

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 28 (359)

ИЮЛЬ
2020

WWW.NEWSVOSTOK.RU

POCHTA@NEWSVOSTOK.RU

VK.COM/VAOMOSKVA

TWITTER.COM/VAOMOSKVA

У монумента первому спутнику Земли в Северном Измайлове установили стенды, посвящённые освоению космоса

стр. 3



Песни Сиреневого бульвара

Житель Измайлова записал альбом о своём районе

стр. 2



Ярослав Чингаев

Сергей Собянин:
«Разговоры
о второй
волне
коронавируса
не имеют
оснований»
стр. 5



Как правильно
хранить
и готовить
грибы
стр. 10

Веломаршруты
по живопис-
ным местам
округа
стр. 14

Житель Измайлова выпустил альбом «Песни Сиреневого бульвара»

▶ Поэт, композитор и бард Дмитрий Рябов родился и живёт в районе Измайлово. В июне этого года ему исполнилось 50 лет. Дмитрий — автор многих песен, посвящённых столице, её жителям. В их числе — песня «Район Измайлово».

— Что именно вдохновило на создание песни? Сложный вопрос — наверное, хорошие воспоминания, — размышляет Дмитрий Рябов. — Я тогда готовил материал для записи альбома, и мне пришла в голову идея написать песню про родной район, про друзей, про первую любовь, про одноклассников, про наши места, где мы любили собираться вместе и петь под гитару или просто проводить время. В общем, за один вечер я сочинил текст, а музыку к нему написал Михаил Клягин.

Бульвар Сиреневый, район Измайлово, Так много времени здесь коротал! Аккорды вечером, гитара старая, Я «Восьмиклассницу» тебе играл.

— Все остальные композиции, кроме этой, в альбоме «Песни Сиреневого бульвара» написаны полностью мною, — уточняет композитор.

Два года назад он организовал музыкальную группу «Дмитрий Рябов & Компания». Творческий коллектив выступает с концертами в клубах Москвы с авторскими песнями, выезжает на гастроли. Примерно раз в три-четыре месяца появляется новая песня.

«Песню про родной район я написал за один вечер»

На глазах Дмитрия Рябова район приобрёл новый облик.

— Район сильно изменился, — говорит поэт. — Построено много новых домов. Облагорожены дворовые территории, и это нравится, конечно. Сиреневый бульвар изменился не столь кардинально, даже можно сказать, что дух бульвара не изменился. Так же цветёт сирень. Дорожки, скамеечки — кажется, всё осталось с тех времён, но всё-таки уже немного другое.

Галина ПОГОДИНА



Группа «Дмитрий Рябов & Компания» выступает с концертами в клубах Москвы, выезжает на гастроли

Из личного архива Дмитрия Рябова

Восемь поликлиник округа получили современные электрокардиографы



С помощью новых аппаратов врачи смогут обследовать ещё больше пациентов в поликлиниках и на дому

Ярослав Чингаев

Портативные аппараты Schiller Cardiovit AT-1 и General Electric MAC-600 оснащены дополнительными принадлежностями и удобными сумками для транспортировки. Также поликлиники получили 16 коробок дезинфицирующих средств для нужд медицинского персонала.

— Шесть взрослых поликлиник и две детские получили высокоточное оборудование, закупленное на пожерт-

вования. Оно будет на протяжении как минимум нескольких лет службы помогать диагностировать заболевания на ранних стадиях, — сказала исполнительный секретарь окружного отделения партии «Единая Россия» Елена Хаустова, передавая детский городской поликлинике №52 в районе Соколиная Гора.

— С помощью нового электрокардиографа мы

сможем обследовать ещё больше детей как в поликлинике, так и на дому, — сказала главный врач детской поликлиники №52 Гузель Рахметуллова, поблагодарившая дарителей от лица персонала поликлиники.

Портативные электрокардиографы получили ещё семь медучреждений Восточного округа: КДЦ №2, ГП №66, ГП №191, ГП №64, ГП №69, ДГП №7, ГП №175.

Оксана МАСТЮГИНА

Новая зона отдыха появилась в Преображенском

На берегу Черкизовского пруда завершилось благоустройство участка, где раньше располагался кинотеатр «Севастополь». Об этом рассказали в пресс-службе городского Департамента капитального ремонта.

Как напомнили в ведомстве, в прошлом году территорию около пруда привели в порядок, проложили новые дорожки,

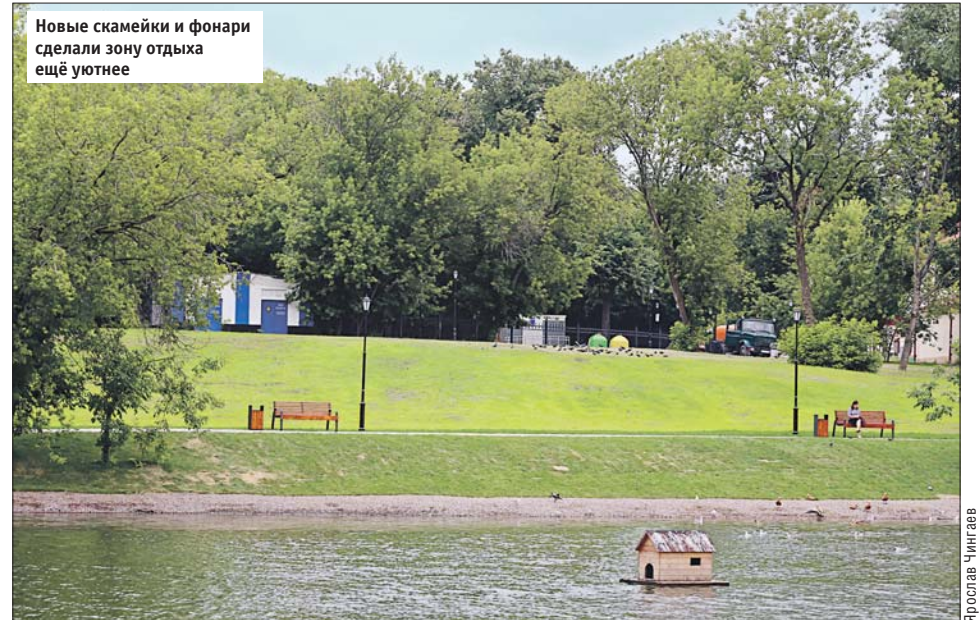
поставили фонари и лавочки, обустроили газоны. Однако за Ильинской церковью оставался участок земли, где находился давно закрытый старый кинотеатр. Этой зимой строители его демонтировали, а летом завершили благоустройство участка.

— Основную часть территории — более 6 тысяч квадратных метров — за-

нимает газон, — пояснили в департаменте.

Здесь также проложили дорожки, которые соединили территорию с набережной Шитова и Детским Черкизовским парком. Строители установили новые скамейки и фонари. Теперь место, где раньше стояло старое здание, стало частью единой зоны отдыха вокруг пруда.

Олег ДАНИЛОВ



Новые скамейки и фонари сделали зону отдыха ещё уютнее

Ярослав Чингаев

У монумента «Запуск первого спутника Земли» в Северном Измайлове установили стенды, посвящённые освоению космоса

В районе Северное Измайлово по поручению мэра Москвы Сергея Собянина памятный комплекс, посвящённый запуску первого искусственного спутника Земли, дополнили шестью информационно-историческими стендами. С такой просьбой к мэру обратился Юрий Шаров, житель дома, расположенного рядом с памятником.

В префектуре уточнили, что стенды выполнены из закалённого стекла и защищены антивандальным покрытием. На них размещены материалы, рассказывающие об истории космических исследований в СССР и России.

Расположен монумент на пересечении 9-й Парковой улицы и Сиреневого бульвара. Он был изготовлен



Информационные стенды рассказывают о достижениях отечественной космонавтики

Стенды защищены антивандальным покрытием

в нашем округе на заводе «Салют» и установлен в 1977 году в честь 20-летнего юбилея запуска первого

космического летательного аппарата.

Мария КАЛУГИНА



Памятник установлен в честь 20-летия запуска первого искусственного спутника Земли

Пресс-служба префектуры ВАО

ПОЖАРЫ

В Преображенском горели гаражи

Вечером 7 июля по адресу: Открытое ш., вл. 6, произошёл пожар в металлических одноэтажных гаражных боксах на общей площади 80 кв. метров. Горели личные вещи и легковой автомобиль одного из владельцев. В соседних гаражах находились автомобили и газовые баллоны, которые могли взорваться. Несмотря на это, пожарные быстро справились с возгоранием. Погибших и пострадавших нет.

В Сокольниках вспыхнули вещи на балконе

11 июля днём в Колодезном переулке загорелись личные вещи на балконе пятикомнатной квартиры, находящейся на верхнем этаже кирпичного пятиэтажного дома старой постройки. Пожарные эвакуировали троих человек и справились с огнём за восемь минут. Погибших и пострадавших нет.

Наталья АНОХИНА

Школьница из Перова выиграла онлайн-турнир по аэробике

Золотую медаль на первых городских онлайн-соревнованиях по спортивной аэробике среди школьников «Энергия движения» завоевала жительница Мастерской улицы ученица школы №2126 Екатерина Филонова.

Всего в соревнованиях приняли участие около 450 детей в возрасте от 8 до 14 лет. Они выполняли упражнения дома, жюри смотрело выступления онлайн и выставляло баллы.

Кате 13 лет, она перешла в 7-й класс, выступает по первому взрослому разряду. Аэробикой в 1-м классе занялась случайно.

— У нас в школе секция была, вот мама и сказала: чем просто так на продлёнку мотаться, иди занимайся спортом, — рассказывает Катя. — Сегодня у меня в командном зачёте по Москве уже есть



Екатерина тренируется шесть раз в неделю, при этом круглая отличница

Ярослав Чингаев

три первых места, и вот победа в индивидуальном!

Екатерина тренируется шесть раз в неделю, при этом круглая отличница. Очень нравятся английский язык и точные науки. А вот кем будет в дальнейшем, пока не решила. В свободное время любит вышивать крестиком и читает фантастику.

Алексей ТУМАНОВ

В Южном Измайлове освятили новый храм

Руководитель Восточного викариатства епископ Орехово-Зуевский Пантелеимон 16 июля освятил храм в честь Николая Чудотворца на шоссе Энтузиастов. Дата выбрана не случайно: один из приделов нового храма посвящён семье российского императора Николая II, расстрелянной в Екатеринбурге в ночь с 16 на 17 июля 1918 года и канонизированной в 2000 году.

— Строительство деревянного храма на 250 прихожан началось два года назад и полностью

завершилось к нынешней Пасхе, но из-за коронавируса освящение пришлось перенести на лето, — рассказала секретарь храма Марина Сметанина. — Местные жители очень ждали этого дня, потому что в Южном Измайлове других храмов пока нет.

После совершения торжественного чина владыка Пантелеимон отслужил Божественную литургию. А затем для всех прихожан устроили чаепитие на свежем воздухе.

Мария КАЛУГИНА



Храм в честь Николая Чудотворца на шоссе Энтузиастов освятил епископ Орехово-Зуевский Пантелеимон

Денис Афанасьев

Ася вернулась на Федеративный



Птичку удалось приманить лакомством и пением волнистых попугайчиков в телефоне

Из личного архива Виктории Капковой

В Ивановском произошла история, схожая по сюжету с известным мультфильмом. В семье Виктории Капковой живут два волнистых попугайчика — Ася и Тоша. Тоша — старожил, а Ася появилась в доме недавно. И вот случилось несчастье: Ася улетела.

— Мы расклеивали объявления, писали в соцсетях, ходили на поиски. И в один из дней нам повезло: на Федеративном проспекте мы услышали в кустах знакомый щебет, — рассказывает Виктория.

Птичку удалось приманить на лакомство и пение волнистых

попугайчиков на телефоне. После пережитого стресса Ася сначала отказывалась от еды, но сейчас она в полном порядке.

А ещё практически там же, где обнаружили Асю, нашёл неразлучник, который улетел от хозяев днём позже. Чем-то эта местность оказалась привлекательной для тропических птиц. Некоторые жители шутят, что глобальное потепление ведёт к возникновению популяции попугаев на Федеративном проспекте.

Галина ПОГОДИНА

Дорога к метро стала короче

На Северо-Востоке столицы построили уникальный подземный переход



Под путями Октябрьской железной дороги построили пешеходный переход. В его открытии принял участие мэр Москвы Сергей Собянин.

Переход сделали по просьбам жителей

Столичный градоначальник напомнил, что завершения строительства этого перехода ждали жители сразу двух районов: Марфина и Бутырского. Он отметил, что в столице ежегодно строится около сотни пешеходных переходов, в том числе через оживлённые трассы и МКАД, железнодорожные пути и хорды.

— Мы специально создали программу, для того чтобы связать такие вещи: где-то переход через дорожную магистраль, где-то через железную дорогу, где-то подземные, надземный переход, и город становится как-то ближе, — сказал Собянин, обращаясь к местным жителям, которые пришли на открытие перехода.

Тем более что именно этот переход под железной дорогой очень просили построить сами жители. Раньше им приходилось идти до перехода около поворота на улицу Комарова и, миновав железную дорогу, возвращаться к метро «Фонвизинская». А многие и вовсе перебежали через рельсы где придётся. Теперь необходимости рисковать жизнью нет. По оценкам специалистов, добраться до метро можно будет в четыре раза быстрее, чем раньше:



Мэр Москвы Сергей Собянин принял участие в открытии пешеходного перехода

Агентство «Москва»

ше: вместо 20-25 минут дорога к метро занимает теперь всего 6 минут.

Было трудно, но строители справились

Мэр Москвы не только назвал этот объект важным, но и напомнил, что, с точки зрения инженера, строить переход было очень сложно.

— Строители вынесли огромное количество инженерных коммуникаций, было очень

сложно проходить под действующей железной дорогой, тем не менее строители справились, спасибо им, — сказал Сергей Собянин.

Работы на пересечении проектируемого проезда №2076 с

улицей Кашёнкин Луг начали в декабре 2018 года.

Общая длина сооружения составляет 192, а ширина — 6 метров. Для удобства в переходе установлены два лифта. Около спусков в переход начнётся

масштабное благоустройство. В ближайшее время здесь уложат 700 кв. метров тротуарной плитки, а также обустроят газоны площадью около половины гектара.

Мост строят на перспективу

С начала года в Москве построено почти 44 км дорог и более 20 пешеходных мостов и переходов. Проектирование таких сооружений продолжается.

К примеру, в Восточном округе уже согласован проект возведения надземного пешеходного моста через Открытое шоссе в районе промзоны «Калошино».

По мнению специалистов, появление этого перехода поможет прежде всего обезопасить пешеходов и при этом разгрузит дорожное движение на этом участке.

Решено, что стены перехода изготовят из прозрачных пластиковых панелей. Общая площадь сооружения составит около 600 кв. метров. У пешеходного моста будет три входа башенного типа. Один выведет пешеходов на нечётную сторону Открытого шоссе, а два — на чётную. Переход появится около дома 15, стр. 1, на Открытом шоссе.

Сейчас на этом месте есть наземный переход через проезжую часть, однако в будущем, когда промзону «Калошино» застроят жилыми кварталами, плотность потока автомобилей здесь возрастет, и людям понадобится новый безопасный переход.

Олег ДАНИЛОВ

В ВАО согласован проект надземного пешеходного моста через Открытое шоссе

В столице сокращается число пожаров

В Москве в последние годы сокращается количество пожаров. Их число с 2015 по 2019 год сократилось на 33,7%. Об этом сообщил заместитель начальника ГУ МЧС России по г. Москве Максим Комаров на пресс-конференции в информационном центре Правительства Москвы, посвящённой Дню создания государственного пожарного надзора МЧС России.

— С начала текущего года в столице произошло 4 тысячи пожаров, при которых были спасены 535 человек и эвакуированы более 8 тысяч человек, — прокомментировал Комаров. — Лето в этом году жаркое, и складывается неблагоприятная обстановка

с возгоранием сухой травы и с пожарами в лесных массивах. Но всё же наибольшее количество пожаров мы отмечаем в жилом секторе. Главной причиной возгораний является именно человеческий фактор — неосторожное обращение с огнём, — 54,4%.

Также много случаев происходит из-за невнимательности родителей к играм своих детей.

С начала года в рамках профилактической работы сотрудниками городского Госпожнадзора было проверено 2130 объектов, по их результатам выявлено более 12,3 тысячи нарушений требований пожарной безопасности.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Три станции БКЛ построят до конца года

Строительство трёх станций Большой кольцевой линии — «Электровозовской», «Улицы Народного Ополчения» и «Карамышевской» планируется завершить до конца этого года.

Об этом на пресс-конференции в информационном центре Правительства Москвы сообщил руководитель Департамента строительства Рафик Загрутдинов. Встреча с журналистами была посвящена итогам адресной

инвестиционной политики за 1-е полугодие 2020 года и планам на 2-е полугодие.

Напомним, что с начала года ввели в эксплуатацию шесть станций БКЛ: «Юго-Восточную», «Окскую», «Стахановскую», «Нижегородскую», «Авиамоторную» и «Лефортово».

На пресс-конференции также обсуждалась городская программа реновации. Загрутдинов отметил, что в этом году ввели в эксплуата-

цию 6 домов, 170 зданий строят, а проектируют ещё 90.

— До конца года планируется передать под заселение ещё 29 жилых домов почти на 6 тысяч квартир, — отметил глава ведомства.

Загрутдинов также рассказал, что в 2020 году отремонтируют и построят почти 63 километра городских дорог и 19 пешеходных переходов.

Виктор ГРОМОВ

«Для разговоров о второй волне оснований нет»

Сергей Собянин рассказал о ситуации с коронавирусом в столице



Количество новых случаев заболевания COVID-19 в столице за последний месяц снизилось на 31%. Об этом сообщили в оперативном штабе по контролю и мониторингу ситуации с коронавирусом в Москве.

Коронавирус отступает

— Вообще, само количество людей, у которых выявляется коронавирус за последний период, с пика заболеваемости уменьшилось в 10 раз и каждую неделю продолжает снижаться на 10, 15, на 20%, — сказал Сергей Собянин в интервью телеканалу «Россия 24».



Мэр добавил, что снижается также число тяжёлых больных.

По словам столичного мэра, нет оснований для разговоров о наступлении в городе второй волны заболеваемости.

— Всё-таки в Москве, я считаю, выработался коллективный иммунитет у населения, который позволяет с уверенностью дальше выходить из ограничений, — добавил мэр Москвы.

Продолжают возвращаться к прежней работе столичные больницы. В последние дни

плановый приём возобновили ещё шесть московских клиник.

— Первых пациентов в плановом порядке приняли больницы №17, 51, 29 имени Баумана, имени Спасокукоцкого, №1 имени Пирогова, а также туберкулёзная больница имени Рабухина, — рассказала заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова. — Таким образом, 16 городских стационаров возобновили оказание плановой медицинской помощи.

Бесплатное тестирование могут пройти все желающие

Пройти бесплатное тестирование на наличие антител к COVID-19 могут все желающие. Сделать это можно в 30 городских поликлиниках.

Очередной этап тестирования проходил с 19 июня по 2 июля. В исследовании приняли участие 98 тысяч человек. Выяснилось, что уже у 21,7% москвичей формируется иммунитет к коронавирусной инфекции.

— При этом темп иммунизации постепенно снижается, за последние две недели — с 2,5 до 1,8%, — отметила Анастасия Ракова и добавила, что это вполне закономерно, поскольку заболеваемость среди москвичей также снижается.

А для работодателей предусмотрена возможность принять участие в проекте по тестированию сотрудников на антитела к COVID-19. Работодатель берёт на себя расходы по организации забора крови, а исследование проводится бесплатно за счёт бюджета города.

По словам Анастасии Раковой, более чем с 600 организациями заключён договор, а



Пройти тестирование на наличие антител к COVID-19 можно в 30 городских поликлиниках

цинская бригада может приехать на территорию организации в удобное время и взять анализы на месте.

Занятия проекта «Московское долголетие» начнутся в августе

Все эти положительные улучшения позволили Москве перейти к следующему этапу снятия ограничений. Теперь не обязательно носить маски на улицах, но в общественных местах маски и перчатки необходимы.

Студенты вновь смогут посещать вузы, а абитуриенты и выпускники — сдавать экзамены в очной форме. Возобновили работу секции и кружки, культурные центры и досуговые организации, заработали детские развлекательные центры, летние лагеря.

А с 1 августа смогут открыться кинотеатры, театры и концертные залы, в которых не более 3 тысяч мест. В это же время начнутся занятия программы «Московское долголетие», но только на свежем воздухе.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

16 городских стационаров возобновили оказание плановой медицинской помощи

свыше 150 уже протестировали сервис.

Чтобы пройти тестирование, работникам не обязательно посещать поликлинику. Меди-

Более 1,8 миллиона москвичей получили продукты и лекарства

Во время пандемии в новых для себя условиях работали не только врачи, но и сотрудники социальной сферы, а также педагоги.

За время самоизоляции около 10 тысяч социальных помощников и 1,5 тысячи волонтеров доставляли тем, кто не выходит из дома, продукты и лекарства. Все заявки, поступившие на горячую линию от людей из группы риска, были выполнены.

— В период пандемии социальные работники объединили усилия с волонтерами, — сказала Анастасия Ракова. — Они смогли обеспечить всем необ-

ходимым более 1,8 миллиона москвичей, находящихся в самоизоляции.

Достоинство проявили себя и московские педагоги: за неделю им удалось перестроить работу всей системы образования.

Ещё до пандемии школы активно пользовались цифровыми технологиями. Например, в проекте «Московская электронная школа» было зарегистрировано 2,5 млн пользователей. А во время самоизоляции число обращений к платформе выросло в два с половиной раза и составило 4,5 млн в сутки.

Москвичи теперь смогут сдавать ПЦР-тест на коронавирус бесплатно

С 16 июля москвичи могут бесплатно проходить ПЦР-исследование на коронавирус. Об этом сообщила заместитель мэра столицы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

По её словам, в среднем в городе возможно проводить до 50 тысяч ПЦР-исследований в сутки, а всего за время пандемии сделали около 4,3 млн тестов.

— Сейчас, когда количество заболевших резко снижается, у нас появились сво-

бодные мощности и мы имеем возможность их перераспределить на другие направления. Мэром Москвы Сергеем Собяниным было принято решение о том, что все желающие пройти ПЦР-исследование на коронавирусную инфекцию теперь могут сделать это свободно и бесплатно, — сказала заместитель мэра.

Анастасия Ракова отметила, что для этого есть все необходимые мощности. Точки для сдачи анализа откроют в 207 поликлиниках.

Записаться на исследование можно будет только в электронном виде.

— Расписание мы сформируем на две недели. Свободные слоты всегда имеются, люди могут ими воспользоваться, — сказала она.

По словам Анастасии Раковой, в последние две недели все показатели заболеваемости в Москве устойчиво снижаются, а число госпитализируемых практически сократилось на 30%.

Сергей ТРОФИМОВ

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

■ Заходите, подписывайтесь, комментируйте и ставьте «лайки»

■ Самые активные участники станут героями наших публикаций



«VK» — www.vk.com/vaomoskva

«Фейсбук» — www.facebook.com/vostokrug

«Твиттер» — www.twitter.com/vaomoskva

«Инстаграм» — www.instagram.com/newsvostok

Ищите «ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ» в социальных сетях!



Один из главных вопросов, которыми задаётся будущий владелец четвероногого питомца, касается прогулок с ним. Где можно и где нельзя гулять, всегда и везде обязательны поводок и намордник или нет? На эти вопросы нашему корреспонденту ответила кинолог-спасатель общественного поисково-спасательного отряда «Спас-Резерв» Марина Лапатик.

Могут бегать свободно

Сейчас в ВАО действует около 60 площадок для выгула и дрессировки собак. Они находятся в парках, скверах и на междворовых территориях.

Как правило, площадки для выгула посыпаны песком. Они огорожены металлической сеткой высотой не менее полутора метров, оснащены специальными снарядами для дрессировки собак. Чаще всего это барьеры, вышки, кинологические бумки.

— Прийти на такую площадку можно с собакой любой породы, — говорит Марина Лапатик. — Собаки там могут бегать свободно, без поводков, однако следует помнить, что не все из них могут находиться на выгуле без намордников.

В прошлом году Правительство РФ утвердило список потенциально опасных пород собак, которые в любом месте города, в том числе и на площадках для выгула, должны находиться только в намордниках. Таких пород двенадцать. Это акбаш, амери-

В парке, в сквере, на площадке

Кинолог из ВАО рассказала, как правильно выгуливать собак



Прогулки с собаками в парках и в скверах не запрещены

Пресс-служба префектуры ВАО

канский бандог, амбулдог, бразильский бульдог, булли Кутта, бульдог алапахский чистокровный (отто), бэндог, волко-собачьи гибриды, волкособ (гибрид волка), гильдог, питбульмастиф, северокавказская собака и метисы указанных собак. Собаки всех остальных пород могут гулять без намордников.

Нужен контроль

А что делать, если поблизости от дома площадки для выгула собак нет?

— В таком случае мож-

Четырёхмесячного щенка уже можно выводить на площадку

но пойти с собакой в парк или в сквер, где прогулки с собаками не запрещены, — говорит Марина, — но и там необходимо соблюдать определённые правила.

Во-первых, спускать собаку с поводка можно только в малолюдных местах. Во-вторых, если собака даже не входит в список потенци-

ально опасных, но, например, любит облаивать людей или хватать за ноги и за одежду тех, кто быстро идёт, бежит, едет на самокате или на велосипеде, нужно надевать на неё намордник. Это касается даже самых маленьких собачек. То есть если ваша собака доставляет неудобство людям, нахо-

дящимся рядом, её обязательно надо контролировать.

— Кроме того, где бы хозяин ни гулял с собакой, он обязан за ней убирать. Даже если это происходит в парке, где мало людей, — добавляет кинолог.

Воспитывать с рождения

По словам Марины Лапатик, очень важное значение во взаимоотношениях собаки с людьми и с другими животными имеет её раннее воспитание.

— Начинать воспитывать своего питомца нужно уже с рождения, — говорит кинолог. — Пока щенку не исполнилось трёх месяцев, с ним гулять на улице рано. Но это то самое время, когда его пора приучать к своей кличке и к тому, чтобы он узнавал хозяина. В четыре месяца щенка уже можно выводить на улицу и заниматься с ним на площадке. Для этого инструктор должен показать хозяину собаки, как это правильно делать.

Наталья АНОХИНА

Полный адресный перечень площадок для выгула собак на территории Восточного округа опубликован на сайте префектуры ВАО vao.mos.ru в разделе ЖКХ

ОНИ ЖДУТ ХОЗЯИНА

Злата знает команды



Злате два года. Она очень любит людей, хотя и с собаками тоже дружит. Весёлая, активная. Злата знает некоторые команды и с удовольствием их выполняет, даже если их подает незнакомый гость приюта. Очень ждёт хозяина, который по достоинству оценит её ум и доброту. Стерилизована, чипирована, привита.

Волонтер Яна:
8-903-208-3776

Веснушчатый Кокос



Кокосу почти два года. Очень доброжелательный, ласковый пёсик среднего размера с симпатичными «веснушками». Любит взрослых и детей, с удовольствием играет с другими собаками. Кокос привит, кастрирован, чипирован.

Волонтер Яна:
8-903-208-3776

Наталья АНОХИНА
Фото предоставлены волонтерами



Городской Межведомственный Правовой Комитет

ОГРН 1137746478990

- ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
- ПРОБЛЕМЫ С РАБОТОДАТЕЛЕМ И БАНКАМИ
- МОШЕННИЧЕСТВО
- ВЗЫСКАНИЕ / СПИСАНИЕ ДОЛГА
- ЖИЛИЩНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ

БЕСПЛАТНО!
СОСТАВИМ
ЖАЛОБУ
ПРЕТЕНЗИЮ
до 31.07.2020

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

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ,
ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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

Плохо разбираете
речь по телевизору?
Не слышите, что говорят
ваши близкие?

СКИДКИ до 50%
* до 31 июля!

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

ЕВРОПЕЙСКИХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ **МИР СЛУХА**
www.mirsluha.ru
с повышенной разборчивостью речи!

8 (495) 411-90-16



м. «Курская», ул. Казакова, д. 6, стр. 1
м. «Третьяковская», «Новокузнецкая»,
ул. Пятницкая, д. 28
м. «Сухаревская», ул. Сретенка, д. 27, стр. 1
м. «Белорусская», ул. 1-я Брестская, д. 62

- Гарантия 2 года
- Пенсионерам скидки!
- Выезд специалиста на дом!
- Пробное ношение слухового аппарата!

*С подробностями акции можно ознакомиться по телефону
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ВАШЕ МНЕНИЕ

Итоги опроса на сайте «ВО». Мы спросили у читателей:

? Жители ВАО всё чаще жалуются на хулиганов, которые разоряют цветники во дворах. Как бороться с вандалами?

Голоса распределились так:

- 56% — ужесточить ответственность за подобные действия;
- 24% — установить во дворах больше видеокамер;
- 14% — в моём дворе нет такой проблемы;
- 6% — распространять информацию о проблеме в СМИ

На сайте газеты «Восточный округ» опубликован очередной опрос на следующую тему.

? В районе Вешняки начинают строить уже четвёртую в округе фестивальную площадку. Какие ожидания вы с ней связываете?

Высказать своё мнение вы можете на главной странице newsvostok.ru

Электронное табло на остановке «Станция «Измайлово» отремонтировали

? На автобусной остановке «Станция «Измайлово» не работает электронное табло, это уже не в первый раз.

Сергей Степанович,
район Измайлово

Работники ГУП «Мосгортранс» проверили оборудование на остановке общественного транспорта «Станция «Измайлово» на пересечении Измайловского шоссе и Вернисажной улицы и устранили неисправность. Электронное табло на пилоне, установленном на остановочной площадке, работает. Информация обо всех маршрутах — троллейбуса №22, автобусов №Н3 (ночной), №634 — отображается в полном объёме.

Вера КАЗАНСКАЯ



Информация обо всех маршрутах теперь отображается в полном объёме

В доме на Снайперской устранили недоделки после капремонта

? В нашем доме отремонтировали фасад. После ремонта в квартирах во время дождей появляются протечки под подоконниками.

Жители дома 10, корп. 1,
на ул. Снайперской

Девятиэтажный дом 10, корп. 1, на Снайперской находится в управлении ЖСК «Девон». В этом году по Региональной программе капитального ремонта в доме отремонтировали фасад. По информации Территориального управления Фонда капремонта (ТУ ФКР) г. Москвы по ВАО, работники подрядной организации ООО «ЭКОСтандарт» устранили причину протечек фасада дома. Состояние фасада дома после произведённого ремонта проверили представители ТУ ФКР по ВАО и управы района Вешняки.

Вера КАЗАНСКАЯ

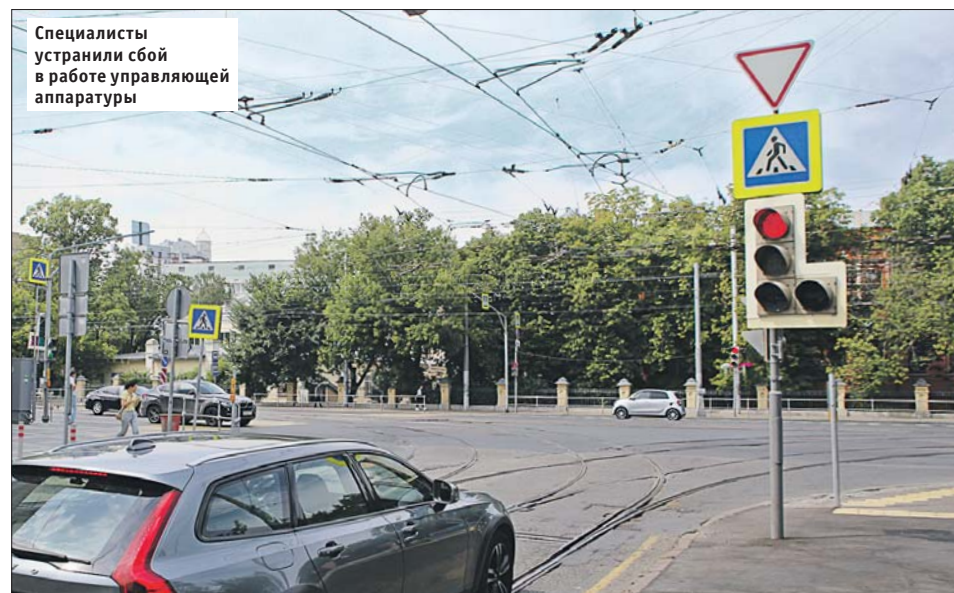
Светофор на Стромынке наладили

? После реконструкции перекрёстка и установки умных светофоров оказался затруднён выезд на улицу Стромынку с Бабаевской. Несколько раз приходилось безрезультатно ждать сигнал поворота налево, а потом разворачиваться или сворачивать направо. Просьба разобраться с работой светофора.

Алексей,
ул. Стромынка

За исправностью светофоров следят работники Центра организации дорожного движения г. Москвы. В настоящее время светофор на пересечении Стромынки и Бабаевской улицы отремонтировали. Специалисты устранили сбой в работе управляющей аппаратуры, из-за неисправности которой перестал срабатывать сигнал поворота. Обычно на устранение подобных неполадок требуется несколько часов.

Вера КАЗАНСКАЯ



Специалисты устранили сбой в работе управляющей аппаратуры

Ярослав Чингаев

На 11-й Парковой остеклили остановочный павильон



Стекло вставили, а также провели дополнительную уборку

Ярослав Чингаев

? Разбито боковое стекло на остановке «11-я Парковая улица». Осколки убрали, а новое стекло не вставлено, зияет пустой проём.

Андрей,
Измайловский бул.

Работники службы пути ГУП «Мосгортранс» установили новое стекло в боковую часть остановочного павильона.

В настоящее время павильон остановки «11-я Парковая улица» на пересечении 11-й Парковой и Измайловского бульвара находится в удовлетворительном состоянии. Также на остановочной площадке произведена дополнительная уборка, проверены и почищены стойки павильона и кровля.

Вера КАЗАНСКАЯ

На перекрёстке в Новогирееве обновили маршрутный указатель

? На остановке «Клинический научный центр» устарела информация о проходящих здесь маршрутах: троллейбус №30 с июня отменён, вместо него ходит автобус. Нужно обновить указатель с маршрутами.

Иван, район Новогиреево

Информационный указатель на павильоне ожидания «Клинический научный центр» на пересечении шоссе Энтузиастов и Новогиреевской улицы обновили. Как сообщили в Департаменте транспорта и развития дорожно-транспортной

инфраструктуры г. Москвы, в настоящее время на нём размещена информация об автобусах №Т30, следующем до станции метро «Выхино», и №211, следующем до улицы Молотовых.

Вера КАЗАНСКАЯ

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ:

POSTA@NEWSVOSTOK.RU,

REDAKTOR-2017@YANDEX.RU

ЗВОНИТЕ: (495) 681-3645

Фонд «Провидение» опекает детей, теряющих зрение

Для занятий с детьми-инвалидами нужны волонтеры

▶ Благотворительный фонд «Провидение» помогает родителям малышей с ретинопатией — нарушением в развитии сетчатки глаза.

Тяжёлый опыт

Этот недуг поражает около 20% недоношенных детей. Если экстренно не начать лечение в первые месяцы жизни, сетчатка отслаивается, и новорождённый теряет зрение навсегда.

— Создатели фонда — Андрей и Елена Осиповы — имеют тяжёлый опыт лечения своего ребёнка с ретинопатией и теперь помогают семьям, оказавшимся в подобной ситуации, получить своевременное лечение, — рассказывает помощник директора фонда Ирина Пшеничникова, жительница Федеративного проспекта. — «Провидение» помогает пройти реабилитацию детям, теряющим зрение, оказывает родителям психологическую и материальную помощь. Мы сотрудничаем с перинатальным центром при ГКБ имени Мухина в Новогиреево. А духовную поддержку оказыва-



Создатель фонда Елена Осипова помогает семьям получить своевременное лечение

Предоставлено фондом «Провидение»

Волонтеры подтягивают слабовидящих детей по английскому, математике, химии

ет настоятель московского храма в Солнцево отец Михаил Колюпанов.

Готовят к самостоятельной жизни

Эксперты фонда консультируют семьи детей, теряющих зрение.

— Важно как мож-

но раньше научить такого ребёнка ориентироваться на улице, различать основные цвета. Это поможет ему во взрослом возрасте адаптироваться к городскому пространству, — поясняет дефектолог-тифлопедагог Ирина Сидоркина, сотрудничающая с фондом. — В тёмное время

суток обращайтесь внимание ребёнка на светящиеся окна и фонари, которые встречаются на пути. Объясните, что это ориентиры для правильного направления движения. Во время прогулок нужно показывать слабовидящему ребёнку газон и асфальт, чтобы он мог различать их по цвету.

— У нас есть проект «Добрые уроки», — говорит Ирина Пшеничникова. — Наши волонтеры один-два часа в неделю дистанционно занимаются со слабовидящими детьми подготовкой к школе, подтягивают ребят по английскому языку, математике, химии. Но запросов из семей поступает очень много, и волонтеры нарахват.

«Провидение» помогает семьям во всей России и СНГ, поэтому очень нужны помощники для выполнения разовых просьб: получить документы, отправить письмо, отвезти вещи.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Контакты фонда «Провидение»: fond-providenie.ru/help-children/volonter (анкета волонтера), эл. почта: info@fond-providenie.ru, тел.: 8-985-431-5676, 8-909-721-0450

Умеете рисовать? Можете стать волонтером фонда в Измайлове

«ВО» уже рассказывал о работе фонда «Синдром любви», который оказывает самую разную помощь людям с синдромом Дауна. Команда фонда проводит развивающие занятия, устраивает встречи и праздники, организует поездки и даже помогает молодым людям с синдромом Дауна выбрать профессию и устроиться на работу. Во всём этом участвуют добровольцы, которые готовы поделиться своими знаниями, навыками, свободным временем.

— В целях безопасности мы продолжаем работать дистанционно и регулярно проводим в онлайн-режиме мастер-классы для подростков и молодых людей с синдромом Дауна, — говорит координатор волонтерского корпуса фонда Юлия Мурзина. — Выбор направлений большой: у нас есть мастер-классы по рисованию, дизайну, кулинарии, даже по тай-бо (вид аэробики с элементами боевых искусств и танцев. —

ред.). Занятия проводят волонтеры.

Если вы тоже умеете делать что-то интересное и полезное, чему можно научиться в онлайн-режиме, можете предложить свой мастер-класс.

Можно также помочь упаковывать посылки с печатными материалами, которые отправляют в семьи особых детей в разных городах. А если обстановка с коронавирусом и дальше будет улучшаться, то вскоре «Синдром любви» снова будет проводить мероприятия в офлайн-режиме. Возобновится и программа сопровождения подростков с синдромом Дауна: многим из них добровольцы помогают добраться из дома в фонд на занятия.

Вера ШАРАПОВА

Если вы хотите стать добровольцем фонда «Синдром любви», заполните анкету на сайте syndromlubvi.ru и пишите Юлии Мурзиной на эл. почту: yu.murzina@fondsl.ru



Волонтеры уверены: вскоре они снова встретятся со своими подопечными, как было до эпидемии

Предоставлено фондом «Синдром любви»

Жителей ВАО приглашают помочь детям-сиротам



Добровольцы помогают детям в разных областях России

Предоставлено волонтерским движением «Теплый свет»

Наша газета уже рассказывала о волонтерском движении «Теплый свет». Добровольцы помогают детям-сиротам в разных областях России. Как рассказала руководитель движения Елена Зенкова, сегодня из-за пандемии коронавируса детские дома временно закрыты для посещения. Но как только появится возможность, добровольцы вновь будут посещать по четыре-пять детских домов в неделю. Первыми волонтеры планируют посетить Карачевский специализированный дом ребёнка в Брянской области.

— В последний раз мы навещали там наших маленьких подопечных в феврале. Волонтеры поиграли с малышами, угостили их сладостями, привезли подгузники, — говорит Зенкова.

Елена обратилась к читателям нашей газеты с просьбой присоединиться к волонтерам «Теплого света».

— Если вы сможете увлечь детей интересным делом, игрой или каким-то представлением, просим обращаться к нам.

Кроме того, «Теплый свет» принимает одежду и обувь,

канцелярские принадлежности, любые игрушки, кроме мягких, самокаты, коляски, спортивный инвентарь, средства гигиены, резинки для волос, детскую бижутерию и косметику, детское питание. Постоянно нужны памперсы всех размеров.

Оксана МАСТЮГИНА

С подробной информацией желающие помочь могут ознакомиться на сайте volonter-star.ru и по тел. 8-985-272-6250

▶ Для того чтобы маленькую квартиру сделать хоть немного, но просторнее, стены сносить не обязательно. Дизайнер интерьеров из района Метрогородок **Виктория Коротецкая** рассказала корреспонденту «ВО», как правильно расставить мебель и освободить место даже в узком коридоре.

Вместо вешалки — шкаф

Однокомнатные квартиры, тем более в старых домах, тесные. В прихожей, в комнате, на кухне не развернуться. В придачу — низкий потолок. Можно ли это исправить? Виктория утверждает, что да.

Для наглядности мы с дизайнером рассматриваем фотографию типовой однокомнатной квартиры в пятиэтажке по адресу: ул. Аносова, 11, в районе Перово. Здесь живёт моя родня.

Коридор в квартире крохотный. На стене висят крючки, а на них — одежда. Как итог — в прихожей мало места и постоянный беспорядок.

— Лучше поставить небольшой шкаф. Нет вешалок у входа — нет и желания все куртки вешать туда. Для мокрой верхней одежды можно поставить на пол стойку с парой крючков, — говорит дизайнер.

Виктория рекомендует ставить шкаф с вентиляцией. Тогда куртки и обувь смогут дышать и неприятного запаха не будет.

Стены и потолок — одного цвета

Дизайнер говорит, что всю тяжёлую мебель лучше из единственной комнаты убрать. Например, старый советский сервант с посудой.

— Вместо него подойдёт глубокий шкаф во всю стену или гардеробная без дверей. Туда можно убрать все вещи из комнаты и прихожей, наверх в коробках положить обувь, а ещё останется место для посуды, — объясняет Виктория.

Люстры воруют пространство

Что сделать, чтобы крошечная однушка выглядела просторнее. Советы дизайнера из ВАО



Из личного архива

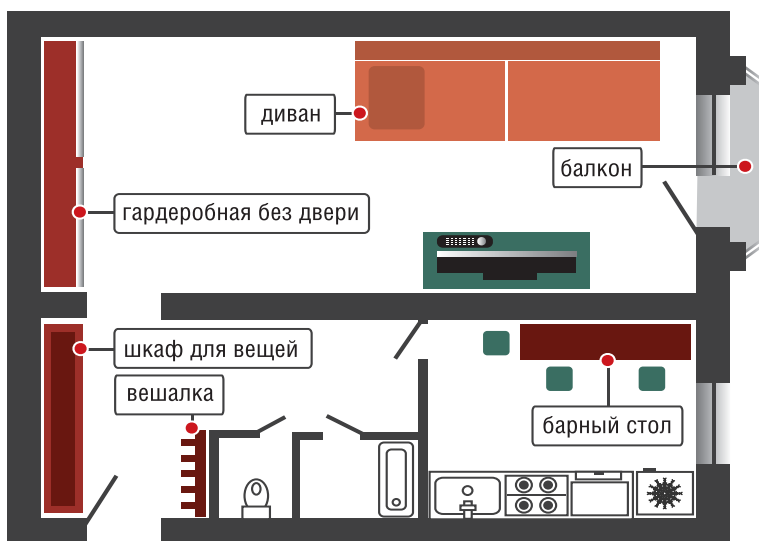
В комнате и на кухне стены делаем светлыми — для ощущения простора

Кровать тоже занимает место, поэтому её стоит заменить раскладным диваном. А над ним крепим полочки для комнатных растений, зарядки телефона, книг, разных мелочей.

Виктория обратила внимание на стандартную рожковую люстру. По её мнению, это «сооружение» также ворует пространство. Лучше сделать точечное освещение.

— Каждое место, где мы проводим время, нужно подсветить. Расположите светильники так, чтобы они не слепили глаза. Например, на компьютерный стол пусть светит одна лампочка, а возле кровати — другая, — объясняет дизайнер.

Вообще, чем больше света в комнате, тем лучше.



Другая беда маленьких квартир — низкие потолки. Ощущение, что стены давят.

— Покрасьте стены и потолок в один цвет. Так помещение будет казаться больше. Кстати, многие боятся делать тёмными потолок и стены, а зря. Срабатывает так называемый эффект бездны, не будет чётких границ между стеной и потолком, — утверждает Коротецкая.

На кухне — плитка с рисунком

С прихожей и комнатой разобрались, осталась кухня. Начиная ремонт, люди думают, какую плитку класть на пол — чёрную или белую.

— У белой плитки со временем пожелтеют швы, а это сразу бросается в глаза. На чёрной и вовсе видны все разводы, отпечатки босых ног и любые пятна. Пёстрая

расцветка с картинками от этих проблем избавит. На такой плитке не видно грязи или капель от кетчупа, — уточняет дизайнер. — И не придётся каждый день полы мыть. Виктория уверена: вместо большого обеденного стола посреди кухни лучше поставить узкий барный столик. В однушке обычно живут два-три человека, огромный стол им не нужен. На кухне не развернуться, а тут ещё и стол место занял.

— Большой холодильник по возможности замените одним-двумя маленькими и уберите их под столешницу, — говорит специалист.

Как и в комнате, на кухне стены тоже делаем светлыми — для ощущения простора. Можно наклеить обои или покрасить. Виктория говорит, что подойдёт серо-зелёный, серо-голубой или бледно-фиолетовый цвета.

Георгий КАЛИНИН

ВОПРОС — ОТВЕТ

В Вешняках установят шумозащитные экраны

❓ Перед нашим домом проходят железная дорога, три автомобильные дороги, а также Северо-Восточная хорда. Будут ли здесь устанавливать шумозащитные экраны?

Валентина Фёдоровна, аллея Первой Маёвки, 13, корп. 1

— В рамках благоустройства территории лесопарка «Кусково» шумозащитные экраны будут установлены на съезде с улицы Юности на СВХ и далее по периметру парка до Рассветной аллеи. Этот съезд как раз находится рядом с домом читательницы, — сообщили в управе района Вешняки.

Начало работ планируется на конец 2020 — начало 2021 года.

Кроме того, прорабатывается вопрос установки шумозащитных экранов на участке СВХ вдоль жилой застройки на Косинской и на улице Красный Казанец общей протяжённостью 2,1 км. Сроки проведения строительно-монтажных работ определят после разработки проекта.

Маргарита ИВАНОВА

Управа района Вешняки: ул. Вешняковская, 9, корп. 2, стр. 2, тел. (495) 370-2220. Эл. почта: vesh@mos.ru

ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ
 БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
АКЦИЯ*: бесплатное составление заявления
 * Действует до конца месяца. Подробности по телефону
 Для льготных категорий граждан на остальные виды услуг — **50%**
8 (495) 117-07-17

реклама 0938



Акция! «ПРОЦЕНТЫ ВПЕРЁД».*

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

Сумма от 50 тыс. до 5 млн руб.
Срок от 4 до 24 мес.

ставка годовых

8,1%

СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ!*

- Акция до 31 июля 2020 г. «Ставка 8,1% по всем программам».*
- Особые условия для пенсионеров.*
- Зарегистрирован в реестре ЦБ, СРО.
- Ежемесячные выплаты или капитализация процентов.

ПРИМЕРЫ РАСЧЁТОВ ПРИ СРОКЕ РАЗМЕЩЕНИЯ НА 1 И 2 ГОДА			
Сумма сбережений	Срок, мес.	Ставка, % годовых	ВАШ ДОХОД
100 000	12 мес.	8,1%	7 500 8 100
500 000	12 мес.	8,1%	38 500 40 500
1 000 000	12 мес.	8,1%	79 000 81 000
1 500 001	24 мес.	8,1%	243 000

Адрес: Москва, Хорошёвское шоссе, дом 1, М.»Беговая» (1 мин.)
 Режим работы: будни — с 10.00 до 20.00; сб — с 11.00 до 17.00, вс — выходной.

8 (499) 322-07-93 www.kpkagro.ru

Кредитный потребительский кооператив «Агрорусь», ОГРН 1195081079038, член СРО Союз Саморегулируемая организация «Национальное объединение кредитных кооперативов» (Свидетельство №297/20). Сбережения застрахованы в НКО МОВС. Предложение действительно только для членов КПК. Единовременный вступительный взнос 50 рублей. *Подробности условий договора, страхования и акции на сайте, либо по тел. 8 (499) 322-07-93. Денежные средства принимаются на основании договора передачи личных сбережений от 50 000 рублей. Сбережения принимаются у граждан РФ с 18 лет, без верхнего возрастного предела Срок сбережения 4-24 мес., доход 8,1%. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются по ставке 0,1%. РЕКЛАМА

СВЕТЛАНА ТОМА,
Заслуженная артистка РФ

ПРОИСШЕСТВИЯ

Угнал автомобиль в Богородском

С заявлением в полицию обратилась 33-летняя женщина, учредитель компании по перевозке пассажиров. Она рассказала, что отдала в аренду принадлежащий организации автомобиль «Киа Оптима». Через некоторое время арендатор перестал выходить на связь. Вскоре оперативники задержали 39-летнего безработного жителя Подмосквы. Выяснилось, что он взял в аренду автомобиль по поддельным документам, снял с него GPS-маяк и скрылся в неизвестном направлении. Сумма ущерба составила 1,7 млн рублей. Злоумышленник взят под стражу. Возбуждено уголовное дело по статье «мошенничество» (до двух лет лишения свободы).

Обворовал спортсменов в Сокольниках

В полицию обратились несколько спортсменов и рассказали, что в здании Ледового дворца у них украли мобильные телефоны и деньги. Пропажу они обнаружили, когда вернулись в раздевалку после тренировки. Общая сумма ущерба составила около 220 тыс. рублей. Вскоре полицейские задержали подозреваемого местного жителя, который признался в воровстве. Заведено уголовное дело по статье «кража». Вору грозит до двух лет лишения свободы.

Наталья АНОХИНА

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

Берегите ножки!

В Роспотребнадзоре ВАО рассказали, как правильно хранить и обрабатывать грибы

Лисички, сыроежки и белые

Яна Зайкина с Реутовской улицы — грибник со стажем. Как только начинается грибной сезон, они с мужем Ростиславом отправляются в леса, расположенные вдоль Егорьевского шоссе. По словам Яны, сейчас там можно найти лисички, сыроежки и даже белые грибы.

— Совсем недавно вернулись с неплохим «уловом» — 10 килограммами лисичек, — говорит Яна.

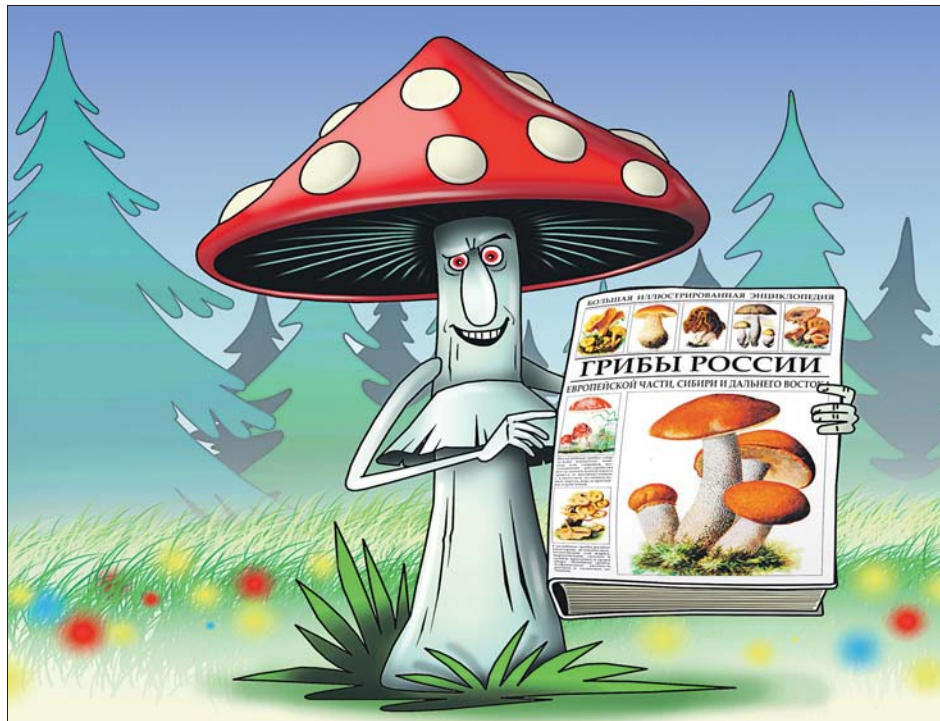
К походу за грибами супруги Зайкины готовятся основательно.

— Обязательно надеваем высокие резиновые сапоги. Местность болотистая, а в лесу много змей. Одежду для сбора грибов выбираем светлую: на ней легче увидеть клещей. От них также защитят брюки, верхняя одежда с длинными рукавами, головной убор. Одежду не забываем обрабатывать репеллентами не только от клещей, но и от комаров, — рассказывает Яна.

По её словам, начинающему грибнику надо запомнить несколько правил, благодаря которым сбор грибов будет безопасным.

— Грибы нужно собирать в плетёную корзину — так они дольше останутся свежими. Чтобы не вернуться домой с пустыми руками, не ленитесь искать грибы под листьями, в траве, — говорит Яна.

Дома она замачивает



Сергей Корсун

грибы на час в холодной воде, чтобы избавиться их от насекомых, грязи, травы и мха. Затем проверяет, не затесался ли среди съедобных грибов ложный, чистит, промывает, дважды отваривает и солит на зиму.

Токсичными могут быть и съедобные грибы

По словам начальника Территориального отдела Управления Роспотребнадзора, главного санитарного врача по ВАО Маргариты Ермоленко, чаще всего отравления грибами связаны с тем, что люди собирают и употребляют в пищу незнакомые или ложные грибы.

— Токсичными могут

быть и съедобные грибы — в засушливый период года или после того, как место сбора было обработано пестицидами, — поясняет Ермоленко. — Не собирайте грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки. Из-за этого ножка гриба повреждается и портится, что затрудняет последующую сортировку и может привести к попаданию в блюдо ядовитых грибов. Грибы — скоропортящийся продукт, поэтому не храните их в тепле. Нельзя готовить гри-

бы, если после того, как вы их собрали, прошёл день или более. Не маринуйте и не солите грибы в оцинкованной или глиняной глазированной посуде. Перед консервированием грибы надо тщательно промыть, чтобы в банку не попали частички земли, с которыми может передаваться ботулотоксин, вызывающий ботулизм. Перед приготовлением отварите их в течение 10 минут, отвар слейте. Промойте отваренные грибы и затем приготовьте их.

Грибы — скоропортящийся продукт, их нельзя хранить в тепле

ДТП

На Щёлковском шоссе пострадал велосипедист

7 июля в восьмом часу вечера молодой человек, управляя автомобилем «Хёндай Солярис», ехал по дублёру Щёлковского шоссе в сторону области. Остановившись в образовавшемся заторе напротив дома 90, корп. 1, он приоткрыл водительскую дверь, и в неё сразу же врезался мужчина, пробиравшийся между стоящими машинами на велосипеде. В результате скорая увез-

ла 37-летнего велосипедиста в 36-ю больницу с ушибом и рваной раной правого плеча.

Сбил пешеходов в районе Новокосино

10 июля около часа дня мужчина за рулём «Шевроле Лачетти» следовал по Носовихинскому шоссе со стороны Городецкой улицы в направлении Никольско-Архангельского проезда. Возле стадиона «Олимп», напротив дома 21в, он, по словам очевидцев, вы-

ехал на регулируемый переход на красный свет и сбил шедших по «зебре» 34-летнюю женщину и её пятилетнего сына. Женщина получила ушиб лодыжки, а мальчик — ушиб темени. Пострадавших отвезли в больницу.

Врезался в столб на Северо-Восточной хорде

10 июля во втором часу дня 30-летний таксист на автомобиле «Фольксваген Поло» вёз пассажиров по Северо-Восточ-

ной хорде, двигаясь со стороны Щёлковского шоссе в направлении шоссе Энтузиастов. Возле станции МЦК «Измайлово» он не справился с управлением и врезался в фонарный столб. Водитель получил ушиб грудной клетки и тупую травму живота, 35-летняя пассажирка такси — сотрясение мозга и резаную рану века, ехавшая с ней тринадцатилетняя девочка — травму головы, растяжение связок шеи и ушибы. Пострадавших доставили в лечебные учреждения.

Горчичники — на голени

— Первые симптомы отравления грибами — обильная рвота пищей, затем мутной жидкостью. Кратность рвоты может достигать 20–25 раз в минуту. Вскоре появляется жидкий стул. Развиваются слабость, упадок сил, жажда, снижение артериального давления, бледность кожных покровов, сердцебиение, спастические сокращения мышц конечностей, нарушение координации, бред и психоз. В последующем развивается поражение печени и почек, — рассказывает заведующая терапевтическим отделением городской поликлиники №69 Лариса Илюхина.

При появлении указанных признаков она рекомендует безотлагательно вызвать скорую помощь.

— В ожидании медпомощи соблюдайте постельный режим. Не пытайтесь вызвать рвоту искусственным путём, так как это грозит желудочным кровотечением. До приезда скорой помощи пейте как можно больше жидкости. Если у вас начались судороги в ногах, поставьте на голени горчичники, — советует врач.

Оксана МАСТЮГИНА

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая помощь жителям г. Москвы
КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

► Жилищные вопросы
► Расторжение договоров
► Наследственные, земельные и финансовые споры

Предъявителю
составил заявление
бесплатно

ЗВОНИТЕ! БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.
Тел. 8 (499) 399-00-67 **ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!**

**ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ,
ПРЕДЛОЖЕНИЯ?**

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

Праздники без греха

Настоятель храма Святого князя Владимира в Новогирееве сумел объединить прихожан Божиим словом и общим досугом

▶ Сначала настоятеля новогиреевского храма Алексия Батаногова я увидел в программе «Ответ священника» на телеканале «Спас». Подумал: надо бы встретиться с батюшкой, ответы которого слушает вся страна.

При чём тут 12 узлов?

На пятачке земли, выделенном на окраине Перовского сквера, строится церковь в честь святого князя Владимира. На здании уже установлены купола с крестами, но до окончания стройки хорошо если год. В маленькой деревянной временной церкви постоянно идут службы. Где уединиться для интервью?

Отец Алексей пригласил в многоэтажку рядом: тут на первом этаже приход снимает нежилое помещение. Называется это место «12 узлов».

— Название не совсем православное, — заметил я.

— Название вполне мирское, точнее, морское, потому что антикафе оформлено в морском стиле, с дизайном помогла моя жена Ия. Это место не только для прихожан, а для всех жителей района, — ответил отец Алексей.

На этих 115 кв. метрах работают сегодня воскресная школа и судомодельный кружок для детей, катехизаторские курсы для взрослых. В остальное время сюда может прийти любой жи-

тель района — день рождения ребёнка отметить, позаниматься с репетитором, встретиться с друзьями. Всё за скромное пожертвование. Эти деньги позволяют покрывать ежемесячную аренду помещения.

Идея организовать антикафе, говорит настоятель, родилась в голове его старшей дочери Марии. Зато теперь решена главная проблема — полноценная приходская жизнь бурлит, а средства на это почти не тратятся: всё заработанное и пожертвованное немедленно вкладывается в стройку.

Давно забытое старое

Впервые фестиваль «У святого князя Владимира» приход провёл пять лет назад. Историческая реконструкция, ремёсла, танцы, песни, конкурсы — всё было интересно жителям

На благотворительном концерте храма люди сидели в проходах

районов Новогиреево и Перово. И это безо всякого административного ресурса, на новом месте, с незнакомыми людьми. В прошлом году на фестиваль пришли около 5 тысяч человек. Как говорится, оцените масштаб дерзновения.

— Если разобраться, тут нет ничего нового, — рассказывает



В маленькой временной церкви постоянно идут службы

Ярослав Чингаев

отец Алексей. — Престольные праздники всегда на Руси были в чести и сопровождался ярмарками и гуляньями. Мы привыкли, что праздники у нас с грехом пополам: тут переел, там выпил лишнего. А этот праздник без греха. Он ведь для того, чтобы храм строило как можно больше народа.

Ещё один проект храма — благотворительные концерты классической музыки в кинотеатре «Берёзка». Прошло уже 27 концертов, последний был на Масленицу — люди сидели в проходах, на приставных стульях.

История не про деньги

Как-то понадобилось починить крышу на храме. Чтобы это сделать, надо было с долгами рассчитаться. Прикину-

ли: не хватает 2 млн рублей. Настоятель взялся за голову: где их взять? И вдруг звонок: «Отец Алексей, моя мама, ваша прихожанка, вы её отпевали, завещала пожертвовать вашему храму 2 млн рублей. Я готов завтра их принести».

Эта история печальная и чудесная одновременно; она, конечно, не про деньги, хоть без них и не построишь храм. Эта история — про человека.

Михаил ПЕТРОВ

Менеджер из Измайлова придумывает и иллюстрирует сказки

Пожилый медведь Андрей Николаевич носит пенсне, любит читать и вспоминать молодость. Давным-давно он был альпинистом: покорял горы в разных странах, откуда всегда привозил своей маме-медведице дикувиновые чайники. Она их коллекционировала...

Сказку с таким необычным сюжетом придумала жительница Измайлова Марина Короткова. Нарисовала к ней красочные иллюстрации и выложила в Интернет. Это не первая сказка с картинками, созданная Мариной. На её страничке в соцсети — история про малыша-кактуса, который рос на подоконнике и мечтал о пустыне, про ёжика, про страх, который можно победить...

— Рисованием я увлекалась с раннего детства, — говорит Марина, —



Марина Короткова пишет в основном о животных

окончила художественную школу. Любовь к литературе тоже пришла рано: любила книги, писала рассказы. В основном про животных.

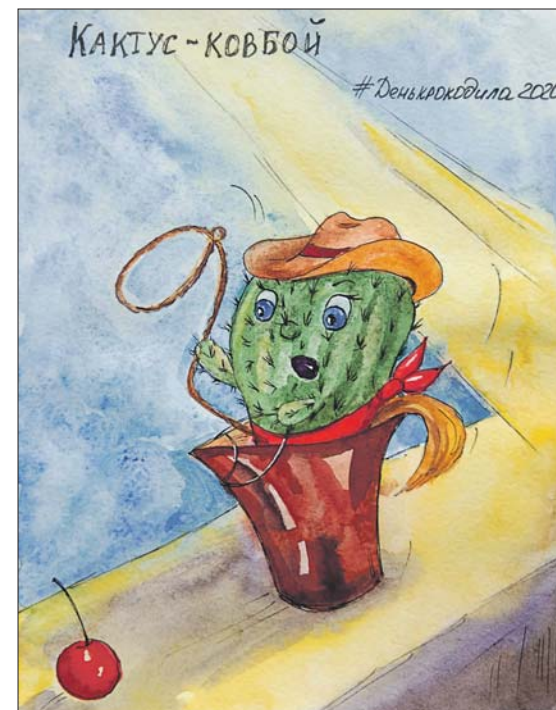
Из личного архива Марины Коротковой

Потом началась взрослая жизнь, работа в туристической фирме, и давние пристрастия на время забылись. Но в прошлом году внезапно увлеклась искусством, соединяющим создание текста и иллюстраций к нему.

— Поняла, что хочу не только рисовать персонажей, но и сочинять про них истории, — делится Марина. — Идеи сюжета и картинки появляются одновременно.

Остаётся воплотить их на бумаге. Автор признаётся, что через творчество научилась управлять своим настроением. Если есть сложности, картинки и тексты помогают отвлечься или, наоборот, выразить то, что на душе. А если настроение хорошее, тем более хочется творить!

Анна ЩЕРБИНИНА



Малыш-кактус в обличье ковбоя

Из личного архива Марины Коротковой

Зарядка для памяти

Психиатр из Измайлова рассказал, как справиться с забывчивостью

▶ Не стоит бить тревогу из-за того, что вы иногда не можете вспомнить чью-то фамилию или забыли что-то купить в магазине. Но если забывчивость нарастает и начинает вас по-настоящему беспокоить, надо обращаться к врачу.

Лечат тренингами и лекарствами

Московские пенсионеры могут бесплатно пройти лечение в клиниках памяти. Одна из них уже почти два года работает в районе Восточное Измайлово. Это особое подразделение психиатрической клинической больницы №4 им. Ганнушкина. Располагается клиника на базе районной поликлиники №191 (ул. Первомайская, 61/8). Ещё одну планируется открыть при ПНД №8 на Измайловском просп., 71.

До пандемии курс реабилитации длился шесть недель. Пациенты приходили в клинику утром, уходили вечером. В связи с ограничениями московские клиники памяти на время прекращали свою работу, сейчас они вновь открылись, но формат их работы изменился: теперь часть материала пациентам нужно осваивать заочно.



Врач-психиатр Сергей Козлов

— Пациенты клиники памяти — пожилые москвичи с умеренными когнитивными нарушениями и с начальной степенью деменции, — рассказывает заведующий клиникой памяти на Первомайской врач-психиатр



Ухудшение памяти лечат лекарствами и тренингами

Сергей Козлов. — То есть те, у кого снижены краткосрочная память и внимание, ухудшается способность концентрироваться на выполнении какой-либо задачи, возникают трудности с обучением.

Лечат недуг тренингами и медикаментами. После курса реабилитации у пациентов значительно улучшаются составляющие памяти: зрительная, логическая, ассоциативная.

Пришла на кухню, а зачем — забыла

Врач рассказал, как отличить безобидную забывчивость от начала деменции.

— Обычная забывчивость может быть у совершенно здоровых людей, и она обычно связана с внешними причинами: загруженностью информацией, переутомлением, отсутствием интереса к предмету запоминания, — говорит Сергей Козлов.

— Для того чтобы тревожащие явления прошли, достаточно отдохнуть.

Но когда человек забывает что-либо постоянно, это тревожный сигнал. По словам Сергея Козлова, самая распространённая жалоба звучит так: «Пришла на кухню, а зачем пришла, забыла». И это повторяется регулярно.

Перед сном полезно вспомнить события дня

— Пожилым людям и их родным необходимо знать, что прогрессирующее снижение памяти не возрастная норма, а симптом патологического старения. Поэтому своевременное обращение к специалисту не стоит откладывать на потом, — продолжает врач.

Он рассказал, что среди пациентов клиники в ос-

новном довольно активные в социальном плане люди. Хорошо, что они начинают лечение на раннем этапе. В случае таких тяжёлых расстройств, как деменция, к своему состоянию люди уже не могут относиться критично.

Делайте упражнения регулярно!

Сергей Козлов советует регулярно выполнять несложные упражнения, способствующие улучшению памяти. Их полезно делать всем, особенно пожилым людям.

1. Выберите какой-нибудь предмет. Внимательно рассмотрите его в течение двух-трёх минут, а затем возьмите лист бумаги и карандаш и нарисуйте его по памяти. Сравните ваш рисунок с оригиналом. Посмотрите, всё вы нарисовали или что-то упустили.

2. Придумайте себе какой-нибудь маршрут, по которому вы пойдёте, например от дома до мага-

зина. По пути обращайте внимание на все яркие предметы или на предметы одного цвета. Затем дома на бумаге составьте примерную карту расположения этих предметов.

3. Каждый день перед сном попробуйте вспомнить людей и предметы, которые окружали вас целый день. Вспомните фразы, которые были обращены к вам. Если вы смотрели какую-то передачу по телевизору, восстановите в памяти мимику, жесты участников передачи. Вспомните, о чём говорилось, дословно. Проанализируйте весь свой день. Это не только тренирует память, но и способствует лучшему засыпанию.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

В настоящий момент идёт активный набор в группы новой клиники на Измайловском проспекте. Кто хочет пройти диагностику для дальнейших занятий, просим звонить по телефонам: (499) 166-6865, 8-925-185-6491

ЗАКОН ПРИНЯТ

Рассрочка для пенсионеров



Антон Жарков, депутат Государственной думы РФ от Восточного округа

Государственная дума приняла в третьем, окончательном, чтении закон, защищающий пенсионеров, оказавшихся в сложной финансовой ситуации. Принятый закон даёт пенсионерам возможность получить рассрочку по выплате задолженности по кредитам в том случае, если они получают пенсию по старости, по инвалидности или по случаю потери кормильца в размере менее двух МРОТ и не имеют иных источников дохода. Имеется в виду задолженность по кредитам до 1 млн рублей. Получить рассрочку по её выплате можно будет до 1 июля 2022 года.

Для оформления рассрочки достаточно обратиться в службу судебных приставов, и она будет предоставлена. Это существенно сократит время, так как нет необходимости обращаться в суд.

Согласно принятому закону также запрещается взыскивать имущество должников до 31 декабря.

У меня на приёмах часто бывают пенсионеры, взявшие кредит под давлением обстоятельств и не имеющие возможности его вернуть, так как на просроченные платежи начисляются проценты и штрафы. Принятый закон позволяет исполнить взятые на себя обязательства без переплаты и нервотрепки.

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

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

Смотрите подробности на сайте NEWSVOSTOK.RU

Была «Сталинская» — стала «Семёновская»

Станция метро «Семёновская», которая находится на территории района Соколиная Гора, — одна из тех, что открылись в годы Великой Отечественной войны. Она приняла первых пассажиров 18 января 1944 года. Район тогда назывался Сталинским, и станция метро получила название «Сталинская».

Оформление вестибюля и станционного зала было создано скульпторами Верой Мухиной и Надеждой Вентцель, оно посвящено воинам Красной армии. Торцевую стену зала украшает горельеф с изображением ор-



Станция метро «Сталинская». 1950-1953 годы



Станция метро «Семёновская». Современный вид



Оформление путевых стен

Станция — одна из тех, что открылись в годы Великой Отечественной

дена «Победа» на фоне оружия и знамён, а на путевых стенах размещены портреты солдат разных родов войск.

В 1961 году городские власти в рамках кампании по разоблачению культа личности Сталина переименовали станцию в «Семёновскую» и демонтировали стоящую в вестибюле пятиметровую скульптуру «Спасибо товарищу Сталину



Станционный зал. 1945-1946 годы

за наше счастливое детство!». Скульптура была создана архитектором Георгием Лавровым по рас-тиражированной в советской прессе фотографии, на которой Сталин дер-

жит на руках маленькую бурятскую девочку Гелю Маркизову.

В 2005-2006 годах «Семёновская» закрывалась на капитальный ремонт, в ходе которого

были установлены современные эскалаторы, обновлён фасад вестибюля, а гранитное покрытие пола заменено мраморным.

Евгений ЧЕШОКОВ



Народные гулянья в честь выборов в Верховный Совет СССР. 1950 год

Евгений ЧЕШОКОВ

А.Гостев, O.K.норринг/pastvu.com

Как получить доступ к электронной медицинской карте

Электронная медицинская карта — это:

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

- Вам потребуется стандартная или полная учётная запись на **mos.ru** и номер полиса ОМС
- Воспользуйтесь услугой «Запрос, изменение и отмена доступа к электронной медицинской карте» на **mos.ru**
- Доступ будет предоставлен в течение пяти рабочих дней

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

АФИША

В «Сокольниках» научат ухаживать за цветами

Парк культуры и отдыха «Сокольники» подготовил видеуроки по уходу за цветами — на балконе или на приусадебном участке. Специалисты Большого розария расскажут и покажут, как правильно обрезать цветы. Уроки доступны на странице парка vk.com/sokolpark.

На Большой Черкизовской сыграют Моцарта

Концерт «Моцартиана» подготовила для любителей музыки Российская государственная библиотека для молодёжи. Артисты молодёжного музыкального театра «Бравада» исполнят вокальные произведения и арии из опер на музыку Моцарта. Концерт будет доступен на сайте РГБМ rgub.ru 21 июля в 19.00.

«Кусково» приглашает на экодиктант

Принять участие в онлайн-тесте предлагает экошкола «Кусково». Он посвящён Дню действий против рыбной ловли, учреждённому, чтобы привлечь внимание к чрезмерному вылову рыбы. Цель теста — проверить уровень экологических знаний. Вопросы доступны по ссылке onlinetestpad.com/hpzhoiomfnykm. Сумма набранных баллов станет известна сразу после окончания теста.

Алексей ТУМАНОВ

Приглашаем корреспондента

В редакцию требуется корреспондент. Необходимо быстро и грамотно писать на темы ЖКХ, транспорта, строительства. Желателен опыт работы в городских СМИ. Зарплата по договорённости.

Резюме ждём по адресу: zb@zbulvar.ru

Из Измайлова — в Кусково и обратно

Читателям «ВО» предложены маршруты по живописным местам округа



Кататься на велосипеде можно не только в парках и в скверах неподалёку от дома. Можно организовать велосипедный досуг интереснее, уверен основатель велосипедного клуба в Измайлове VeloVAO Club Андрей Симагин.

Новичкам помогают освоиться

Велоклуб появился в Измайлове два года назад.

— Мы собрали единомышленников, которые любят велосипедные прогулки и относятся к велосипеду как к серьёзному средству транспорта. Например, среди нас много тех, кто ездит на велосипедах на работу, — рассказал Андрей Симагин. — Цель нашего клуба — кататься вместе, открывать новые места и маршруты.

Сейчас в клубе около тысячи участников. Велосипедные прогулки разной сложности, протяжённостью от 20 до 150 километров, они устраивают каждые выходные и по вечерам в будние дни.

В дороге!

Для читателей «ВО» Андрей Симагин предложил несколько маршрутов



Цель велосипедистов — кататься вместе, открывать новые места и маршруты

Алексей Морозов

Члены клуба устраивают велопоголки протяжённостью от 20 до 150 километров

по живописным местам ВАО, каждый протяжённостью до 30 километров. По ним можно покататься самостоятельно.

— Первый маршрут начинается от памятника Ленину на аллее Большого круга Измайловского парка. Дальше едем по дорожке парка до 16-й Парко-

вой улицы, потом по прямой до Гольянова. Затем поворачиваем направо и едем мимо Бабаевского пруда до Лосиногостинского острова, оттуда — до Серебряно-Виноградных прудов, потом возвращаемся в исходную точку маршрута.

Второй маршрут начинается там же. Через Из-

майловский парк доезжаем до шоссе Энтузиастов и попадаем в Терлецкий парк. Едем дальше по Свободному проспекту, после моста поворачиваем направо, в Кусковский лесопарк. Там проезжаем мимо усадьбы, вдоль прудов, либо по аллее Жемчужовой. Попадаем на Вешняковскую улицу, едем по ней до Зелёного проспекта, поворачиваем направо, на улицу Плеханова, и возвращаемся в Измайловский парк, — рассказывает Андрей Симагин.

Опытный велосипедист объясняет, что надо взять с собой в поездку:

— Пригодятся бутылка воды, репеллент, крем от солнца и фонарик, если прогулка запланирована на вечер. Убедитесь в исправности велосипеда и возьмите с собой запасную камеру и ремонтный комплект — заплатки и насос.

Наталья АНОХИНА

Узнать о других маршрутах VeloVAO Club можно на странице клуба в соцсети «ВКонтакте» vk.com/velovao

Музей наивного искусства показывает медтехнику

Увидеть виртуальную экспозицию новых поступлений «Добрые традиции» можно на сайте Музея русского лубка и наивного искусства. В экспозиции представлены работы мастеров-самоучек, чьё творчество, по мнению специалистов, входит в золотой фонд классики наивного искусства.

— Тут можно увидеть работы самых известных ещё в СССР и в мире наивистов — зарисовки Павла Леонова и сельские пейзажи Михаила Ржанникова, они поступили к нам из частных коллекций, и их мало кто видел, — рассказали организаторы выставки. — Ещё один ху-

дожник — Александр Емельянов. Его работы напоминают детские рисунки: автопортрет в виде смешного генерала на коне и с саблей, на батальном полотне — маленькие танки рядом с большими солдатами. А так как он медик по образованию, в экспозиции — целая подборка работ, посвящённая медицине: стилизованные «портреты» медицинской техники, лубочное изображение доктора, везущего больного на четверке лошадей.

Алексей ТУМАНОВ

Экспозиция доступна на сайте naive-museum.ru



«Токи Бернара». Автор — Александр Емельянов, 2002 год

naive-museum.ru

БРАТЯ МЕНЬШИЕ



Вышел по «Сокольникам» кролик погулять...

Снимок, который удалось сделать нашему читателю Михаилу Жбанкову прошлой осенью в парке «Сокольники», — свидетельство то ли драмы, то ли досадного недоразумения. И вот почему. Кролики, как известно, в «Сокольниках» не водятся. Значит, появиться там домашний зверёк мог только случайно: то ли сам сбежал от хозяев, то ли его намеренно бросили.

«В тот день я забрёл в дикую часть парка и поначалу подумал, что под кустами притаился заяц, — сообщил в сопроводительном письме Михаил. — Однако вёл себя зверёк не просто осторожно, он был сильно напуган. Явно этот лес не был его стихией. Я сделал снимок и хотел было кролика поймать, чтобы отнести в орнитарий,

там потеряшек принимают, но не тут-то было! Он неожиданно резво скрылся в зарослях».

Что с кроликом стало дальше, неизвестно. Даже в таком мирном парке, как «Сокольники», домашнего питомца может ожидать масса неприятных встреч. Остаётся надеяться, что он всё же попал в добрые руки.

Присылайте свои фото по адресу: pochta@newsvostok.ru с пометкой «На фотоконкурс». Сопроводите снимок припиской, где, когда и при каких обстоятельствах он сделан. Технические параметры фото должны быть такими: разрешение не менее 200 dpi, размер 10x15 см. Лучшее из присланного мы будем публиковать в течение года. Победителей ждут призы.

Ваш «ВО»



Михаил Жбанков

На Путяевском пруду зяблик предсказывает погоду

Одного из лучших певцов нашего региона — зяблика — запечатлела на Путяевском пруду, в районе 4-го Лучевого просека, фотограф-любитель Ольга Бакаева. Пичужка весело распевала, выводя звонкие трели: «Рю-рю-рю».

— Если зяблик выводит такие трели, то это к дождю, — рассказывает независимый эколог Анастасия Зайцева. — Эта птичка — настоящий пернатый барометр — способна предсказывать погоду. В народе даже говорят: «Зяблик к дождю рюмит яр». А вообще, в репертуаре этой пичуги до 10, а то и больше вариантов



Ольга Бакаева

песен. Любители птичьего пения часто держат зябликов дома: он непри-

хотлив и быстро привыкает к человеку.

Алексей ТУМАНОВ

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ №1

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

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ №2

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

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

ЭТО ВКУСНО

Салат капрезе от чемпионки мира Марины Казанковой

«ВО» уже рассказывал о чемпионке мира по фридайвингу, актрисе театра и кино Марине Казанковой с Сиреневого бульвара. Но оказалось, что, кроме спорта и съёмок в кино, у Марины есть ещё одно любимое занятие. Она обожает готовить для своих домашних разные вкусные блюда. Марина решила поделиться с читателями газеты рецептом салата капрезе.

— По популярности салат капрезе в Италии сравним, пожалуй, с нашим оливье, — говорит Марина. — Этим лёгким салатом можно наесться, не перегружая организм. Сейчас многие фермы в России стали производить сыр моцареллу, так что пригото-



Из личного архива

вить капрезе не составит особого труда. Есть салат капрезе можно в любое время суток.

Ингредиенты: 1 большой шарик моцареллы, 2 помидора, оливковое масло, базилик, тёмный бальзамический уксус, соль и перец по вкусу.

Порежьте сыр ломтиками. Помидоры вымойте, обсушите и нарежьте кружочками. Смешайте бальзамический уксус и оливковое масло в пропорции 1:4 соответственно. Поочередно разложите друг на друга помидоры и сыр. Украсьте листиками базилика и полейте приготовленным соусом. Приправьте молотым перцем и солью.

Приятного аппетита!

Записала Татьяна БЕЛОНОЖКИНА



pixabay.com

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ №3

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

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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

АНЕКДОТЫ



● Муж бреется в ванной и ругается:

— Купил новую бритву, а она не бреет...
Голос жены из комнаты:
— Странно, а линолеум она хорошо резала!

● Сейчас дети 12-13 лет переживают из-за разрыва отношений, а когда был в их возрасте, то ста-

рался закрывать холодильник медленно, чтобы увидеть, на каком моменте выключается свет.

● Объявление в цехе: «Работа без диэлектрических перчаток запрещена! Штраф — 380 вольт!»

● Всякий человек хоть чем-то хорош. Некоторые люди очень хороши своим отсутствием.

● — Вовочка, где твой школьный дневник? — Его Колька взял. Родителей пугать будет.

● Сегодня утром сын сказал, что у него болит ухо. Я спросил: «Внутри или снаружи?» Он вышел из дома, зашел обратно и говорит: «И там, и там». Именно в такие моменты я задумываюсь: не слишком ли много денег я откладываю на его колледж?

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№28 (359) ИЮЛЬ 2020 год

Учредитель: ООО «РИЦ Северо-Восток». Издатель и редакция: Общество с ограниченной ответственностью «Местные новости», 117246, г. Москва, Научный пр., 19, 2-й этаж, комн. бд, оф. 76.

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 №1826. Подписано в печать 15.07.2020 г. Выход в свет 17.07.2020 г.

Отдел по работе с читателями: тел. (495) 681-3645. Размещение рекламы: 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+