

# ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 11 (392)

МАРТ  
2021

WWW.NEWSVOSTOK.RU

POCHTA@NEWSVOSTOK.RU

VK.COM/VAOMOSKVA

TWITTER.COM/VAOMOSKVA



Артур Новосильцев

**стр. 4**

## Прививке возраст не помеха

Главный врач 64-й поликлиники —  
о вакцинации пожилых людей

# Сквозь дым и пламя

К заложникам огня на Открытом шоссе  
пожарные пробились вовремя

**стр. 3**



Ольга Чумаченко



mos.ru

**Сергей Собянин:  
Объехать центр  
автомобилисты  
смогут  
по хордам  
стр. 2**

**В Вешняках  
умные  
видеокамеры  
распознают  
лица жильцов  
стр. 6**



**Гарика Сукачёва  
поселили на  
Измайловском  
Валу  
стр. 12**



На строящемся участке Северо-Восточной хорды от Ярославского до Открытого шоссе сооружён новый разворотный круг для городского общественного транспорта.

### Машины поедут рядом с электричками

— Площадка оборудована в районе Лосиноостровской улицы, — сообщили в префектуре Восточного округа.

Также на этом участке трассы строители уже начали прокладывать инженерные коммуникации и делать дорожную насыпь.

К слову, большая часть СВХ, проходящая по территории ВАО, уже готова. Построен участок, ведущий на восток от шоссе Энтузиастов до МКАД и на север от шоссе Энтузиастов до Открытого шоссе.

### Хордовые магистрали в столице планируют достроить в 2023 году

Теперь необходимо соединить дорогой прямого хода Открытое и Ярославское шоссе, фактически обеспечив прямую связь между востоком и северо-востоком столицы. Трассу проложили в полосе отвода железнодорожных путей МЖД, за пределами охраняемой природной территории национального парка, по границе районов Богородское и Метрогородок. Работы должны закончить в следующем году.

# Начали возводить дорожную насыпь

На востоке Москвы часть хорды строят вплотную к железной дороге



Сергей Собянин во время осмотра строящегося участка Юго-Восточной хорды

Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы/Агентство «Москва»

### В Богородском и Метрогородке благоустроят 15 дворов

В этом году в районе Богородское по программе «Мой район» планируют отремонтировать 12 улиц, а в Метрогородке — 8. Как сообщили в префектуре ВАО, в этих районах комплексно благоустроят 15 дворов. Там планируют обновить детские площадки, отремонтировать проезды, пешеходные дорожки и установить новые бордюры. В порядок приведут территории 9 школ: уложат новые газоны, отремонтируют асфальт, высадят новые кусты и деревья.

год, ситуация с нагрузкой на основные городские трассы должна улучшиться.

Юго-Восточная хорда, стройплощадку которой посетил мэр Москвы, пройдёт от шоссе Энтузиастов до Варшавского шоссе. Общая длина дороги — около 28 км, на ней необходимо построить 55 эстакад, съездов и мостов, а также 11 пешеходных переходов.

Дорога пройдёт через 22 района Москвы, где проживают почти 2 млн горожан. Выехать из этих районов, расположенных на юге, юго-востоке и востоке столицы, и въехать в них после завершения стройки станет проще.

Игорь СИБИРЯКОВ

### Дорога готова более чем на треть

В Москве в ближайшие годы схема движения очевидно изменится. Вместо поездки через центр автомобилисты смогут пользоваться новыми трассами: Южной рокадой, а также тремя хордами — Северо-Запад-

ной, Северо-Восточной и Юго-Восточной.

На северо-западе Москвы трасса уже построена. Самые активные работы идут на участке Юго-Восточной хорды. Как отметил мэр Москвы Сергей Собянин во время осмотра строительства дороги от Павелецкого направления МЖД

до МКАД, общая готовность трассы составляет около 37%.

— Это сложные работы, которые проходят в коридоре железных дорог. Где-то 50 искусственных сооружений предстоит построить, — отметил столичный градоначальник.

После завершения работ, которые запланированы на 2023

### Новостройку на 2-й Владимирской начнут заселять летом

В районе Перово достроили ещё один дом для участников столичной программы реновации.

— В новый дом переедут более 140 семей из соседних пятиэтажек, — сообщили в префектуре Восточного округа.

Квартиры в новостройке будут предлагать жителям 1-х корпусов домов 28 и 30 на 2-й Владимирской.

Новый дом расположен по адресу: ул. 2-я Владимирская, 30. В здании 160 квартир: 16 трёхкомнатных, 112 двухкомнатных и 32 однокомнатных. Стены оклеены обоями, пол в

комнатах покрыт ламинатом, в коридоре, кухне и ванной — плиткой.

Есть подземный паркинг на 55 машин. Во дворе тоже сделали парковку, а кроме того — детскую площадку и место отдыха для взрослых.

Новостройка на 2-й Владимирской — второй дом, куда будут переселять участников программы реновации из Перова. В ноябре прошлого года началось заселение дома 27а на Зелёном проспекте. Всего в этом районе предстоит расселить 196 домов.

Олег ДАНИЛОВ



### Заболеваемость туберкулёзом в Москве снизилась

В столице продолжают снижаться основные эпидемиологические показатели по туберкулёзу. Заболеваемость за год снизилась на 21,4%, распространённость заболевания — на 23,4%, а смертность — на 22,5%. Об этом на пресс-конференции в информационном центре Правительства Москвы сообщила главный внештатный специалист-фтизиатр Департамента здравоохранения г. Москвы, директор Московского городского научно-практического центра борьбы с туберкулёзом Елена Богородская.

— Пандемия новой коронавирусной инфекции внесла свои коррективы в борьбу с туберкулёзом в Москве. Туберкулёз, так же как коронавирусная инфекция, передаётся от челове-

ка к человеку преимущественно воздушно-капельным путём, поэтому карантинные мероприятия, ношение масок и соблюдение социальной дистанции оказали положительное влияние на разрыв цепочки передачи туберкулёза, — сказала Елена Богородская.

По её словам, в столице с 2012 года в 18 раз увеличилось количество наблюдаемых контактов. Если раньше из-за контакта с больным обследовали, как правило, только близкий круг общения — в среднем 4 человека, то в 2020 году обследовали всех контактных лиц, с учётом периодических контактов и дальнего круга общения — в среднем 72 человека. Дети в Москве практически перестали болеть туберкулёзом.

Ирина ЛЬВОВА

### Фонтаны заработают в Москве в конце апреля

Столичные фонтаны начали готовить к летнему сезону. Об этом рассказал заместитель мэра Москвы Пётр Бирюков.

Он напомнил, что ещё зимой были проверены и отремонтированы насосы, фильтры, щиты подсветки и системы безопасности всех 600 московских фонтанов.

— Сейчас фонтаны очищают, промывают под высоким давлением смесью воды и специального шампуня. Специалисты отрегулируют форсунки, проверят лампы подсветки, при необходимости отремонтируют чаши и парапеты, — пояснил Пётр Бирюков.

Традиционно в нашем городе фонтаны включают в конце апреля или начале мая, в зависимости от погоды.

Игорь СИБИРЯКОВ

Смотрите подробности на сайте

NEWSVOSTOK.RU

# На Открытом шоссе пожарные спасли 20 человек



Александр Химич был одним из первых, кто вывел погорельцев из огня

Жители дома на Открытом шоссе — мама, бабушка и двое детей — собирались ложиться спать, когда почували запах гари из-за двери. Выйти они не смогли: за порогом всё было в дыму — в межквартирном холле горели вещи. Взрослые позвонили в службу спасения, где им посоветовали намочить тряпки, положить их под дверь и ждать спасателей. В заложниках дыма и пламени оказались несколько семей.

## В заложниках дыма и пламени оказались несколько семей

— Когда мы приехали, в подъезде уже началось задымление, — рассказывает начальник дежурной смены службы пожаротушения Александр Химич. — Поднялись на 10-й этаж. Дверь в холл

пришлось срезать бензорезом. Там горели велосипеды, самокаты и обшивка двери, за которой находилась та самая семья с детьми. Когда я вбежал в комнату, вся семья была на балконе. Вместе с двумя пожарными мы надели на всех дыхательные устройства и вывели на улицу.

Из соседней квартиры таким же образом спасли женщину. С верхних этажей спасатели эвакуировали ещё 15 человек. Вскоре огонь был потушен, никто не пострадал. По предварительным данным, причиной пожара стало короткое замыкание в схеме звонка.

— В последнее время участились случаи пожаров в общих коридорах, на лестничных клетках, которые используются в качестве склада для личных вещей, мебели, велосипедов, колясок, — подчеркнули в пресс-службе Управления МЧС по Восточному округу. — В любой момент это может привести к трагедии, вот почему захламывать тамбуры нельзя. Наши сотрудники сейчас проводят проверки межквартирных холлов.

Эльвира ЯКУПОВА

## КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Из архива редакции

## Кто зажигает в парках?

Наша читательница Александра Васильевна с Округного проезда всегда любила гулять вместе с дочерью в Измайловском парке культуры и отдыха: петляющие среди вековых деревьев дорожки, тишина, приятная музыка... А теперь разлюблила. «Раньше идёшь — а тебе вслед звучат голоса Элтона Джона, Фрэнка Синатры, Ларисы Долиной. Классика! А с января этого года Мосгорпарк изменил музыкальное вещание: бумбум, мяу-мяу и прочее в том же духе», — передаёт свои впечатления от нового репертуара Александра Васильевна. — С такой музыкой — ни культуры, ни отдыха».

Что ж, в данном случае можно только посочувствовать всем поклонникам творчества звёзд мировой эстрады, которым лучше отдыхается под Синатру или, например, Магомаева. Но ведь и будущим звёздам надо где-то зажигаться, согласитесь. Тем более что в парках полно уголков, куда пресловутый «бум-бум» не доносится.

А вот мастеру лыжных марфонов Арнольду Борисовичу Тихомирову из Новогиреева в Измайловском парке как раз понравилось: лыжня в этом году здесь просто замечательная. «Трасса начинается от стадиона «Авангард», — сообщил он в редакцию. — С утра я уже там. Доезжаю до главного перекрёстка — и каково же моё удивление: лыжня обработана ратраком!» (Кто не в курсе: это гусеничное транспортное средство для подготовки снежных трасс.) «Ну, думаю, наверное, это только по прямой, — продолжает читатель. — Ан нет! И на серпантинах, и на спусках, и по колее. Прошёл на классических лыжах 5 км — везде обработано». Арнольд Борисович в итоге отвесил механикам с ратраком низкий поклон и от души поблагодарил. Ребята очень обрадовались: обычно к ним только недовольные подходят.

Игорь ПАНКОВ

## ПОЖАРЫ

За неделю в округе произошло два пожара, пострадавших и погибших нет

### В квартире на Алтайской загорелись вещи и мебель

Днём 19 марта в квартире на Алтайской улице, 17, корп. 2, случился пожар. В одной из комнат загорелись мебель и личные вещи. Прибывшие пожарные поднялись на второй этаж, где из-под двери квартиры валил чёрный дым. Одни спасатели приступили к тушению, другие — к эвакуации жителей. В результате пожара выгорело 6 квадратных метров площади, никто не пострадал.

### В Измайлове сгорел первый этаж магазина

В субботу 20 марта загорелся магазин одежды на Измайловском шоссе, 73ж, стр. 1. Пламя охватило первый этаж трёхэтажного деревянного здания. Перед тем как пожар потушили, огонь успел уничтожить 20 квадратных метров помещения. К счастью, пострадавших нет. Причины пожара выясняются.

Эльвира ЯКУПОВА

## Ученики школы №2127 придумали тренажёр для слабовидящих малышей

Ученики математических классов школы №2127 на Салтыковской улице победили в городском соревновании «3D-бум Junior». Ребята разработали и напечатали на 3D-принтере игровое пособие, которое поможет слабовидящим детсадовцам научиться читать и считать. Игровое поле сделано в виде летающей тарелки размером с хороший торт. Тренажёр подсвечивает и выпонили в ярких цветах.

— В «иллюминаторы» космического корабля воспитатель может класть выпуклые буквы, цифры, арифметические знаки. Потрогав их, слабовидящий ребёнок за-

поминает, как они пишутся. Кроме того, вкладыши можно соединять друг с другом, как пазлы, получатся слова или примеры, — рассказала

преподаватель информатики и руководитель проекта Ирина Шишкова.

По её словам, буквы и цифры смоделирова-

ны в программе, освоить которую по силам даже дошкольникам. Малыши смогут сами дополнять игру.

Оксана МАСТЮГИНА



Юные конструкторы передадут свою разработку в детский сад

Предоставлено школой №2127

## Лженаследники пытались завладеть чужой квартирой

В одну из нотариальных контор Восточного округа обратились неизвестные: мужчина и женщина хотели вступить в наследство и получить права на квартиру стоимостью более 5 млн рублей. Незадол-

го до этого владелица квартиры в Южном Бутове скончалась. Однако документы, предоставленные претендентами на наследство, вызвали у юристов подозрения, и они обратились в полицию.

Сотрудники уголовного розыска УВД по ВАО задержали подозреваемых: 29-летнего мужчину и 46-летнюю женщину. Как сообщили в полиции округа, злоумышленники об-

маном получили сведения об имуществе умершей женщины, у которой не было родственников, и подделали документы о праве наследования. Подозреваемые находятся под стражей.

Эльвира ЯКУПОВА

**Среди госпитализированных стало больше пожилых людей**



Пожилые жители Москвы стали чаще заражаться COVID-19. Об этом мэр Москвы Сергей Собянин сообщил в интервью телеканалу «Россия 1». Он отметил, что ситуация с заболеваемостью остаётся стабильной. Но пожилым москвичам следует вакцинироваться.

— Доля заболеваний, мы видим, стала больше среди пожилого населения. И по количеству госпитализаций мы видим, что там больше пожилых людей. У них нет противопоказаний для постановки вакцины, и это было бы для них спасением, — сказал Собянин.

На минувшей неделе число госпитализаций в столице находилось в пределах 600-800 человек в сутки.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

## Открылись ещё два мобильных пункта вакцинации

С 24 марта новые мобильные пункты вакцинации открываются в торговых центрах «Ереван-Плаза» (у ст. метро «Тулльская») и «Щука» (у ст. метро «Щукинская»).

Об этом сообщили в пресс-службе Комплекса социального развития Москвы.

Также с 24 марта возобновляется работа выездных бригад в торговых центрах «Европейский» (у ст. метро «Киевская») и «Гагаринский» (у ст. метро «Ленинский проспект»).

**В ТРЦ «Европейский»: с 24 марта по 10 апреля** — прививка первым компонентом вакцины, а **с 14 апреля по 1 мая** — вторым компонентом.

**В ТРЦ «Гагаринский»: с 24 марта по 10 апреля** — прививка первым компонентом вакцины, а **с 17 марта по 3 апреля**, а также **с 14 апреля по 1 мая** — вторым компонентом.

Вакцинация выездными бригадами проводится без предварительной регистрации и бесплатно. При себе необходимо иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования (при наличии). По времени процесс вакцинации занимает около 40 минут. В день прививки врач назначает пациенту дату для второго этапа — через 3 недели. График работы мобильных пунктов: с 10.00 до 21.00.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

# Болезни и возраст не помеха для прививки

**Главврач 64-й поликлиники об особенностях вакцинации пожилых людей**

▶ В Москве сегодня около 390 тысяч человек болеют сахарным диабетом. Среди них много пожилых людей. Оба фактора повышают риск тяжёлого протекания коронавирусной инфекции, поэтому врачи настоятельно рекомендуют москвичам старше 65 лет с таким заболеванием не тянуть с вакцинацией.

## Перед прививкой осмотрит врач

По информации ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» Минздрава России, пройти вакцинацию могут пациенты с сахарным диабетом 1-го и 2-го типа, а также с другими, более редкими вариантами диабета (кроме гестационного), с соблюдением противопоказаний и правил осторожности.

— В нашей поликлинике состоят на учёте 7825 пациентов с сахарным диабетом, в том числе люди пенсионного возраста, — сообщил главврач поликлиники №64 Михаил Шутов. — Настоятельно рекомендую в ближайшее время жителям старше 65 лет с хроническими заболеваниями записаться на вакцинацию.

Перед прививкой — как в районной

поликлинике, так и в мобильном пункте — пациента осматривает врач. Он проверит заполненную анкету, где нужно сделать пометку о наличии хронических заболеваний, проверит электронную медицинскую карту и потом примет решение о наличии или отсутствии противопоказаний к вакцинации.

## Нужно помочь иммунитету

Дефицит ряда витаминов, в частности витамина D, — это распространённая проблема, затрагивающая все возрастные категории жителей средней полосы России. Особенно актуально это зимой, когда день становится короче, а погода — пасмурнее. Дело

в том, что синтез витамина D в организме происходит под воздействием солнечного света, точнее ультрафиолетового излучения.

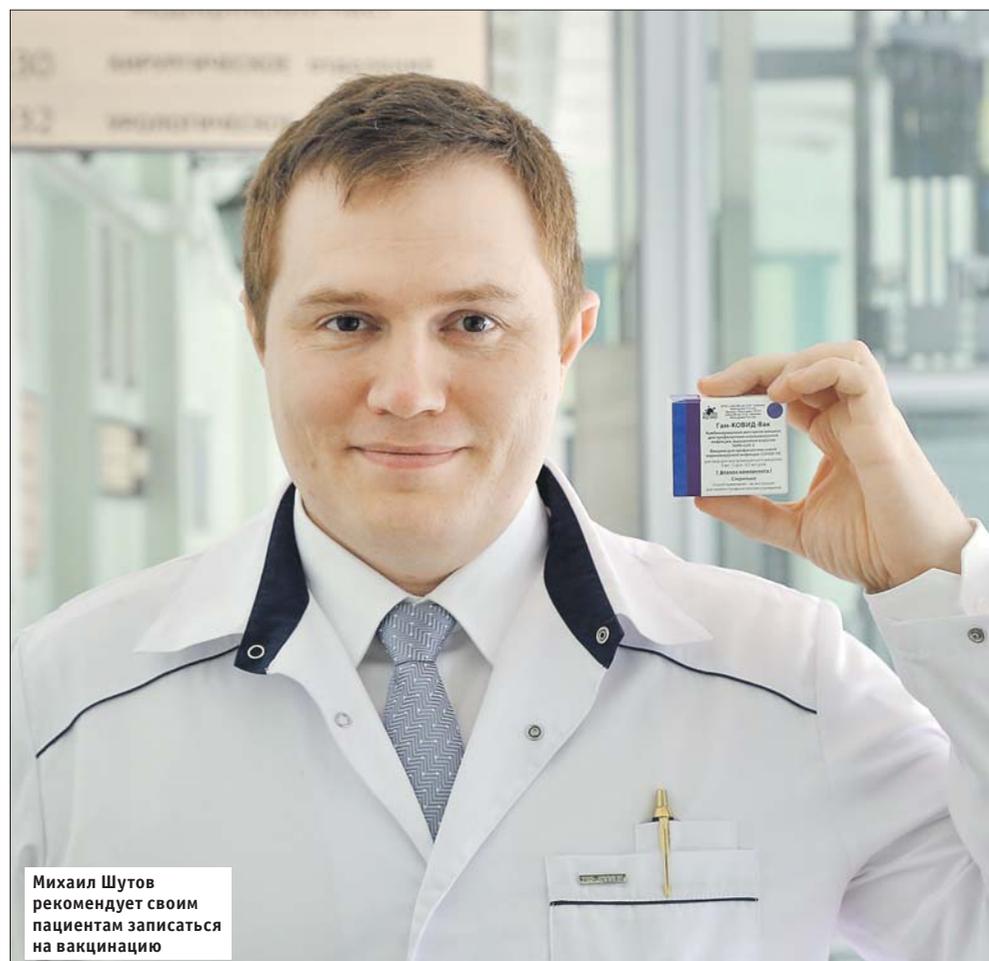
Пожилые люди входят в группу риска, так как в силу возраста у них замедлен метаболизм, и дефицит витаминов заметнее влияет на их здоровье.

— В период вакцинации — в течение 42 дней после получения первой прививки — организм будет формировать иммунный ответ. Недостаток витаминов негативно сказывается на иммунитете. В это время людям старшего возраста нужно внимательно следить за своим здоровьем и сбалансированно питаться, — рекомендует Михаил Шутов. — Желательно включить в рацион продукты, в которых присутствует как витамин D, так и другие. Это морепродукты, грибы, яичные желтки, коровье молоко, овощи и фрукты.

Для коррекции дефицита витаминов можно принимать различные витаминные комплексы, разработанные с учётом возраста и пола, — говорит врач. — Что же касается компенсации недостатка конкретного витамина, то необходимость приёма тех или иных препаратов должен оценить врач.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

**Желательно включить в рацион продукты, в которых присутствует витамин D**



Михаил Шутов рекомендует своим пациентам записаться на вакцинацию

Артур Новосильцев

## Прививочные пункты в ВАО

Вы можете пройти вакцинацию, записавшись по телефону:

- городская поликлиника №64: (499) 673-4139, доб. 2;
- городская поликлиника №66: (495) 109-0798, доб. 1;
- городская поликлиника №175, филиал №2: (495) 465-7584;
- городская поликлиника №191: (499) 966-6520;
- консультативно-диагностический центр №2, филиал №2: (499) 638-3454;
- городская поликлиника №69, филиал №1: 8-925-917-3403;
- городская поликлиника №64, филиал №2: (499) 673-4139, доб. 2;
- городская поликлиника №69: 8-925-789-6630;
- консультативно-диагностический центр №2, филиал №3: (499) 638-3454;
- городская поликлиника №66, филиал №4: (495) 109-0798, доб. 2.



Более 20 лет на 3-й Парковой улице работает крупнейший в стране благотворительный фонд «Даунсайд Ап», где помогают детям, подросткам и молодым людям с синдромом Дауна. На днях его посетил префект Восточного округа Николай Алешин и обсудил перспективы сотрудничества.

# Спортплощадка для особенных детей

Играть в футбол и хоккей в Измайлове смогут как обычные ребята, так и подростки с синдромом Дауна

## Смогут учиться и работать

По словам директора отдела стратегий фонда Александра Боровых, синдром Дауна — это не заболевание, как ошибочно полагают некоторые, а генетический сбой.

— Его природа до конца не изучена. Ребёнок с синдромом Дауна может родиться в любой семье, — говорит он.

В фонд обращаются семьи со всей России. Занятия в здании на 3-й Парковой улице, а также онлайн проводят педагоги, логопеды, дефектологи и психологи. Детей учат общаться, приобретать бытовые навыки, становиться самостоятельнее. Это поможет им обучаться в школе, а затем найти работу.



Николай Алешин обсудил с руководством фонда перспективы сотрудничества

Артур Новосильцев

## Занятия не только для детей

Для самых маленьких открыта группа под названием «Песочница». И здесь действительно играют, помогая детям находить друг с другом общий язык. Родители же обмениваются опытом в воспитании особенных детей.

Оксана Гайнуллина из Подмосквы приезжает сюда с мужем и двойняшками Вероникой и Миланой. О том, что у Вероники синдром Дауна, женщина узнала в роддоме.

— Я всё время плакала. И сначала ездила с девочками на занятия, чтобы побыть в кругу родителей других особенных деток. Общение с ними мне и помогло, — рассказывает Оксана.

Пока мы разговаривали, Вероника вместе с сестрой уже построила пирамиду. Казалось бы, мелочь, но не для ребёнка с синдромом Дауна. Такие малыши обычно развиваются медленнее. В фонде знают, как им помочь.

— Нужно строить, складывать мелкие игрушки в

коробочки, что помогает развивать мелкую моторику. Этим мы занимаемся и на занятиях, и дома, — говорит Оксана.

## Роли в двух спектаклях

Для ребят постарше работает театральная мастерская. В репертуаре уже четыре постановки. Репетиции начинаются с небольшой разминки. Звучит музыка — ребятам нужно показать жеста, мимикой, что они чувствуют.



Специалисты фонда на 3-й Парковой знают, как помочь особенным детям

Артур Новосильцев

## Занятия с особенными детьми проходят в доме на 3-й Парковой или онлайн

— Я не делю детей на особенных и обычных. Провожу занятия так же, как и в других студиях. И уверен: это помогает ребятам лучше раскрываться, быть более уверенными, — говорит художественный руководитель Николай Ильницкий.

Марина Маштакова с Ольховской улицы посещает репетиции не первый год. Играет в двух спектаклях — «Алиса в Стране чудес» и «Лукоморье».

— Марина всегда стрелой летит на репетицию.

А я очень рада, что она нашла своё призвание, — рассказывает мама девочки Эвелина Здорвенко.

## Обсудят на портале «Активный гражданин»

«Даунсайд Ап» совместно с фондом «Синдром любви» организовал для подопечных тренировки по футболу. Два года назад даже состоялся первый в России турнир для игроков с особенностями развития. В нём приняли участие 13 команд из

9 городов. Сейчас на тренировки нужно ездить в другие районы Москвы. Но в этом году неподалёку от 3-й Парковой улицы планируется создать спортивную площадку. Летом на ней будет футбольное поле, зимой — каток. Для этого площадку хотят оборудовать мягкими бортами. Заниматься на поле смогут и обычные дети, посещать поле смогут все желающие. Сейчас идёт подбор участка. Префект Николай Алешин отметил, что вопрос создания такой спортивной площадки необходимо ещё обсудить на портале «Активный гражданин», чтобы учесть пожелания жителей Измайлова.

Роман НЕКРАСОВ

## Супруги Кубановы из Преображенского отпраздновали бриллиантовую свадьбу



Анатолий Григорьевич до сих пор посвящает супруге стихи

Из личного архива

Анатолий Григорьевич и Ольга Дмитриевна Кубановы с Большой Черкизовской улицы отметили 60-летие совместной жизни.

Дети войны, они родились и выросли в городе Борисоглебске Воронежской области. Оба поступили в местный пединститут. Анатолий после армии учился на историко-филологическом факультете, Ольга — на физмате.

Познакомились молодые люди там же во время подготовки к Новому году.

— Оля стояла на подоконнике и приклеивала к стеклу звёзды.

Она и сама была словно звезда. Точёная фигурка, коса ниже пояса, — рассказывает Анатолий Григорьевич.

— У тебя, между прочим, волосы были не хуже, — вступает Ольга Дмитриевна. — Представьте — огромная русая копна, вдобавок военная выправка — было чем очаровать девушку!

Вскоре они поженились. Супруги уверены, что главный секрет семейного счастья в том, чтобы слушать и слышать друг друга.

Анатолий Григорьевич служил в органах МВД СССР. В отстав-

ку вышел в звании полковника. Ольга Дмитриевна прошла путь от учителя математики до директора школы. Несколько лет заведовала методическим кабинетом в РУНО. Но как бы ни уставала, к приходу супруга всегда готовила ужин. Она и сейчас балует мужа то пирогами, то ростбифом, то запечённым гусем. А Анатолий Григорьевич обожает преподносить жене подарки. В молодости подарил... дачу. Сейчас посвящает любимой стихи. Супруги вырастили дочь, дождалась внука и правнучки.

Оксана МАСТЮГИНА

# И снимает, и в дом запускает

Председатель ЖСК в Вешняках установил систему, которая распознаёт жителей в лицо

**▶** Жительнице дома 24, корп. 1, на улице Косинской Наталии Елькиной больше не нужен электронный ключ для домофона. В многоэтажке установили видеокамеры, которые распознают лица. Теперь зайти в подъезд могут только жильцы этого дома.

## Допуск — как в КБ

До этого подъезды часто навещали закладчики наркотиков. Посылки они прятали в коробах для проводов, прикрепляли с помощью магнита к мусоропроводу.

— Приходили в основном по ночам. Ломали короба, приходилось потом ремонтировать, — рассказывает Наталия Елькина.

Поставить систему, которая не пропускала бы в подъезд чужих, предложил председатель ЖСК Иван Янусов. Раньше он был военным лётчиком. Сейчас работает в конструкторском бюро.

— У нас на проходной стоят камеры с системой распознавания лиц. Если человек есть в базе данных, турникет открывается, — говорит Иван. — Подумал, что можно поставить такие же камеры у нас. Рассказал об этой идее соседям. Те на общем собрании меня поддержали. И юрист нашего ЖСК подтвердил, что мы действуем вполне легитимно.

## Проверено на себе

Разработать систему Ивану Янусову помог знакомый инженер. В подъезде поставили небольшой блок с программным обеспечением. Подключили



**Даже если отпустить бороду, система всё равно распознает человека**

чили его к видеокамере на подъезде. Необходимое оборудование Иван купил на свои деньги и сам же занимается обслуживанием.

— По фотографиям система формирует математическое описание лица. Для расчётов используются анатомические особенности, например расстояние от брови до брови, — поясняет Иван. — Распознавание занимает меньше секунды. Дверь открывается, только если житель за-

несён в нашу базу данных. Председатель ЖСК предлагает включить и меня в список тех, кто может пройти в подъезд. Я встаю у двери. Иван переводит блок с программами в режим обучения. Примерно минуту камера меня фотографирует. Теперь можно попробовать зайти. Делаю несколько шагов назад, а затем снова подхожу к камере. Сработало! Система меня узнала, дверь открылась.

— Даже если отпустите бороду, система всё равно вас идентифицирует, — говорит Иван.

При этом к Интернету система не подключена. Утечки базы данных быть не может.

## Возможностей будет больше

В доме 24, корп. 1, на Косинской улице четы-

ре подъезда. Умные камеры поставили пока только в двух. Вот уже третий месяц наркокурьеры сюда не ходят. В подъезд не зайти, да и камера отпугивает. Скоро в подъездах вообще отключат возможность открывать дверь электронным ключом или с помощью кода. Жители двух других подъездов тоже попросили поставить такое оборудование. Если придёт врач или курьер, то пропустить в дом может житель, от которого поступил вызов.

Работающие камеры планируют усовершенствовать. Например, родители смогут получать фотосообщения о том, что их ребёнок пришёл домой. Также можно будет информировать старшего по дому, что в дом зашёл посторонний.

Роман НЕКРАСОВ

## СЕМЕЙНЫЙ ВОПРОС

### Обналичить маткапитал и не стать мошенником

Сумма 483 882 рубля (столько составляет материнский капитал в 2021 году) — деньги немалые. Получают их при рождении уже первого ребёнка. А если двое детей появились начиная с 2020 года, сумма маткапитала составит 639 432 рубля. И у многих молодых семей появляется соблазн потратить их немедленно, по своему усмотрению.

Но законные способы использования маткапитала пока такие:

- улучшение жилищных условий;
- образование детей;
- накопительная пенсия матери;
- товары и услуги для детей-инвалидов.

Есть только один законный способ обналичить маткапитал: семьи

с низким доходом, в которых был рождён или усыновлён второй ребёнок, могут обналичить часть материнского капитала и потратить на что угодно. Для этого необходимо обратиться в Пенсионный фонд за ежемесячной выплатой.

В остальных случаях вы не только потеряете деньги, но формально станете участником мошеннической схемы и можете понести уголовное наказание.

Сегодня Совет матерей работает над расширением возможностей использования маткапитала. Будем рады услышать ваши пожелания!

Сайт: [Буцкая.рф](http://Буцкая.рф).

«Инстаграм»:

[tanya.butskaya](https://www.instagram.com/tanya.butskaya).

Тел. 8-969-120-4204



Татьяна Буцкая, эксперт ОНФ, лидер Совета матерей

# Большие неприятности из-за «Мини Купера»



Предоставлены ОГИБДД УВД по ВАО

На Стромынке автомобиль выскочил на тротуар и сбил двух женщин

Наезды машин на остановки общественного транспорта всё чаще появляются в сводках ДТП. Совсем недавно подобный случай произошёл на Стромынке.

## Автобус принял удар на себя

В начале восьмого утра к остановке «Улица Короленко — Социальный университет» на Стромынке подошёл со стороны центра 265-й автобус (Рижский вокзал — метро «Бульвар Рокоссовского»), из него вышли несколько пассажиров.

Едва они оказались на тротуаре, со стороны центра приблизился автомобиль «Мини Купер», которым управляла 28-летняя женщина. Дорога тут слегка изгибается вправо, и на этом изгибе автомобиль внезапно вышел из-под контроля водительницы: «Мини» развернуло на 90 градусов вправо. Левым боком он налетел на заднюю часть автобуса, выскочил на тротуар, сбил двух человек и врезался в остановочный павильон.

Водительница «Мини» получила сотрясение мозга и перелом ребра. На остановке пострадали две женщины, 46 и 68 лет: у первой ушиб тазобедренного сустава, у второй — травма живота, разрыв

## Женщина за рулём машины получила сотрясение мозга и перелом ребра

селезёнки и вывих плеча. Всех трёх госпитализировали. Люди, на момент удара находившиеся внутри автобуса, не пострадали.

На видео, которое можно найти в Интернете, видно: основную силу удара принял на себя автобус, в плотную группу людей автомобиль угодил уже «на излёте». Если бы автобус успел отъехать до появления «Мини», пострадавших могло быть гораздо больше.

## Не переоценивайте свои возможности

По предварительным данным, женщина за рулём была трезвой. Её водительский стаж — девять лет. Почему «Мини» развернуло, сказать сложно: все детали предстоит установить следствию.

Впрочем, опытные водители знают: при пере-

ходной погоде (в то утро было чуть ниже нуля) для заноса многого не надо. Любая вольность в обращении с тормозом, газом или рулём может привести к потере управляемости. Рецепт один: до начала манёвра (в данном случае — до изгиба дороги) надо сбросить скорость настолько, чтобы она отвечала вашим реальным возможностям.

— Согласно пункту 10.1 ПДД водитель при выборе скорости должен учитывать в том числе дорожные и метеословия, — напомнил старший инспек-

тор ОГИБДД УВД по ВАО Евгений Орлов.

А что делать пешеходам на тротуаре? Конечно, полностью обезопасить себя от подобных вещей почти невозможно. Но в ГИБДД посоветовали: 1) не подходить близко к бордюру — нередки случаи, когда пешеходов задевает зеркалом автобуса или грузовика; 2) завести себе привычку, находясь на улице, постоянно смотреть по сторонам: пешеход — тоже участник движения и ему такой навык в любом случае не повредит.

Василий ИВАНОВ

## Как получить компенсацию

### Что делать потерпевшему пешеходу?

— Необходимо написать заявление в страховую компанию, с которой у водителя заключён договор ОСАГО, — говорит юрист Ирина Нафтаева. — Информацию о компании надо получить в подразделении ГИБДД, оформившем ДТП.

Однако если расходы на лечение велики, одновременно готовят иск к водителю. По закону об ОСАГО страховая сумма в части возмещения вреда здоровью — 500 тыс. рублей на каждого потерпевшего. Размер выплаты рассчитывается так: 500 тысяч умножают на норматив в процентах, указанный в постановлении Правительства РФ №1164 от 15.11.2012 г.

Например, норматив при сотрясении мозга — 3-5% (в зависимости от продолжительности лечения), поэтому выплата — 15-25 тысяч. При переломах предплечья, в зависимости от сложности, должны заплатить 20-60 тысяч, при переломах голени — 20-90 тысяч.

Если расходы на лекарства, реабилитацию, протезирование, уход и санаторно-курортное лечение окажутся больше полученной суммы, причитается дополнительная выплата. Собирайте все чеки, чтобы подтвердить эти траты! Если конечная сумма выйдет за рамки ОСАГО (те самые 500 тысяч), оставшееся можно будет взыскать по суду напрямую с водителя.

## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

### У метро «Партизанская» починили электронное табло

На остановке «Метро «Партизанская» не отображается время прибытия автобусов.

Елена,  
ул. Первомайская

Информационное электронное табло на остановке «Метро «Партизанская» в сторону «Семёновской» приве-

дено в порядок. Об этом сообщили в ГУП «Мосгортранс».

— Технические сбои устранены, — пояснили в ремонтной службе. — Табло не зависает. Время прибытия и данные о маршрутах автобусов №211, 372, 634м отображаются без ошибок и в полном объёме.

Марина МАКЕЕВА

### На Вешняковской привели в порядок светофор

На пешеходном переходе через Вешняковскую улицу сломались козырьки над окошками светофора: красный и жёлтый свет плохо видны.

Алексей,  
район Вешняки

— Повреждённые противобликовые козырьки на светофорном объекте на Вешняковской улице заменены новыми, —

пояснили в техническом отделе ГКУ «Центр организации дорожного движения». — Сотрудники дорожной службы также очистили стёкла светофора от пыли и загрязнений. Сплошная промывка светофоров и других объектов дорожной инфраструктуры — указателей, знаков, отбойников — запланирована на апрель, когда сойдёт снег.

Марина МАКЕЕВА

### Указатель маршрутов вернулся на 9-ю улицу Соколиной Горы

На остановке «9-я улица Соколиной Горы, 12» висит пустой каркас для указателя с номерами автобусов. Непонятно, какие маршруты здесь ходят и до какого метро можно добраться.

Житель района  
Соколиная Гора

На павильоне закреплена новая табличка с номерами автобусов 36, 83 и 86, которые здесь проходят, и с указанием их маршрутов. Об этом сообщили в адми-

нистрации ГУП «Мосгортранс».

— Работники ремонтного подразделения зафиксировали указатель и проверили крепления, чтобы он не выпал при ветре и других неблагоприятных погодных условиях, — добавили в ГУП.

Автобус №36 следует до метро «Партизанская», №83 — до метро «Семёновская», №86 — до метро «Преображенская площадь» и метро «Бульвар Рокоссовского».

Марина МАКЕЕВА

## ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- Помощь обманутым вкладчикам (возврат вкладов из КПК, МФО, МПО и т.д.)
- Реестр недобросовестных юристов
- Расторжение договоров с юристами
- Жилищные и наследственные споры
- Расторжение договоров аренды
- Помощь по списанию долгов. Банкротство



РЕКЛАМА  
ИНН 7701161901  
0404

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ 8 (499) 938-48-40

# С Оренбургской улицы во все концы России

Волонтеры из Косино-Ухтомского помогают жителям глубинки

В сельской глубинке многодетным и неполным семьям, родителям с детьми-инвалидами, одиноким старикам приходится особенно трудно. Здесь нет благотворительных фондов, а соседи часто и сами еле сводят концы с концами. Благотворительный фонд «Ангелина», который работает на Оренбургской улице, помогает социально незащищенным семьям в регионах.

## Теперь она слышит

Недавно волонтеры фонда на собственные средства приобрели слуховой аппарат для 86-летней Марии Николаевны из Пензенской области. Ребенок войны, она всю жизнь проработала в колхозе дояркой. А на старости лет осталась в ветхом домишке совершенно одна.

— Мария Николаевна пожаловалась в сельсовет, что стала плохо слышать. Мы знакомы с председателем, потому что часто помогаем нуждающимся в этом регионе. Когда он позвонил и рассказал о проблеме, мы без промедления купили аппарат и отвезли бабушке, — рассказала директор фонда Екатерина Склемина.

По словам Екатерины, небольшой пенсии бабушке хватает только на то, чтобы купить самые необходимые продукты в



Волонтеры «Ангелины» формируют продуктовые наборы

Артур Новосильцев



Директор фонда Екатерина Склемина

Артур Новосильцев

## Подопечным фонда всегда нужны продукты долгого хранения

### Отец в одиночку растит детей

Земляк Марии Николаевны, Денис, в одиночку воспитывает троих детей — восьмимесячного сынишку и двух дочек пяти и семи лет. «Ангелина» отправила этой семье целую машину с продуктами, детским питанием, памперсами и средствами по уходу за ребенком.

— О ситуации Дениса мне рассказала подруга, местная жительница. У неё скопилось много упаковок про-

сроченной детской смеси, и она решила пустить её на корм скотине. Когда грузила банки, многолетний отец проходил мимо. Он был в таком бедственном положении, что был готов кормить малыша даже просрочкой, — говорит Екатерина.

Жена Дениса умерла вскоре после родов. Мужчина находится в отпуске по уходу за ребенком и работать не может. Семье очень нужны подгузники, разнообразное детское питание, одежда и обувь, игрушки, продукты.

Оксана МАСТЮГИНА

Все желающие помочь подопечным фонда из Косино-Ухтомского могут звонить Екатерине по тел. **8-964-633-8446**.

Сайт фонда: **bfangelina.ru**



## «Нас завалили памперсами! Ура!»

### ОТКЛИКИ

Такое радостное сообщение прислали нам из Свято-Спирidonьевской богадельни в Преображенском. Здесь ухаживают за лежащими пожилыми людьми, поэтому испытывают постоянную нехватку средств гигиены. На просьбу православных сестёр милосердия, которую мы опубликовали в одном из прошлых номеров, сразу же откликнулись неравнодушные жители округа.

— Мы даже поделились памперсами с другими нашими проектами, где также испытывают острую нужду в средствах ухода за лежащими

людьми, — сказали в богадельне. — Дай Бог вам всем здоровья и душевной радости!

Напомним, что Свято-Спирidonьевская богадельня — один из проектов православной службы помощи «Милосердие», существующей только на пожертвования. Сёстры милосердия и волонтеры помогают не только населению богадельни, но и другим одиноким пожилым людям.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Подробную информацию о нуждах богадельни предоставят

по тел. **(499) 705-8820**, доб. **904**. Адрес: наб. Шитова, 4, корп. 1 (пожертвования можно привозить с 8.00 до 20.00)

## На проспекте Будённого можно оставить еду для нуждающихся

Благотворительный фонд «Дари еду» собирает и раздаёт продукты пенсионерам, бездомным, многодетным и неполным семьям, родителям с детьми-инвалидами и взрослым с ограниченными возможностями здоровья. Проект действует в 144 городах России. В торговых центрах и супермаркетах установлены специальные боксы, где покупатели могут оставить продукты длительного хранения в фабричной упаковке: крупы, мака-

роны, консервы, чай, сахар, конфеты.

В Восточном округе продуктовые ящики находятся на просп. Будённого, 186, и на Окружном пр., вл. 2а, стр. 1 (гипермаркет «Лента»), Вешняковской ул., 29 (магазин «ВкусВилл»). Собранные продукты регулярно забирают, формируют из них наборы и вручают нуждающимся лично в руки. С полным перечнем адресов в округе и столице можно ознакомиться на сайте фонда **dariedu.ru**.

Оксана МАСТЮГИНА

Смотрите подробности на сайте **NEWSVOSTOK.RU**

ВСЁ ДЛЯ САДА И ОГОРОДА ← ЦЕНТР САДОВОДА НА 2-Й ПАРКОВОЙ



Ул. 2-я Парковая, дом 6/8. • [www.centrsadovoda.com](http://www.centrsadovoda.com)  
Тел.: 8-916-523-22-22, 8 (499) 367-55-23, 8 (499) 367-82-33

НЕ ПРИНЕСЛИ  
ОЧЕРЕДНОЙ  
НОМЕР  
ГАЗЕТЫ?

ЗВОНИТЕ!  
ТЕЛ. ОТДЕЛА  
ДОСТАВКИ  
(499) 647-6828

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ  
**(495) 782-82-12**  
(многоканальный)  
[www.edinrek.ru](http://www.edinrek.ru)

**З**доровая  
кошечка-  
подросток (6 мес.)  
— в добрые,  
любящие руки.  
Ласковая,  
грациозная.  
К лотку приучена,  
привита. Помогу  
стерилизовать  
по возрасту.



**8-985-400-75-09**

# Налоги иногда возвращаются

Как вернуть часть потраченного на лечение, жильё и образование

▶ Получить от государства часть уплаченных ранее налогов можно не только при покупке квартиры. Как оформить социальный налоговый вычет за дополнительные занятия ребёнка, учёбу в вузе и лечение в частных клиниках, рассказали эксперты из Восточного округа.

## Не выходя из дома

— Налоговый вычет — это деньги, которые государство возвращает из уплаченного вами подоходного налога, НДФЛ, — говорит юрист из правового центра на Щербаковской улице Елена Николаева. — Существует пять видов налоговых вычетов. Полагаются они только тем, кто официально работает и платит налоги.

По словам эксперта, самый известный из вычетов — имущественный, который можно вернуть при покупке квартиры. Государство готово возместить 13% ваших расходов, но не более чем с 2 млн рублей (это 260 тысяч).

О социальных вычетах знают не все, но получить их не так уж сложно.

— Первый налоговый вычет я оформил, когда мы с женой покупали квартиру в ипотеку. Тогда я узнал, что можно получить ещё и вычет за учёбу жены и за лечение её мамы в частной клинике. В те годы нужно было лично идти в налоговую, сидеть в очереди. Сейчас же всё можно сделать не выходя из дома, — рассказывает инженер Андрей Жаров из Сокольников.

С тех пор уже 15 лет он ежегодно оформляет налоговый вычет. Андрею возвращают 13% не только от процентов по ипотеке, но и за лечение в частных клиниках и за занятия в кружках, куда ходит дочка.

## Развлекательные услуги не компенсируют

Каждый год в январе Андрей запрашивает на работе справку 2-НДФЛ за прошлые 12 месяцев (с недавних пор она официально называется «Справка о доходах физического лица»), сканирует чеки и документы, которые нужны для социальных вычетов, и заполняет декларацию 3-НДФЛ в «Личном кабинете» в разделе «Мои налоги» на сайте [nalog.ru](http://nalog.ru). «Лич-

ный кабинет» можно завести, обратившись в любое отделение Федеральной налоговой службы либо через портал госуслуг, если у вас подтверждённый профиль.

**Чтобы не ходить в налоговую, надо оформить электронную подпись**

— В прошлом году мы потратили на лечение в частных клиниках 50 тысяч рублей. Я подал заявление на налоговый вычет за медуслуги и жду 6500 на счёт. Также я запросил вычет на оплату дочкиного кружка по гимнастике, это стоило 28 тысяч за год, из них 3640 я получил назад. А вот за второй кружок ничего получить не смогу, потому что у организации нет лицензии на образовательную деятельность, изостудия у них оформлена как развлекательные услуги, — отмечает Андрей.

Чтобы не ходить в налоговую, вам понадобится оформить электронную подпись. Это можно сделать бесплатно в «Личном кабинете» в разделе «Профиль».

## Возврата четыре месяца ждут

— Подавать 3-НДФЛ онлайн довольно легко: система сама задаёт вопросы. Но для подстраховки первое время лучше пользоваться подробными инструкциями, которые есть на сайте налоговой, на [mos.ru](http://mos.ru) и на многих других ресурсах. Сначала определитесь, какой вычет вы хотите получить. Найдите список документов. И только когда всё соберёте, приступайте к оформлению, — советует Андрей.

Через три месяца проверьте «Личный кабинет». Если декларацию одобряют, там появятся сведения о переплате налога и возможность написать заявление, где нужно будет указать счёт для перечисления средств. Деньги по закону должны перечислить в течение месяца. В итоге от подачи 3-НДФЛ до получения вычета пройдёт около четырёх месяцев.

Елизавета БОРЗЕНКО

## ДЕТСКИЙ ДОКТОР

### Назначать витамины может только врач



Артур Новосильцев

Весной недостаток витаминов испытывают как взрослые, так и дети. Как избежать гиповитаминоза, рассказала главный врач детской городской поликлиники №7 Елена Кац.

— Нельзя сказать, что гиповитаминоз — это массовое явление, — говорит врач. — Всё же у горожан есть постоянный доступ к овощам и фруктам, и солнце, хоть и не очень яркое, зимой тоже светит.

Между тем о недостатке витаминов могут свидетельствовать беспокойный сон, частые простудные заболевания, неспособность сосредоточиться на каком-то одном занятии, постоянная слабость и болезненные ощущения в мышцах и суставах. Кроме того, часто при дефиците определённых витаминов может возникать повышенная чувствительность к солнечному свету.

— Недостаток витаминов может быть связан и с нарушением работы желудочно-кишечного тракта или обмена веществ, приёмом некоторых препаратов, — предупреждает Елена Кац. — Поэтому ребёнку обязательно надо показать врачу, а не пытаться давать ему витамины самостоятельно.

Лучшее средство для восполнения недостатка витаминов — это разнообразное питание, регулярные прогулки на свежем воздухе и соблюдение режима дня. После долгой зимы организм ребёнка очень чувствителен к нагрузкам, которые провоцируют повышенную утомляемость.

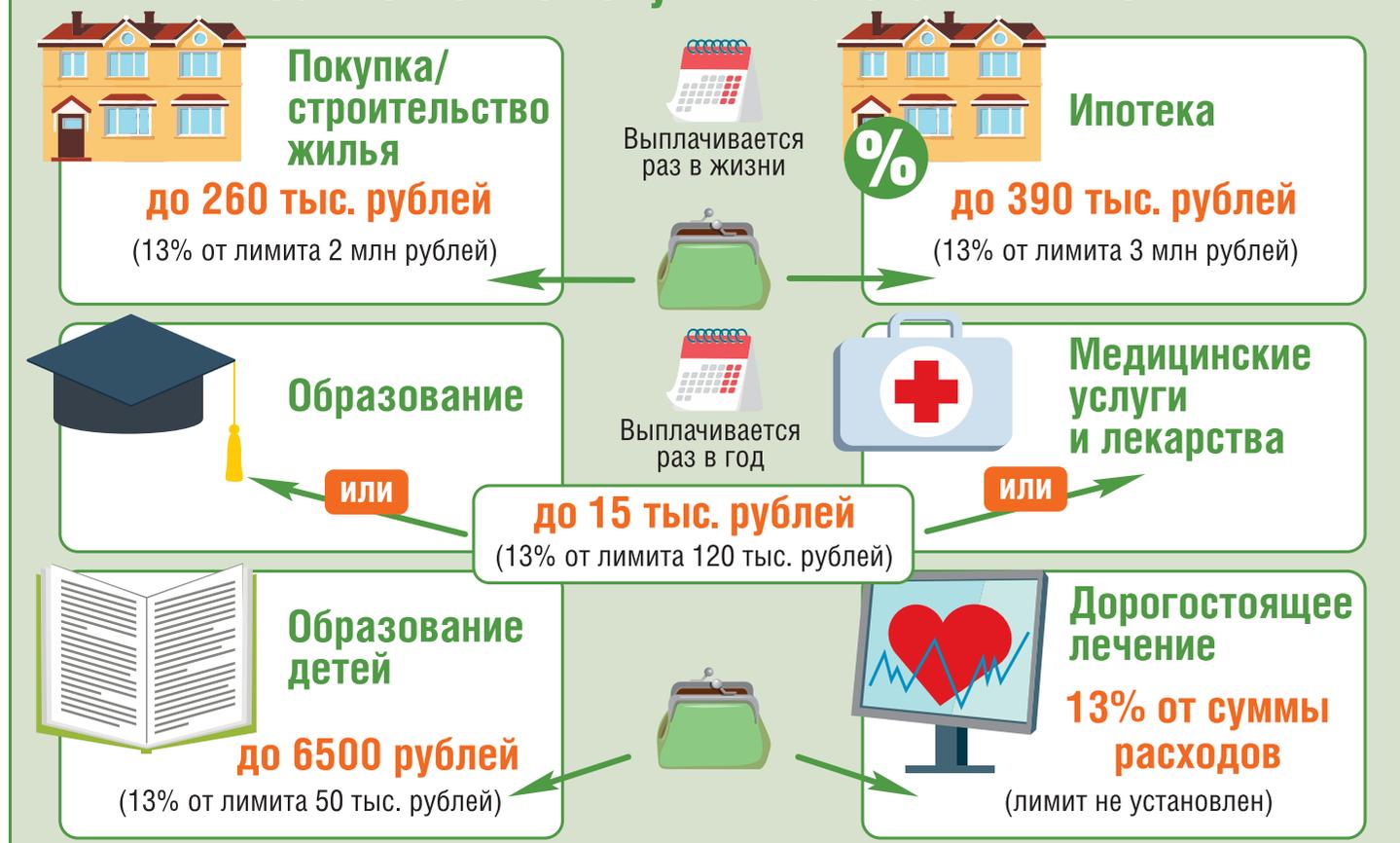
— Важно регулярно выходить на улицу, чтобы получать ультрафиолетовые лучи — источники витамина D, — продолжает педиатр.

Что же касается рациона, то рекомендуется обязательно включать в него свежие либо замороженные ягоды, фрукты и овощи, орехи, рыбу и морепродукты, различные виды мяса, молочные и кисломолочные продукты. Хлеб желательнее использовать со злаками или с отрубями.

Поливитаминные комплексы следует принимать только по рекомендации врача.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

## За что можно получить налоговый вычет



## ПРОИСШЕСТВИЯ

## В Измайлове ограбили офис

В одной из организаций в районе Измайлово злоумышленники похитили оргтехнику и сейф с документами. Сумма ущерба составила около 120 тыс. рублей. По подозрению в краже полицейские задержали на Окской улице двоих мужчин. Они проникли в здание через открытое окно на втором этаже в надежде найти в офисе наличку. А когда надежды не оправдались, выкрали сейф и оборудование, спустив через окно. Похищенное изъято, возбуждено уголовное дело.

## На Открытом шоссе задержали наркокурьера

На Открытом шоссе задержали 41-летнюю москвичку, у которой при себе было три свёртка с героином массой 135 граммов. Женщина собиралась сбыть наркотики с помощью закладок. Возбуждено уголовное дело, подозреваемая заключена под стражу.

## Пассажир метро сообщил о мнимом теракте

Неизвестный нажал на кнопку экстренного вызова на станции метро «Косино» и сообщил о готовящемся теракте. Ничего подозрительного проверка не выявила, а 38-летнего лжетеррориста, жителя Орловской области, задержали. Мужчина находился в состоянии алкогольного опьянения и объяснить мотивы своего поступка не смог. Возбуждено уголовное дело по статье «заведомо ложное сообщение об акте терроризма».

Эльвира ЯКУПОВА

# Избавила от порчи, заодно и от денег

## В Преображенском злоумышленница выманила у пенсионерки почти полмиллиона рублей

83-летняя жительница Преображенского стала жертвой мошенницы, которая выдавала себя за экстрасенса. Злоумышленница сыграла на материнских чувствах пожилой женщины, убедив в том, что на её сына наведена порча.

## Хотела помочь сыну

В тот день женщина возвращалась из магазина с покупками. Неожиданно к ней подошла незнакомка и сказала, что сыну пенсионерки грозит страшная опасность из-за наведённого проклятия. И тут же предложила свою помощь в снятии порчи. Вздвигнувшая и напуганная женщина согласилась. Установленная на доме пенсионерки видеочкама зафиксировала, как обе женщины входят в подъезд, при этом «экстрасенс» старательно прячет лицо под медицинской маской.

— В квартире пенсионерка передала гостье все свои сбережения в сумме 460 тысяч рублей «для выполнения магического обряда». После того как незнакомка ушла вместе с деньгами, хозяйка поняла, что её обманули, и обратилась в полицию, — рассказа-

ли в пресс-службе УВД по ВАО.

Благодаря видеочкамам полицейские задержали подозреваемую. Это 48-летняя приезжая. Похищенных денег при ней не было. Как выяснилось, пять лет назад она уже была осуждена за аналогичное преступление. Сейчас задержанная находится под стражей.

## Ловят на крючок родственных чувств



Из личного архива

По словам психолога Московской службы психологической помощи **Наталии Ключниковой**, внимание таких мошенников в первую очередь привлекают пожилые или совсем молодые люди, часто дети.

— Излишняя доверчивость и отсутствие опы-



Сергей Корсун

та не позволяют человеку критично отнестись к словам мошенников. К тому же они активно используют родственные чувства, опасения за жизнь близких, — утверждает специалист.

Наталия Ключникова

рекомендует при общении с посторонними людьми «включать» здоровое недоверие.

— Спросите себя, как совершенно незнакомый человек узнал о моих детях, родителях, жене или муже? И задайте конкретный во-

прос незнакомцу — например, пусть скажет, как зовут вашу дочь. Ответить на него, скорее всего, мошенник не сможет, а значит, и всё остальное — ложь, — предупреждает Наталья.

По мнению психолога, ещё одним тревожным звоночком может стать нежелание незнакомца смотреть вам в глаза. Специалист утверждает, что стремление отвести взгляд выдаёт нечестные намерения.

Эльвира ЯКУПОВА

**Тревожный звоночек — нежелание незнакомца смотреть вам в глаза**

## Как признать родственника недееспособным?

Могу ли я признать своего родственника недееспособным и как это сделать?

Сергей,  
Открытое ш.

документов и приложить к заявлению в суд, в рамках которого будет назначена судебно-психиатрическая экспертиза. В случае подтверждения наличия у гражданина психического рас-

стройства суд выносит решение о признании человека недееспособным, назначается опекун. Опекун от имени опекаемого совершает все юридически значимые действия.

### Отвечают специалисты правового центра «Вектор».

Когда человек страдает психическим расстройством и не в состоянии понимать значение своих действий и руководить ими, его могут признать недееспособным, и только в судебном порядке. Для обращения в суд необходимо собрать комплект

**Вектор** Московский Правовой Центр

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

www.mpcvector.ru  
Т. 8 (495) 21-21-027 без выходных С 10.00 до 20.00

«Семёновская», ул. Щербаконская, д. 3, 3-й эт., оф. 311  
«Бибирево», ул. Плещеева, д. 18, корп. 2  
«Алексеевская», пр-т Мира, д. 95, стр. 1, 5-й эт., оф. 13  
«Октябрьское Поле», ул. Народного Ополчения, д. 43, корп. 2, 1-й эт., оф. 3

ИНН 771595929296

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ №1

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

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ №2

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

## ГИБДД провела рейд в защиту детей

В округе прошло традиционное профилактическое мероприятие «ГИБДД в защиту детей». Инспекторы дежурили там, где ранее случались наезды на юных пешеходов: на ул. Лухмановской, 24; ул. Первомайской, 39; улице Игральной, у перекрёстка с 3-й Гражданской; просп. Будённого, 15; ул. Руднёвке, 14; ул. Молостовых, 1г. Сотрудники пресекали на-

рушения как со стороны водителей, так и пешеходов. Напомним, что штраф для водителя, не пропустившего пешехода на нерегулируемой «зебре», составляет 1500-2500 рублей. Для взрослого пешехода штраф за любое нарушение ПДД — 500 рублей. С несовершеннолетними нарушителями провели беседы о правилах безопасного поведения на улице.

Василий ИВАНОВ

# Гнев вам в помощь!

## Пять причин, по которым не надо бояться злости

**▶** Злиться — это нормально. Именно это чувство заставляет нас менять сложившийся порядок вещей. Если эмоции, особенно такие как агрессия и злость, не выхо-



дят наружу, человек может привыкнуть к ним и, как следствие, жить в стрессе, сваливая всё на работу или загруженность. Подробнее об этом рассказала директор семейного центра «Измайлово» Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы **Наталья Рыбакова**.

### Понять причину

Предмет агрессии часто смещён, придётся много раз задавать себе вопросы: «Что меня в этом злит? На что и на кого я злюсь на самом деле?», чтобы нащупать окончательный ответ. Злость чаще всего персональна.

Когда настоящий объект гнева найден, возникает вопрос «Что делать?». Но уже скорее не со злостью, а с нарушением границ, угрозой или дискомфортом, которые и порождают гнев как защитную реакцию.

Прислушайтесь к себе и к своим чувствам — возможно, именно гнев станет толчком, который поможет понять, на какие ситуации в вашей жизни стоит обратить внимание и где нужны перемены.

### Проявлять чувства

В семейный центр «Измайлово» обратилась семья Никулиных. Их пятнадцатилетний сын начал проявлять агрессию по отношению к трёхлетней

сестрёнке: отбирать вещи, толкать, кричать на неё. Ранее такого родители не замечали, поэтому и были очень обеспокоены. С их слов, они любят детей одинаково и игрушек у малышей равное количество.

После разговора с родителями психолог общался и с мальчиком. Оказалось, что ребёнок был обеспокоен тем, что папа считал его уже взрослым, а малышу не хватало отцовского внимания и любви. Мальчик испытывал стресс, а выместить его мог только на маленькой сестре.

После консультации у психолога родители пересмотрели свои взгляды на общение с детьми. Папа

стал проявлять заботу и внимание к сыну. Вместо «дай пять как мужчине» он подходил и обнимал мальчика. Ребёнку стало легче, так как он стал чувствовать любовь папы.

— Самое страшное для ребёнка — это потеря родительской любви и игнорирование. Часто дети ломают что-то, кричат или не слушаются не потому, что они такие злые, а потому, что им жизненно необходимо ваше внимание.

«Уж лучше мама с папой пусть отругают меня, чем вовсе не будут замечать» — вот такая мысль провоцирует их на плохое поведение. Ваша любовь и внимание — огромный ресурс и ценность для детей, — считает Наталья.

Илья ОРЛОВ

Получить индивидуальную консультацию профессиональных психологов и специалистов можно на базе столичных семейных центров по ссылке: [мойсемейныйцентр.москва](#)

**Гнев помогает бросить нелюбимую работу, закончить ненужные отношения**



## Почему злиться — это полезно

**1. Выплёскивание злости — отличный способ успокоиться.**

Когда мы сердимся, наш организм испытывает стресс. Когда организм испытывает стресс, мы начинаем злиться и сильнее хотим справиться со своим негативным состоянием. Проявление гнева даёт нам разрядку и позволяет привести нервы в порядок.

**2. Вымещение агрессии способствует увеличению продуктивности.**

Иногда умеренное проявление злости уместно в рабочем процессе. Так вы даёте понять партнёрам и коллегам, что определённые проблемы более важны и требуют быстрого решения.

**3. Злость помогает достигать поставленных целей.**

Мы злимся, когда не получаем того, чего действительно хотим. Гнев показывает, ка-

кие цели и задачи нам важны. Он же даёт энергию, чтобы преодолеть преграды и добиться желаемого.

**4. Регулярное проявление негативных эмоций помогает избежать нервного срыва.**

Зачастую за злостью идёт раздражение. Итог: люди бросают нелюбимую работу, заканчивают токсичные отношения, наконец-то съезжают от родителей и делают массу других вещей, на которые не решились бы в спокойном состоянии. И благодаря этому нам удаётся избежать наступления нервного срыва.

**5. Злость позволяет понять: что-то не так.**

Если вас буквально «накрывает», то даже если ум ещё не успел обработать информацию, вы чётко понимаете: вас обидели, унизили — словом, поступили неоправданно с вашей точки зрения.

## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

### На Красном Казанце отремонтировали дорожное ограждение

**?** Рядом с транспортным узлом — у прохода к жилым домам — погнуты и вышли из пазух прутья дорожного ограждения. Об острые края можно пораниться.

Михаил

Повреждённые профили дорожного ограждения, отделяющие тротуар от проезжей части у транспортного узла на улице Красный Казанец,

выпрямлены и закреплены. Об этом сообщили в ГБУ «Жилищник района Вешняки».

— Столбики и поперечные перекладины выровнены и зафиксированы, металлические профили, не поддающиеся ремонту, демонтированы, — пояснили в ГБУ.

Сейчас ограждение в порядке и надёжно отделяет тротуар от проезжей части.

Марина МАКЕЕВА

### На Погонном проезде восстановили искусственную неровность

**?** Искусственная неровность на Погонном проезде разбита, несколько секций отскочило, между другими — зазоры.

Никита, район Богородское

Искусственную дорожную неровность (ИДН), установленную на участке Погонного проезда, привели в порядок. Об этом сообще-

ли в ГБУ «Жилищник района Богородское».

— Рабочие выровняли резиновые и пластиковые секции и уложили их в контуре ИДН, изношенные фрагменты демонтированы, — пояснили в отделе благоустройства ГБУ. В настоящий момент «лежачий полицейский» закреплён с помощью специальной фурнитуры, пластины плотно прилегают к асфальту.

Марина МАКЕЕВА

### На остановке «Улица Юности» закрепили панель павильона

**?** Ждать автобусов в павильоне на остановке «Улица Юности» небезопасно. Створка информационного щита отошла от стены, на скамейку не сядешь. При сильном ветре панель может полностью оторваться.

Антон, ул. Молдагуловой

Створка, отошедшая от задней стенки павильона ожидания на улице

Юности, теперь плотно пригнана и зафиксирована. Об этом сообщили в ГБУ «Мосгортранс».

— Проблема возникла в связи с нарушением крепления створки, — пояснили в ремонтной службе Мосгортранса.

Ремонтники также проверили надёжность фиксации информационных щитов в других павильонах ожидания на улице Юности.

Марина МАКЕЕВА



Городской Межведомственный Правовой Комитет

- ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
- ВОЗВРАТ ДЕНЕГ ОТ НЕДОБРОВОЕСТНЫХ ЮРИСТОВ
- МОШЕННИЧЕСТВО
- ВЗЫСКАНИЕ / СПИСАНИЕ ДОЛГА
- ЖИЛИШНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ

реклама 0405

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

ОПРН 113746478990

▶ Завершились съёмки нового фильма кинорежиссёра, актёра и продюсера Романа Качанова «Марш утренней зари», где «засветился» целый ряд звёзд русского рока, среди которых Гарик Сукачёв, Жанна Агузарова, Найк Борзов. Интересно, что квартира главного героя в исполнении Гарика Сукачёва располагалась на улице Измайловский Вал.

### Агузарова сделала исключение

— Это фильм о том, как одно поколение меняет другое. В основе картины — рассказ, который я написал часов, наверное, за двенадцать весной 2020 года во время коронавирусного кризиса, — говорит режиссёр. — До определённого возраста все живы-здоровы, скачут на дискотеках, а после — снимают мерки и... закупают места на кладбище.

Действие происходит в конце 90-х годов в Москве. Главному герою предлагают организовать музыкальный конкурс, победители которого известны заранее. Но конкурсанты всё же честно вступают в борьбу за первое место. Жанна Агузарова в кино не снимается, но для Романа Качанова сделала исключение. Ключевую же роль сыграл рок-музыкант Гарик Сукачёв. С его персонажа всё начинается и им же всё заканчивается.

### Девяностые без бутафории

— Лучшее место для съёмок его квартиры мы нашли во дворах Измайловского Вала, рядом с институтом «Синергия».

# Гарика Сукачёва поселили на Измайловском Валу

В округе закончились съёмки нового фильма режиссёра Романа Качанова



Гарик Сукачёв в образе

всего найти), носили актуальные модные вещи тех лет, вытасканные из шкафов и привезённые с дач. Всю комнату обвешали календарями и плакатами 90-х, а на столе главного героя лежал атлас московских дорог за 1997 год.

### Большое кино за 18 дней

Напомним, что съёмки проходили в суровых условиях начавшейся пандемии. Как справлялись? Главная мысль была, отмечает режиссёр, — не сойти с дистанции!

— «С полей» ежедневно приходили «военные» сводки: кто-то из знакомых заболел, а кто-то вообще ушёл навсегда, — вспоминает Роман. — Так и снимали. Но, может, поэтому картина и была сделана быстро — за один календарный месяц, а если точнее — за 18 съёмочных дней. Мне нужно было иметь костяк таких актёров, чтобы их не срубил недуг. И я сформировал съёмочный состав из молодых людей, чтобы они не болели коронавирусом. Мы постоянно сдавали тесты, стали просто профессионалами по их сдаче. Потом я надевал масочку и, протерев лицо спиртом, принимался за работу...

Выход картины на большие экраны планируется в сентябре.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА



В условиях пандемии режиссёр сделал ставку на молодёжь

### Реквизит искали по знакомым, через Интернет, на развале в Измайлове

Одноэтажное здание среди жилых дворов мы переоборудовали под съёмки. У нас там была однокомнатная квартира с ванной, кухней и большим коридором, — рассказывает Роман.

Создатели фильма очень обстоятельно подошли к наполнению квартиры раритетами

90-х. Реквизит разыскивали и по знакомым, и через Интернет, и на соседнем развале в Измайлове. Консультант отлично разбирается в технике того периода: герои смотрели телевизоры именно того времени, звонили по настоящим «пикающим» телефонам (их, как ни странно, было тяжелее

Предоставлено съёмочной группой

**Московский финансово-юридический университет МФЮА**

Бессрочная гослицензия №1402 от 23.04.2015 г.  
Госаккредитация №3199 от 17.07.2019 г.

м «Авиамоторная»

**3-я Кабельная улица, дом 1**

**Бюджетные места**

- Государственный диплом
- Прием переводом из других вузов
- Обучение на двух и более специальностях одновременно

### Колледж МФЮА

- Правоохранительная деятельность
- Право и организация социального обеспечения
- Банковское дело
- Земельно-имущественные отношения и другие

### Высшее образование

- Таможенное дело
- Экономика
- Юриспруденция
- Информационные технологии и другие

**С 1 апреля объявлен приём документов.**

**8 (495) 673-21-15**  
**8 (495) 221-10-01**  
**www.mfua.ru**

реклама 0413

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**  
и расходные материалы к ним  
**ЕЖЕДНЕВНО БЕСПЛАТНО**  
проверка слуха и подбор

М «Семёновская»,  
Семёновская площадь, 7,  
БЦ «Веронд», 3 этаж, к. 304

М «Преображенская площадь»,  
ул. Преображенский Вал, 12

М «Первомайская»,  
ул. Средняя Первомайская, 4  
Т.: 8-925-069-06-95, 8-926-353-03-03

М «Курская»,  
ул. Земляной Вал, 38

СКИДКА ДО 60%. АКЦИЯ  
ДО 01.05.2021 г. ПРИ ПОКУПКЕ  
АППАРАТА БАТАРЕЙКИ В ПОДАРОК.

**(495) 640-3320**

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

реклама 0406

### Городская Коллегия Юристов

- Ведущие адвокаты и юристы
- 100% гарантии качества услуг
- Оплата по факту либо в рассрочку
- Скидки пенсионерам и инвалидам
- Бесплатное составление одного документа (до конца месяца)

Работаем строго по Федеральному закону № 324  
«О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации».

**Звоните прямо сейчас: 8 (495) 117-07-17**

**БЕСПЛАТНАЯ ОНЛАЙН-КНИГА**  
ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ БРОСИТЬ КУРИТЬ

**KURILBROSIL.RU**

ИНН 7708356995

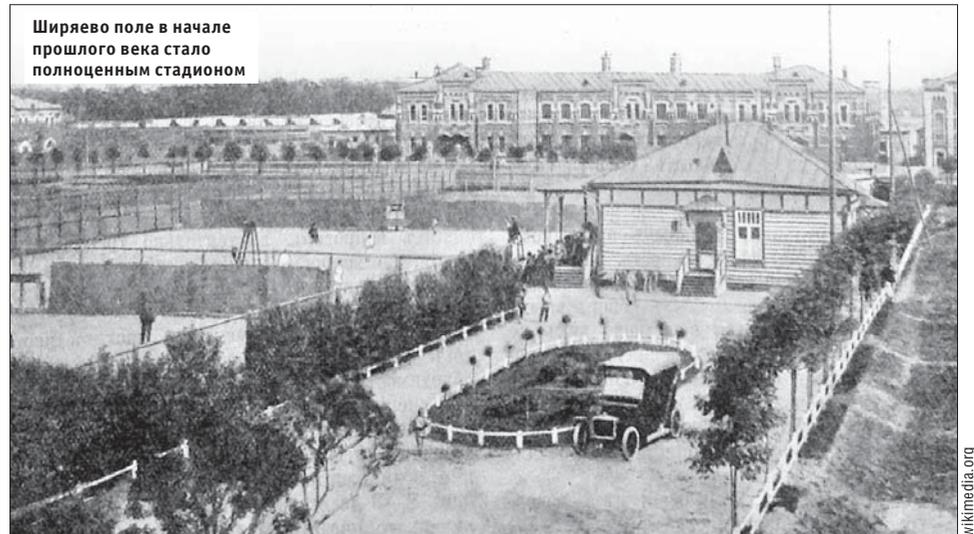
реклама 0199

# Футбольная команда была даже в семинарии

Как занимались спортом в Сокольниках 100 лет назад



Лыжный старт в Сокольниках. 1916 год



Ширяево поле в начале прошлого века стало полноценным стадионом

Начало прошлого века — время массового увлечения московской молодёжи спортом. Именно тогда стали создаваться самые разные добровольные объединения. Так, Общество любителей лыжного спорта и Московская лига лыжебежцев Сокольнического района имели свои катки, печатали афиши, устраивали состязания. Об этом вспоминал **Иван Саркизов-Серазини**, профессор Института физкультуры, один из основоположников лечебной физкультуры и спортивной медицины в СССР.

## Лыжные гонки курсисток

В те годы были популярны многокилометровые лыжные маршруты



по восточной и северной окраинам Москвы — со стартом и финишем в Сокольниках. Соревновались и мужчины и женщины. В Сокольниках регулярно устраивал лыжные состязания спортивный кружок Московских высших женских курсов.

«Участницы состязаний

## Курсистки вышли на лыжню в длинных юбках и мехах

вышли на старт в длинных юбках, огромных шляпах на головах. У некоторых на плечах был наброшен мех», — рассказывал в своих мемуарах профессор Саркизов-Серазини.

Кстати, на Московских высших женских курсах давали университетское образование. Лекции читали лучшие профессора Московского университета. Девушки четыре года изучали историю, литературу, философию, физику

и математику. А в 1906 году на курсах открылся ещё и медицинский факультет, клинической базой которого стала Бахрушинская больница на Стромынке.

## Кружок футболистов в Сокольниках

Летом в Сокольниках занимались бегом, велоспортом и теннисом. Но любимым видом спорта был футбол. «Почти каждое среднее учебное заведение имело свою футбольную команду, даже Московская духовная семинария», — рассказывал Саркизов-Серазини.

Один из первых членов футбольного кружка Роберт Венцтели вспоминал, как летом 1904 года проводил вечер в кофейне на Сокольническом кругу. Один из его друзей мно-

го рассказывал о спортивных играх в Германии и во Франции, откуда он только что вернулся, особенно о футболе. «Его рассказы нас так увлекли, что мы решили в какие-то пять минут с завтрашнего дня заняться футболом», — писал Венцтели.

Футбольные лиги уже начали создавать по всей Москве, в них объединялись любители кожаного мяча, живущие на одной улице. Свои команды были в подмосковных Новогиреево и Измайлово. Популярностью пользовался кружок футболистов «Сокольники».

## Ширяево поле — первый московский стадион

Специальных футбольных полей в городе ещё не

было. Играли на пустырях. Одним из самых популярных мест было Ширяево поле в Сокольниках — рядом с парком, между Богородским шоссе и Оленьим Валом.

В 1905 году Сокольнический клуб спорта обустроит в Ширяевке футбольное поле с травяным покрытием, ограждением и скамейками. Тремя годами позднее рядом появится павильон, который приспособят под раздевалку, и трибуны. Так «Ширяевка» станет первым московским футбольным стадионом. К слову, первые команды знаменитых столичных клубов «Спартак», «Динамо» и ЦСКА сложились как раз из футболистов, гонявших мяч в Сокольниках.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

## Мода на кафе-стекляшки пошла с Востока столицы

### СТАРЫЕ ГАЗЕТЫ

Подмосковный посёлок Измайлово вошёл в состав Москвы в 1935 году, но меняться на столичный фасон стал только лет через 20–25. К тому времени начался бум строительства кафе-стекляшек с панорамными окнами. Как писала газета «Вечерняя Москва», мода эта пошла с восточных районов города: кулинары треста столовых Сталинского района (сейчас Преображенское и Соколиная Гора) обменивались опытом с ленинградскими коллегами, заимствуя всё самое интересное.

«У ленинградцев много специализированных столовых и кафе. Растёт их количество и в столице, — рассказывала столичная газета в декабре 1960 года. — На Сиреневом бульваре открылись пирожковая, а неподалёку от неё — пельменная. Они разместились на вторых этажах отдельно стоящих зданий. На Большой Семёновской распахнула свои двери кофейня».

Наполненные влажным паром, с запотевшими стёклами... Их незатейливое меню помнят многие, но — вот парадокс! — оно не приедалось. Пирожок с мясом и чашка с горячим бу-

льоном, в котором сварили то самое мясо. Тарелка с разбухшими пельменями (мука первого сорта, тесто рыхлое, но вкусное). И кофе с молоком, сладкий до пригорности. Столики в липких кругах.

Несколько десятилетий стекляшки были символом повседневной столичной жизни. Их любили и кинематографисты. Эпизоды с кафе, пирожковыми, пельменными есть в культовых фильмах 1960-х: «Я шагаю по Москве», «Мне двадцать лет» («Застава Ильича»), «Дайте жалобную книгу», «Зигзаг удачи».

Татьяна ЩЕРБАКОВА



Кадр из фильма «Дайте жалобную книгу»

## АФИША

В Преображенском –  
бесплатное кино

30 марта в 14.00 в центральной библиотеке №70 имени М.А. Шолохова открывается кино клуб «Классика на экране» — совместный проект «Мосфильма» и библиотеки. В этот раз зрители увидят художественный фильм «Станционный смотритель» по одноимённой повести А.С.Пушкина, а перед показом услышат интересные истории, происходившие на съёмках.

Адрес: ул. Халтуринская, 18.

В Богородском –  
выставка  
гобеленов

3 апреля в 18.00 в галерее «Богородское» открывается персональная выставка художницы из Сибири Анны Коробейниковой. Посетители увидят 12 полотен, написанных автором в разных жанрах — от абстракции до портрета. Холстами для её картин послужили гобеленовые покрывала.

Адрес: Открытое ш., 5, корп. 6.

В Измайлове —  
фотошокола

Измайловский парк культуры и отдыха приглашает на бесплатные занятия по фотографии. Ученики познакомятся с современными цифровыми и классическими плёночными фотоаппаратами, узнают о технических особенностях фото-съемки.

Расписание: пн. — в 18.00, чт. — 19.00, вс. — 20.00.

Адрес: Московский просп., 26, выставочный павильон.



Наталья АНОХИНА



Сделать досуг ребёнка интересным и полезным — мечта любого родителя. И если популярные направления вроде танцев или рисования есть почти в каждом досуговом центре, то оригинальные секции в округе ещё поискать. Этим и занялась корреспондент «ВО».

## Борьба и акробатика

В центре культуры и спорта «Южное Измайлово» мальчишки 4-13 лет занимаются борьбой и акробатикой.

— Недавно наш воспитанник Александр Карпенков взял серебро на чемпионате мира по самбо, который проходил в Баку, — рассказала педагог-организатор центра Ольга Кузнецова.

Занятия в секции проходят пять раз в неделю. Они включают упражнения на растяжку, кувырки, акробатические прыжки, занятия по самбо, дзюдо, вольной борьбе и бразильскому джиу-джитсу.

Набор в секцию проводится в течение всего года, есть бюджетные места. ЦКиС «Южное Измайлово»: ул. Чечулина, 10. Тел. (499) 308-5180. <https://гбу-цкс.рф/>

Художественная  
гимнастика  
для мальчиков

Набор в секцию художественной гимнастики для мальчиков 3-6 лет начался в центре творчества, досуга и спорта (ЦТДиС) Новокосино «Родник». Занятия будут проходить три раза в неделю.

— Принято считать, что художественная гимнастика — это для девочек,

От джиу-джитсу  
до танцев на пуантах

Что необычного предлагают детские досуговые центры округа



В секции борьбы ЦКС «Южное Измайлово»

Артур Новосильцев

В мюзиклах центра  
«Измайлово» вместе  
выступают юные  
и взрослые артисты

— говорит руководитель центра Марина Голубкова. — На самом деле это не так. Упражнения для мальчиков будут направлены на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия, развитие гибкости, силы, выносливости и ловкости. Да и нагрузки будут совсем другие, ори-

ентированные на физическое развитие именно мальчиков.

Впрочем, девочкам заниматься художественной гимнастикой в «Роднике» тоже можно. Для них работает отдельная секция. ЦТДиС Новокосино «Родник»: ул. Новокосинская, ба. Тел. (495) 702-1701. <http://ctdsrodnik.ru/>

Детские шоу-ревью  
и мюзиклы

Центр культуры и спорта (ЦКиС) «Измайлово» приглашает детей и подростков от 3 до 16 лет на занятия в студии «Детское шоу-ревью «Степхаус».

— Шоу-ревью — это эстрадные представления, составленные из разных номеров, куда входят вокал, эстрадная и классическая хореография, дефиле, танцы на пуантах и другие элементы, — рассказывает художественный руководитель студии Алексей Буланый. — Также мы с ребятами ставим

мюзиклы, в которых юные и взрослые артисты выступают вместе.

Воспитанники «Степхауса» не единожды побеждали на всероссийских хореографических конкурсах и фестивалях, выступали в Эстонии, Италии и других странах.

ЦКиС «Измайлово»: Измайловский бул., 19а. Тел. (495) 965-3321. <http://centrdosuga.ru>

Наталья АНОХИНА



Смотреть  
здесь

## В Косино-Ухтомском приглашают на музыкальные квартирники



Кристина Аветисова с участниками квартирника

Из личного архива

На музыкальные квартирники в Косино-Ухтомском ежемесячно собираются авторы и исполнители песен разных жанров. Главное условие — петь со сцены вживую, а не под фонограмму.

— Три года назад я решила собрать ребят-музыкантов, которым негде выступать. Я сама пишу песни, играю на гитаре и не понаслышке знаю, как сложно найти своих слушателей, — рассказала автор проекта победительница городского конкурса «Лица рай-

она» в номинации «Культура и искусство» Кристина Аветисова.

Юбилейный квартирник «В кругу друзей» прошёл недавно в благоустроенном Лухмановском сквере под открытым небом и собрал около сотни зрителей.

— Несмотря на то что было холодно, концерт получился эмоционально очень тёплым, — говорит Кристина. — Самой младшей участнице было всего четыре года. Петь со сцены вызвались даже зрители.

Кстати, в этом особенность наших квартирников — когда границы между зрителем и исполнителем стираются.

По словам Кристины, следующий квартирник в Косино-Ухтомском пройдёт во второй половине апреля и будет посвящён весне. Точное место и время сообщат на странице в соцсети «ВКонтакте»: <https://vk.com/kvartirnikku>.

Наталья АНОХИНА





РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА



# Тяга к путешествиям — из бабушкиной деревни

«Фото с цыплятами сделано в сених бабушкиного дома в Рязанской области, мне тогда было года четыре», — написал участник нашего фотоконкурса житель Ивановского Михаил Наумов.

В деревне он проводил все летние каникулы. Ходили на речку, в лес, на рыбалку в другую деревню за 5 км (иногда с ночёвкой). «Если я приходил к товарищам,

а они убирали сено или пилили дрова, я им помогал, — вспоминает Михаил. — Вечером их мама приносила нам крынку молока: мол, ваш Мишка нам подсобил. Такие были отношения. Скорее всего, тяга к путешествиям родом из этой деревни».

Потом были армия, Московский геолого-разведочный институт. Дальше грянула перестройка, и государство на какое-то время поте-

ряло интерес к геологии. Пришлось работать промышленным альпинистом, охранником, продавцом на рынке, электрослесарем. Сейчас Михаил работает сервисным инженером. А вне работы — конные походы, горные лыжи, охота, рыбалка, фотография.

«Второй снимок, где я радостный дедушка, сделан в конном походе по Тверской области, — написал наш читатель. — Это 2014 год, мне 53».

Присылайте своё детское фото (лучше сюжетное) и фото себя нынешнего по адресу: [pochta@newsvostok.ru](mailto:pochta@newsvostok.ru) с пометкой «На фотоконкурс». Напишите, кем вы мечтали стать и кем в итоге стали. Не забывайте указывать свой район. Лучшее из присланного мы будем публиковать в течение года. Победителей ждут призы. Ваш «ВО»



Из личного архива



Из личного архива

## ЧТО ПОЧИТАТЬ В РАЙОННЫХ ОНЛАЙН-ИЗДАНИЯХ

### Картонная Ольга Бузова поселилась в Гольяново

В газете «Гольяново» появился забавный снимок с картонной фигуркой известной телеведущей и певицы Ольги Бузовой. Картонная дива размером с первоклассника установлена в одном из подъездов на Хабаровской улице.

Все новости района Гольяново



### В «Лосином Острове» начали отлов бездомных собак

В газете «Богородские ведомости» рассказали, что в национальном парке «Лосиный Остров» начали отлов бродячих псов, которые представляют угрозу для животных. Они уже загрызли пятерых оленей. А недавно сотрудники спасли от них кабана. В парке заверили, что выловленных собак отправят в приюты.

Все новости района Богородское



### В Измайловском кремле станцевал Дедпул

В газете «Восточное Измайлово» опубликовали фото молодого человека в костюме популярного героя комиксов Дедпула, который танцевал вприсядку на территории Измайловского кремля и показывал приёмы владения мечом. Перформанс был посвящён праздникам Масленицы.

Все новости района Восточное Измайлово



Подготовила Виола СЕРГЕЕВА

## ВАШЕ МНЕНИЕ

### От мошенников защитит бдительность

В прошлый раз мы спросили наших читателей, попадались ли они на удочку мошенников. Большинство принявших участие в опросе — **38%** — ответили, что на удочки аферистов не попадались, так как всегда настороже.

Чуть меньше — **30%** — проголосовавших сказали, что чуть было не клюнули, но вовремя остановились. **19%** заявили, что им мошенники не попадались. А **13%** выбрали вариант ответа: «Да, потерял деньги».

В «Лосином Острове» стая одичавших псов стала серьёзной угрозой для местных диких животных. Сейчас собак отлавливают для передачи в приют.

### А как вы относитесь к бездомным псам?

- 1 Ужасно их боюсь, я за отлов и передачу их в приют.
- 2 Не вижу в них ничего страшного, иногда подкармливаю.
- 3 Подбираю и ищу им хозяев.
- 4 Давно не встречал бездомных псов.

Проголосовать можно на главной странице сайта [newsvostok.ru](http://newsvostok.ru)



## АНЕКДОТЫ



● Мозг человека устроен удивительным образом. Он работает постоянно с момента рождения до момента покупки смартфона.

● Если девушка говорит вам: «Иди и найди другую, лучше меня!», это значит, что вы должны ответить: «Мне никто не нужен, кроме тебя!», а не убежать с криком «Ура!»

● Ссора в сети: — Ни одной твоей букве не верю! — Не повышай на меня шрифт! И не тыкай в меня восклицательными знаками!

● — Хочу сделать будущему мужу гравировку на обручальном кольце. Что посоветуете? — Надпись: «Сейчас же надень обратно!»

● Учительница в дневнике написала: «Ваш сын ничего не знает». Отец в ответ написал: «Поэтому я его и отправляю в школу».

● Почему программисты не живут отдельно от родителей? Не хотят, чтобы отключилась функция автозаполнения холодильника.

● Сегодня на работе часа полтора не было Интернета. Выпили весь чай... разговорились... познакомились...

## ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№11 (392) МАРТ 2021 год

Учредитель: 000 «РИЦ Северо-Восток». Издатель и редакция: Общество с ограниченной ответственностью «Местные новости», 117246, г. Москва, Научный пр., 19, 2-й этаж, комн. 6д, оф. 76.

Главный редактор Е.Ю.Ильина.  
Шеф-редактор И.А.Панков.  
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 №793. Подписано в печать 25.03.2021 г. Выход в свет 26.03.2021 г.  
Отдел по работе с читателями: тел. (499) 647-6831.  
Размещение рекламы: тел. (495) 782-8212.  
Газета распространяется на территории Восточного административного округа г. Москвы. Бесплатно.  
Вопросы по доставке: тел. (499) 647-6828.  
Может содержать материалы 12+