины на Синае

ях очень содержательно. Да и кончина апостола, о которой рассказывает в его житии, многое может открыть для нас в размышлениях о сути поста. Речь идёт о прощении обидчиков и врагов, о том, как встречать самые тяжёлые испытания. Так что знакомство с апостолом Филиппом — хорошее начало Рождественского поста.

АНЕКДОТЫ



● Относись к другим людям так, как хочешь, чтобы они относились к тебе. Подари мужу цветы.

● Полезные советы Если отбеливание зубов не приносит желаемого результата, завязывайте с походами к стоматологу, начинайте ходить в солярий.

● А ведь когда-то, когда не было соцсетей, только в семье знали, что ты дурачок...

● Если вы искренне считаете женщин слабым полом, попробуйте ночью перетянуть одеяло на себя!

● То, насколько ничтожны твои знания и опыт, понимаешь особенно ясно,

когда семилетний ребёнок спрашивает тебя: «Почему шуршит кулёк?»

● У склероза есть одно неоспоримое достоинство: появляется возможность неоднократного знакомства с интересными людьми.

● Я никогда мужу не возмражаю. Всё равно будет так, как я молчу.

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№45 (326) НОЯБРЬ 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 №3496. Подписано в печать 13.11.2019 г. Выход в свет 15.11.2019 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+