

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 43 (424)

НОЯБРЬ
2021

WWW.NEWSVOSTOK.RU

POCHTA@NEWSVOSTOK.RU

VK.COM/VAOMOSKVA

TWITTER.COM/VAOMOSKVA

Сергей Собянин:
донорам плазмы
вдвое увеличат выплаты



Владимир Новиков/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

стр. 2

Бей первой, Катя!

Спортсменка из ВАО Екатерина Пономарёва
стала чемпионкой мира по кикбоксингу

стр. 4



Из личного архива



Артур Новосильцев

«Дорожный
патруль»
придёт
на подмогу
в любое время
дня и ночи
стр. 7

Любимому
танцу
Мэрилин Монро
учат в Перове
стр. 12



Лауреаты
конкурса
мемуаров
поделились
опытом
стр. 14

За пожилых москвичей в магазин и аптеку идут волонтеры

Студент и железнодорожник из ВАО включились в общероссийскую акцию #МыВместе

В Москве продолжается общероссийская акция #МыВместе. Добровольцы из числа горожан привозят продукты и лекарственные препараты москвичам старшего возраста и тем, у кого есть хронические заболевания.

— В Москве, к сожалению, ситуация остаётся непростой. У нас около 3 миллионов пожилых людей находятся в самоизоляции. И конечно, им требуется постоянная помощь — и социальная, и психологическая, — отметил мэр Москвы Сергей Собянин во время посещения штаба акции #МыВместе.

Акция взаимопомощи #МыВместе началась в марте 2020 года. В Москве её поддержал и организовал работу ресурсный центр «Мосволонтер». К акции присоединились свыше 23 тысяч человек.

Доставка за два часа

Сергею Черемкину с Сиреневого бульвара 28 лет. Он работает проводником на железной дороге.

— Ещё в первую волну пандемии увидел социальную рекламу акции

взаимопомощи #МыВместе. Решил присоединиться, — говорит Сергей. — Бабушке с Сиреневого бульвара приносил продукты, мы долгу разговаривали. До пенсии она работала в поликлинике, сейчас осталась одна.

Сергей состоит в группе волонтеров ВАО в WhatsApp. Туда из колл-центра акции #МыВместе поступают заявки на округ.

— Передвигаюсь пешком. Очень хорошо знаю округ, — продолжает волонтер. — Семье, которая была в самоизоляции, понадобились лекарства. Я как раз находился поблизости. Заявительница очень

Акция взаимопомощи началась в марте 2020 года

удивилась, когда через два часа после её звонка на горячую линию «Мосволонтера» ей уже принесли лекарства.

Пыталась вернуть разницу

23-летний Вадим Родионов с Щербаковской улицы учится в МАИ. Говорит, что в «Мосволон-



О работе штаба акции Сергей Собянин узнал из первых рук

Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

тер» вступил ещё в 2017-м. Случались и забавные истории.

— В кассе магазина случился сбой: несколько позиций не пробилось, — вспоминает Вадим. Я не обратил на это внимания. А пожилая заявительница сразу заметила, что общая сумма покупки меньше той, на которую она рассчитывала. Решила, что



Вадим Родионов стал волонтером четыре года назад

я потратил свои деньги, и очень долго пыталась вернуть мне разницу. Только когда я попросил позвонить ей из штаба и объяснить, что ничего не покупал за свой счёт, бабушка успокоилась.

Сейчас Вадим снова помогает соседям из группы риска.

Оксана МАСТЮГИНА, Олег ДАНИЛОВ

Заявки на доставку продуктов и лекарств принимаются по тел. горячей линии: **8-800-200-3411**

Артур Новосильцев

Выплаты донорам плазмы с антителами к COVID-19 увеличат вдвое

Люди, сдающие плазму для лечения коронавирусной инфекции, теперь будут получать 10 тыс. рублей, а не 5 тысяч, как прежде.

— Мы приняли решение: с 1 ноября задним числом пересчитаем и будем выплачивать за одну донацию 10 тысяч рублей, — сказал мэр Москвы Сергей Собянин во время посещения пункта заготовки плазмы с антителами к COVID-19 на Шаболовке, который заработал в филиале ГКБ №1 им. Пирогова. — Я думаю, что это будет также дополнительным материальным стимулом в такой большой благородной работе, которую делают наши доноры.

Мэр отметил, что сдающие плазму делают это не ради за-

работка, а чтобы помочь заболевшим, но всё же город поддерживает их материально.

Напомним, что в 2020 году в

Москве начали лечить пациентов с тяжёлой формой COVID-19 с помощью донорской плазмы с антителами к коронавирусу. Со-

гласно исследованиям, проведённым московскими врачами, переливание плазмы увеличивает выживаемость пациентов на 19%, а необходимость перевода пациента на ИВЛ сокращается в два раза. За прошедшие полтора года такое лечение прошли 20 тысяч человек. Донорами за это время стали 30 тысяч человек, 75 из них сдали плазму 10 раз и более. Всего город заготовил более 23 тонн плазмы для лечения COVID-19.

В Москве плазму заготавливают сегодня в семи стационарных пунктах. На Шаболовке находится самый крупный в России. Возможности пункта позволяют брать до 300 донаций в день и заготавливать до 5 тонн плазмы ежемесячно.

Одновременно сдавать плазму могут 50 человек.

— В целом на пике мы можем производить в месяц уже около 10 тонн плазмы, что позволит не только давать плазму больным людям, но и создавать на базе плазмы иммуноглобулины и специальные лекарства, которые повышают иммунитет и спасают людей. Огромное спасибо всем, кто принимает участие в этой работе, — сказал Сергей Собянин.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Донорами плазмы могут стать вакцинированные или переболевшие россияне в возрасте от 18 до 55 лет. Обращаться по тел. горячей линии **(495) 870-4516** ежедневно с 9.00 до 19.00 часов



Возможности пункта позволяют брать до 300 донаций в день

Владимир Новиков/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

Количество антител значения не имеет

Пять вопросов о ревакцинации

За последний месяц всё больше горожан хотят пройти повторную вакцинацию. На вопросы москвичей о ревакцинации ответила **Надежда Шувалова**, заведующая терапевтическим отделением КДЦ №2 на Миллионной улице.

Для повторной вакцинации можно использовать любую отечественную вакцину. В настоящее время в городских прививочных пунктах бесплатная повторная вакцинация (через полгода после первой) проводится однокомпонентным препаратом «Спутник Лайт».

от гриппа — в один день. Взаимодействие «Спутника V» с вакциной для профилактики гриппа изучено в доклинических исследованиях. Одновременное введение обеих вакцин не снижает выработку иммунитета. Ранее одновременную вакцинацию от ковида и от гриппа одобрила ВОЗ. Также можно одновременно вак-

цинироваться от гриппа и пройти повторную вакцинацию «Спутником Лайт», который является первым компонентом препарата «Спутник V». Вакцины вводят одну — в правое плечо, другую — в левое.

5 Какие противопоказания есть для повторной вакцинации?

Повторную вакцинацию нельзя проходить при наличии симптомов ОРВИ и в период обострения хронических заболеваний. Вакцинацию проводят через 2-4 недели после выздоровления или ремиссии. Также противопоказанием являются тяжёлые аллергические реакции в анамнезе и период грудного вскармливания.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

4 Можно ли совмещать прививку от гриппа с вакцинированием от COVID-19?

Можно. Этой осенью сезон заболеваемости гриппом и ОРВИ наложился на период роста заболеваемости коронавирусной инфекцией. В связи с этим в октябре 2021 года Минздрав России разрешил одновременную вакцинацию от COVID-19 и

Минздрав разрешил делать прививку от ковида и от гриппа в один день



Из личного архива

1 Через сколько месяцев нужно проходить повторную вакцинацию?

В условиях неблагоприятной эпидемиологической ситуации, а также в связи с циркулирующей штамма «Дельта» рекомендуется повторно вакцинироваться через полгода после первой вакцинации или после выздоровления от коронавирусной инфекции. Причём сделать это нужно независимо от наличия и уровня антител.

2 От какой даты следует отсчитывать шесть месяцев, если первый раз прививался двухкомпонентной вакциной?

Отсчитать шесть месяцев следует от даты получения второго компонента.

3 Какой вакциной можно повторно прививаться?



Для повторной вакцинации можно использовать любую отечественную вакцину

Yuri Kochetkov/EPA/TACC

Продления нерабочих дней в Москве не будет

Московские власти не планируют продлевать нерабочие дни с 8 ноября.

— В Москве ситуация с пандемией, динамика заболеваний стабилизировалась. Это касается и выявляемости заболеваний, и госпитализации пациентов с тяжёлой формой. Это позволяет сделать вы-

вод, что с понедельника нерабочие дни продлены не будут. Мы приступаем к обычной работе, — сказал Сергей Собянин на открытии эндоскопического центра ГКБ им. Буянова на Юге столицы.

Но несмотря на окончание периода нерабочих дней, отметил мэр, необ-

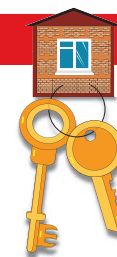
ходимо соблюдать санитарные нормы.

— С понедельника (8 ноября. — *Ред.*) в Москве вводится проход в театры, музеи только при предъявлении QR-кода. В целом, конечно, стоит задача, чтобы дальше обезопасить себя и близких, — необходимо вакцинироваться.

Пункты вакцинации везде работают. Несмотря на то что количество желающих значительно увеличилось, доступность этой услуги в Москве хорошая. При необходимости мы всегда можем нарастить дополнительные пункты вакцинации, — сказал Сергей Собянин.

ПОВЕЗЛО!

В Москве среди вакцинированных от COVID-19 разыграли ещё две квартиры



Две однокомнатные квартиры разыграли среди москвичей, получивших первый компонент вакцины или прошедших ревакцинацию с 25 по 31 октября. Победителями стали Елена Викторовна (последние цифры номера телефона 2039) и Илья Михайлович (последние цифры номера телефона 0206). Их имена объявили в прямом эфире телеканала «Москва 24». Это уже второй розыгрыш. Они проходят каждую среду, последний состоится **24 ноября** среди тех, кто сделает прививку с **15 по 21 ноября**.

Проверить, стали ли вы победителем, можно на сайте mos.ru.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

В Москве усилен контроль за ношением масок в транспорте

В нерабочие дни ноября в городском транспорте почти 10 тысяч пассажиров были оштрафованы за отсутствие масок.

— В связи с ростом числа инфицированных коронавирусом более 1,5 тысячи контролёров проводят усиленные проверки соблюдения масочного режима во всём транспортном комплексе столицы. Только в первые не-

рабочие дни было выявлено почти 10 тысяч нарушителей масочного режима, — сообщил руководитель ГКУ «Организатор перевозок» Владислав Султанов.

По его словам, контролёры выписывают штраф даже в том случае, если маска у пассажира есть, но не закрывает рот и нос, а значит, надевается неправильно.

Олег ДАНИЛОВ

Магазин в Соколиной Горе закрыли из-за нарушений санитарных норм

Специалисты столичного Роспотребнадзора опечатали здание торгового дома «Арколь» на пр. Будённого, 18б, поскольку администрация магазина не соблюдает меры безопасности, введённые столичными властями из-за роста количества заболевших COVID-19.

— При проведении проверки установлено, что в ТЦ нет бактерицидных облучателей, не организована уборка помещений

с применением дезинфицирующих средств, отсутствуют санитайзеры и нет разметки социальной дистанции, — рассказала ведущий специалист-эксперт отдела Управления Роспотребнадзора в ВАО Анна Плахова.

Она также сообщила, что сейчас здание магазина опечатано, а материалы проверки переданы в суд. За такие нарушения организации грозит закрытие на 90 суток.

Валерий ПОПОВ

ВАЖНО

Адреса пунктов экспресс-тестирования в ВАО

- центр госуслуг района Косино-Ухтомский (Святоозёрская ул., 12);
- центр госуслуг района Измайлово (3-я Парковая ул., 24);
- центр госуслуг района Новогиреево (ул. Алексея Дикого, 3);
- центр госуслуг района Преображенское (ул. Малая Черкизовская, 14);
- центр госуслуг района Сокольники (ул. Стромынка, 2);
- флагманский офис МФЦ ВАО (Щёлковское ш., вл. 75);
- ТПУ «Локомотив» (2-й этаж, зал №2);
- ТПУ «Измайловская» (2-й этаж, центр зала);
- ТЦ «Шангал» (Зелёный просп., 62а).

Спортсменка из Восточного Измайлова стала чемпионкой мира по кикбоксингу



Кандидатом в мастера спорта Екатерина стала всего за полгода



Воспитанница спортшколы олимпийского резерва «Трудовые резервы» на Нижней Первомайской улице Екатерина Пonomарёва не оставила никаких шансов соперницам на чемпионате мира по кикбоксингу в Италии. Все победы судьи отдавали Екатерине единогласно.

Мама смотрит все трансляции соревнований, где выступает дочь

— Очень довольна своим результатом, — призналась девушка. — Бои были непростыми, ведь каждая соперница сильна по-

своему: другая страна — другая школа. Особенно важно для меня было встретиться с представительницей Германии — фавориткой в нашей весовой категории.

Екатерине 25 лет, кикбоксингом занимается с семнадцати.

— В этот спорт я пришла поздно, но он покорила меня с первой же тренировки. Поначалу было тяжело, но уже через полгода я стала кандидатом в мастера спорта, — рассказала девушка.

Родители, по словам Екатерины, поначалу противились её занятиям. Но потом, оценив настойчивость и успехи дочери, стали активно её поддерживать.

— Мама не пропускает ни одной прямой трансляции моих соревнований, смотрит даже на работе, — улыбается она.

Сейчас спортсменка готовится к новому сезону. Отдохнув, она намерена начать путь к новой цели — званию заслуженного мастера спорта.

Мария ГОРБУНОВА

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Из архива редакции

Загадки 16-й Парковой

Тут на днях — в ночь с 31 октября на 1 ноября — отмечали Хеллоуин. Старшее поколение этот заграничный праздник нечистой силы, как правило, не понимает и не приветствует. А вот молодёжи всякие весёлые страшилки нравятся. Но иногда даже зрелые, умудрённые жизнью люди готовы поверить в какую-нибудь мистику.

Загадочную историю рассказала нам Елена, жительница Северного Измайлова. Семья Елены живёт на первом этаже дома на 16-й Парковой и довольно долго страдает от недостатка дневного света: перед окном разросся куст, некоторые ветки не уступят по толщине черенку лопаты. Летом зелень закрывает солнце, при ветре култышки веток долбят в стекло, угрожая пробиться прямо в комнату.

Елена настойчиво требовала от управляющей организации избавиться её от этой напасти. И жительницу вроде бы даже услышали: прислали комиссию для осмотра злосчастного куста. Вот только выводы у членов комиссии и членов семьи Елены кардинально разошлись. «Зелёные насаждения произрастают в соответствии с действующими нормативно-правовыми актами г. Москвы, обрезка ветвей не требуется», — извещали заявителя в официальном ответе.

«Ну и что тут мистического?» — спросит читатель. Пока ничего. Но Елена описала эту ситуацию в письме в редакцию. И в день, когда отправила его нам, ветки у дома на 16-й Парковой чудесным образом обрелись. Не собирались, но обрелись. Вот что это? Прямо мистика какая-то.

Мы в этом смысле народ очень противоречивый. По опросу «Яндекса» аккурат в Хеллоуин большинство россиян побожилось, что не суеверны, но тут же и сознались, что присаживаются на дорожку, смотря в зеркало, когда приходится вернуться домой, и не передают вещи через порог. А так-то не суеверны...

Игорь ПАНКОВ

ПОЖАРЫ

За минувшую неделю в округе произошло 4 пожара, спасены 2 человека, 1 погиб

В Сокольниках спасли двоих человек

Вечером 26 октября в доме 25 на Русаковской улице в Сокольниках произошёл пожар. В одной из квартир на шестом этаже вспыхнули вещи и мебель, огонь охватил 15 «квадратов», подъезд наполнился дымом. Двигаясь практически наощупь, из горящей квартиры пожарные вывели двоих человек, с верхних этажей эвакуировали ещё пятерых. Причина пожара выясняется.

На Поселковой погиб мужчина

Утром 28 октября в частном секторе в районе Косино-Ухтомский на улице Поселковой загорелся частный дом. Пламя быстро охватило деревянное здание. В огне погиб 66-летний мужчина. Причина трагедии устанавливается.

Эльвира ЯКУПОВА

Схема проезда по СВХ временно изменится

В районе Богородское будет введено временное ограничение на проезд автомобилей по Северо-Восточной хорде. Об этом сообщили в пресс-службе городского Центра организации дорожного движения.

— На трёхкилометровом участке хорды от дома 27, стр. 2, на ул. Лосиноостровской до платформы Ростокино для проезда автомобилей оставят пять полос из шести, — пояснили в ведомстве.

Ограничения будут действовать до 15 декабря. Изменить схему проезда пришлось для того, чтобы достроить съезды с основного хода главной северо-восточной городской магистрали.

ЦОДД рекомендует внимательно следить за указаниями временных дорожных знаков.

Игорь СИБИРЯКОВ



В Кускове найден редкий гриб-баран



Александр Бенедиктов

В Кусковском лесопарке нашли редкий не только для Москвы, но и для России гриб — грифолу курчавую. Его ещё называют гриб-баран. Как говорит биолог из МГУ Александр Бенедиктов, который его обнаружил, гриб-баран является показателем того, что экология леса или старого лесопарка почти не нарушена. Плодовое тело гриба образуется не каждый год и растёт с конца лета до первых заморозков чаще всего у корней старых дубов. В молодом возрасте он съедобен: его мякоть,

растёртая в пальцах, приятно пахнет орехом. Однако в условиях города, как и все грибы, он способен накапливать вредные вещества, поэтому лучше отказаться от его употребления.

— К сожалению, места произрастания грифолы находятся вне новой особо охраняемой природной территории «Природно-исторический парк «Кусково». Ради краснокнижной находки было бы правильным расширить эти границы, — отметил Александр Бенедиктов.

Илья ОРЛОВ

Из хрущёвки в новостройку с прибавкой жилплощади

Может ли участник программы реновации встать на жилищный учёт

В прошлом номере «ВО» вышел материал о работе общественного штаба по контролю за реализацией программы реновации. Один из вопросов особенно заинтересовал наших читателей: как бесплатно получить квартиру большей площади в новостройке. Об этом рассказал председатель общественного штаба Валерий Теличенко.

Жилплощадь меньше нормы

Встать на жилищный учёт может только гражданин РФ.

— В Москве нужно быть зарегистрированным по месту жительства не меньше 10 лет, а также быть признанным малоимущим, — рассказывает председатель штаба. — По регламенту за последние пять лет нельзя было совершать действий, повлёкших за собой ухудшение жилищных условий. Это либо продажа или дарение квартиры, либо заключение договора мены, в результате которого жилплощадь стала меньше. Ухудшением считается и тот случай, если в квартире за последние пять лет прописали новых людей.

Размер общей жилплощади на каждого члена семьи должен быть меньше: 10 «квадратов» в отдельной квартире или 15 в коммуналке. Здесь учитывается не только площадь жилья, где пропи-



При переселении малоимущая семья получит жильё по норме 18 квадратных метров на каждого

Антон Кардашов/Агентство «Москва»

Перед постановкой на учёт посчитают даже старенький домик в деревне

саны члены семьи, но и всё остальное жильё, которое у них есть.

— Если вдруг выяснится, что кто-то в семье владеет пусть даже старым домиком в деревне, это может послужить основанием для отказа в постановке на учёт, — говорит Валерий Теличенко.

Заявление рассматривают месяц

Если условия соблюдены, нужно подать заявление в центре госуслуг «Мои документы». С собой необходимо взять паспорт, свидетельства о рождении детей, сви-

детельство о заключении брака, а также согласие всех совершеннолетних членов семьи на получение услуги. Причём последняя бумага должна быть заверена нотариусом. Конечно, нужен документ, который подтвердит, что семья живёт в Москве не меньше 10 лет. Плюс справки о размерах доходов каждого члена семьи. Это основные документы, а полный список можно найти на портале mos.ru. Для этого нужно зайти в раздел «Инструкции», нажать на плашку «Соцподдержка» и выбрать инструкцию, как встать на жилищный учёт. Заявления будут рас-

сматривать 30 рабочих дней. Если всё в порядке, в Департаменте городского имущества появится новое учётное дело. Значит, семья встала в очередь на улучшение жилья. Перед началом переселения нужно будет пройти перерегистрацию учётного дела — проверить, в порядке ли все документы. Об этом будущим новосёлов уведомят официально. При переселении семья получит жильё с новой нормой — по 18 кв. метров на каждого. Однако очередникам могут предлагать квартиру не в том районе, где они проживают.

Помогли семье с шестью детьми

За помощью можно обратиться в общественный штаб.

— К нам обратилась многодетная семья — муж с женой и шестеро детей.

Они рассказали, что состоят на жилищном учёте и живут в однокомнатной квартире по договору соцнайма. В помощь от государства они получили коттедж в срочное безвозмездное пользование. Однако при переселении семье предложили равнозначную квартиру, а не жильё с большей площадью, — рассказывает Теличенко.

Специалисты штаба подсказали, что нужно написать заявление в Департамент городского имущества об отказе от коттеджа. Семья так и сделала. Новое жильё они получили большей площади.

Михаил КОФАНОВ

Тел. горячей линии общественного штаба по реновации (495) 548-2080 (в будние дни с 9.00 до 20.00). Эл. почта: renovation@shtab.opmoscow.ru. Сайт: renovation.opmoscow.ru

КОРОТКО

Пятиэтажку на 11-й Парковой полностью расселили

В октябре 2021 года в Москве по программе реновации завершено расселение ещё шести домов. Об этом сообщили в пресс-службе городского Стройкомплекса.

Дома находятся в шести районах Москвы. В этот список входит и пятиэтажка, расположенная на 11-й Парковой ул., 57, корп. 1.

— Отселённый жилой фонд будет демонтирован по технологии умного сноса, а на освободившихся территориях город возведёт современное жильё для других участников программы, — пояснили в Депстрое.

Всего же за время работы программы реновации отселено 126 домов, из которых 65 уже снесено. В Восточном округе сейчас в новое жильё переезжают жители 16 домов.

В Измайлове появились станции велопроката

Арендовать велосипед для поездок по городу теперь можно у метро «Партизанская» в районе Измайлово. Об этом сообщили в городском Департаменте транспорта.

— Ноябрь балует нас солнечной погодой, а мы совместно с «Велобайком» продолжаем открывать станции велопроката в новых районах — теперь и в Измайлове. Здесь появились сразу три новые станции, — пояснили в ведомстве.

Станции расположены на Измайловском просп., вл. 53А, стр. 1; Измайловском ш., 69д, стр. 2; у метро «Партизанская», выход №1; а также на ул. Ибрагимова, 32.

Игорь СИБИРЯКОВ

В округе капитально отремонтировали 68 дорог и тротуаров

С начала года в Восточном округе капитально отремонтировали 68 дорог и тротуаров.

Их общая площадь — более 2,1 млн кв. метров. В том числе 1,6 млн кв. метров — проезжая часть и почти 533 тыс. кв. метров — тротуары, уточнили в управлении ЖКХ и благоустройства префектуры ВАО.

Дороги отремонтированы на Большой Черкизовской, Русаковской, Большой Семёновской, Золотой улиц, на шоссе Энтузи-

стов, Богородском, Новоухтомском, Косинском и Измайловском шоссе. На днях закончился ремонт на Щёлковском шоссе, 11-й Парковой и 2-й Владимирской улицах.

— Здесь уложили новый асфальт, поменяли бордюры, установили пешеходные ограждения и нанесли разметку. Кроме того, привели в порядок смотровые колодцы и прилегающие к дорогам газоны, — рассказали в управлении ЖКХ округа.

При этом текущий ремонт до-

рог продолжается круглогодично. Речь идёт о ямочном ремонте. К началу ноября на эти цели было потрачено 9 тысяч тонн асфальта. Рабочие убрали выбоины и неровности на дорогах ВАО общей площадью 81 тысяча кв. метров.

На следующий год планируют отремонтировать ещё 104 дороги и тротуара в ВАО, в том числе сделать ремонт на Краснобогатыйской улице, Преображенском Валу и проспекте Будённого.

Анастасия ШУРКАЕВА



На Русаковской обновили асфальт между трамвайными путями

Артур Новосильцев

Чат вам в помощь

Общение онлайн изменило жизнь соседей в Косино-Ухтомском

▶ Ремонт вентиляции или установку шлагбаума во дворе можно обсудить не только на общем собрании собственников жилья, но и в группе в мессенджере. Олеся Фёдорова — администратор чата, который завели жильцы дома 4 на улице Татьяны Макаровой. Она рассказала «ВО» о том, как контакты онлайн меняют жизнь соседей по многоквартирной высотке.

Установили видеоканеру

Порыв создать чат дома в WhatsApp возник у Олеси полтора года назад, когда хулиганы в очередной раз разрисовали краской из баллончика кабину лифта.

— Вместе с двумя соседками мы решили, что нам нужна видеоканера в лифт. Я создала чат, где мы втроём обсуждали этот вопрос, — рассказывает Олеся. — Как выяснилось, установка оборудования оказалась делом не дешёвым. Втроём мы бы не потянули, нужны были ещё люди. На первом этаже возле лифта я повесила объявление со своим номером телефона и пригласила жильцов добавляться в домовый чат. За месяц в нём были уже практически все соседи по подъезду, за исключением пары-тройки квартир, где жили совсем пожилые пенсионеры.

На видеоканеру в итоге деньги собрали. Олеся вспоминает, что её уста-



Олеся Фёдорова показала, как цифровые технологии участвуют в жизни добрососедству

новку обсуждали долго и бурно. Причём самые горячие дискуссии начинались часов эдак в 10 вечера. Когда домохозяйки и молодые мамы ложились спать, в беседу вступали их мужья.

— Расставаться с 500 рублями они не спешили, — говорит Олеся. — Помимо уже ставших дежурными «Ну и кому всё это надо?» и «Может, так отловим и руки повыди-

раем?», не обходилось и без крепкого словца. Трое жильцов в чате разругались вдрызг, с тех пор и в реальной жизни обходят друг друга стороной.

Делятся контактами мастеров

Большинство участников группы притёрлись друг к другу и поняли, что на самом деле чат — вещь полезная.

— Например, мы вместе вывозим строительный мусор. Когда кто-то только начинает ремонт, он с лёгкостью заполнит старыми обоями, паркетом, рамами и прочим любую машину. А вот под конец, когда остаётся пять-шесть мешков, вызывать авто только для себя слишком накладно. Поэтому очень выгодно находить, кто ещё делает ремонт, и кооперироваться с соседями: выбираете дату и время, службу вывоза мусора и делите расходы на всех, — говорит Олеся.

Делятся соседи в группе и контактами сантехников, электриков и

прочих мастеров на все руки.

— Но только после того, как они смонтировали у кого-то новый водопровод, заменили электропроводку, уложили ламинат. Тогда можно выложить фотографии ремонта и контакты мастера. Каждый пост с пристрастием рассматривается. Если жильцы замечают серьёзные огрехи, на которые не обратил внимания хозяин, контакт, как правило, удаляется, — рассказывает Олеся.

С помощью чата открыла бизнес

За это время соседи подружились. Теперь в чате не только собирают деньги и решают проблемы, но и просто общаются.

— Шлём друг другу праздничные открытки и ролики, делимся фотографиями детей и домашних животных. Соседи-рыбаки демонстрируют всему подъезду очередной улов. Рукодельницы выкладывают снимки свежевывязанной кофточки или только что сшитого платья, — рассказывает Олеся.

Кстати, одной молодой маме в декрете домовый чат помог начать собственное дело. Она поделилась в группе фотографиями тортов собственного приготовления. Соседи стали делать заказы. В итоге девушка оформила ИП и открыла кондитерскую.

Оксана МАСТЮГИНА

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Уличную лестницу на Суздальской починили

На Суздальской улице во дворе дома 10, корп. 2, лестница пришла в негодность. Каменные плиты шатаются, нижний фрагмент вообще отвалился. Подъём крутой, взбираться по такой лестнице крайне опасно, особенно в тёмное время.

Сергей, Суздальская ул.

На сигнал жителя отреагировали сотрудники «Жилищника района Новокосино». Лестницу обновили.

— Нижнюю ступеньку установили на прежнее место и укрепили, остальные ступени выровняли. Кроме того, вертикальные подступеньки покрасили в ярко-жёлтый цвет, чтобы их можно было лучше различить в темноте слабовидящим людям. Теперь ходить здесь снова безопасно, — сообщил руководитель ГБУ «Жилищник района Новокосино» Ренат Кяримов.

Анна БЕЛОВА

ГБУ «Жилищник района Новокосино»: ул. Суздальская, 34а, тел. (495) 701-0735. Эл. почта: info@gbunovokosino.ru

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

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

Рукодельницы выкладывают снимки связанной кофточки или сшитого платья

«Электронный дом»

Опросы среди жителей

Передача показаний счётчиков и оплата ЖКУ

Собрания собственников

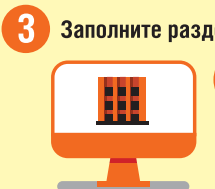
Вызов мастера и общение с управляющей компанией

Доска объявлений и чат с соседями

Как получить доступ



1 Зайдите на ed.mos.ru или в приложение «Электронный дом Москва» с помощью учётной записи на mos.ru



3 Заполните раздел «Недвижимость» на mos.ru
«Добавить квартиру» — заполните поля (если проживаете, зарегистрированы или владеете)

Убедитесь, что все данные введены корректно



2 Заполните раздел «Личные данные» на mos.ru

ФИО и дата рождения

Для доступа ко всем возможностям сервиса

паспортные данные СНИЛС

Укажите код плательщика из ЕПД

для доступа к большинству функций

Подтвердите факт регистрации для создания опросов*

Подтвердите право собственности (могут потребоваться копии документов)

* Дополнительная функция

для участия в юридически значимых опросах* для участия в общих собраниях собственников*

Помогут при аварии, проследят за дорогой

Корреспонденты «ВО» вышли на дежурство с дорожным патрулём ЦОДД

Многие замечали на улицах Москвы ярко-зелёные машины с надписью «Дорожный патруль». Экипажи Центра организации дорожного движения (ЦОДД) дежурят круглые сутки: помогают водителям, попавшим в беду, следят за состоянием дорог. Корреспонденты «ВО» провели несколько часов вместе с патрульными.

Штрафы не выписывают

Ранним утром патрульные ЦОДД Владимир Сапов и Дмитрий Ермоленко заступают на дежурство на зелёном пикапе с порядковым номером 835. Владимир до этого был юристом, но оказалось, что сидение в офисе не для него. И вот уже полгода он колесит по Москве. Дмитрий же до патруля работал в продажах. Когда жена поняла, что в семье должна быть финансовая стабильность. Так и оказался в ЦОДД.

Скажу сразу: штрафы эти ребята выписывать не имеют права, зато могут завести заглохшую машину или отогнать её в безопасное место, оказать первую помощь, помочь водителям, составить европротокол при ДТП. Иногда патрульным приходится тушить пожар в авто и даже выполнять обязанности регулировщика.

— Мы готовы к любой внештатной ситуации на дороге, — поясняет Ермоленко. — Оборудование у нас соответствующее: есть домкрат, буксировочные тросы, огнетушители, сигнальные конусы, зарядное устройство для аккумулятора, гаечные ключи и другие инструменты.

Перед тем как двинуться в путь, мне и фотографу выдают жилеты салатового цвета.

— Это для безопасности, чтобы другие водители видели вас лучше, — говорит Ермоленко. —



Владимир и Дмитрий помогут откатить заглохшую машину в безопасное место



Выбоины и прочие огрехи на дороге сразу становятся известны ремонтной бригаде

Далеко от пикапа не отходите. Будьте особенно аккуратны, если придётся останавливаться на магистралях. Там движение будь здоров.

Поломку могут исправить за сутки

Сегодня Дмитрий и Владимир патрулируют сектор от шоссе Энтузиастов до Ярославского шоссе. Москва поделена на 13 таких участков, за которыми следят дорожные патрули ЦОДД, на каждом — по два патруля.

— За ситуацией на дорогах мы следим во время патрулирования, ищем заторы и пробки. Также нам помогают специалисты ситуационного центра. Они следят за ситуацией на дорогах с помощью камер видеонаблюдения. Плюс всегда

смотрим, в каком состоянии проезжая часть, ограждения, светофоры, дорожные знаки, — рассказывает Владимир Сапов, пока мы едем по внешней стороне 103-го км МКАД. — Если что не так, фиксируем и направляем коллегам. Они вызывают ремонтников. Иногда получается всё исправить в течение суток.

Останавливаемся на обочине. У съезда на Хабаровскую улицу нет отбойника. Дмитрий выставляет сигнальные конусы, а Владимир фотографирует это место на планшет и загружает данные в специальное приложение. Теперь координатор сможет направить сюда бригаду ремонтников.

День без аварий

На 96-м км МКАД видим стоящий на обочине фургон ГАЗ. Парковаться здесь нельзя. В чём дело? Выясняется, что у маши-

ны заглох двигатель. Патрульные достают трос из багажника, крепят его к фургону и тянут до ближайшей заправки. На это уходит меньше 10 минут. Оказавшись в безопасном месте, водитель фургона рассыпается в благодарностях. Мы прощаемся и едем дальше. К слову, Ермоленко рассказывает, что иногда люди пишут в соцсетях благодарности.

— Это очень приятно. Сразу чувствуешь, что не зря на этом свете живёшь, — говорит он.

За время дежурства на нашем маршруте не случилось ни одной аварии. По словам Дмитрия Ермоленко, такое бывает редко, обычно в день по несколько ДТП. Кстати, за этот год патрульные ЦОДД помогли больше чем 26 тысячам водителей.

— Зимой на МКАД мы с коллегами сутками вытягивали гружёные фуры, которые не могли заехать на возвышенность из-за гололедицы, — рассказывает Ермоленко.

Все водители, кто помнит те дни, не дадут содрать: если бы не патрульные, ситуация на Кольце была бы в несколько раз хуже.

Михаил КОФАНОВ

ДТП

Наехал на велосипедиста на Зелёном проспекте

29 октября около часа дня на Зелёном проспекте 39-летний водитель «Фольксвагена» передвигался по территории двора. Возле дома 63 он сбил молодого человека, пересекавшего дворный проезд на велосипеде. При этом 21-летний велосипедист получил травму ноги. Скорая отвезла пострадавшего в больницу.

Попала под ВАЗ в Измайлове

30 октября в четвёртом часу дня 71-летняя женщина начала переходить Измайловский проезд напротив дома 7, корп. 2, в неположенном месте. Пенсионерку сбил ВАЗ-2110, ехавший со стороны Сириеневого бульвара в направлении Первомайской. В итоге скорая увезла пострадавшую в 36-ю больницу с ушибом бедра.

На МКАД пострадали три человека

30 октября около 7 часов вечера 35-летний мужчина, управляя автомобилем «Киа», двигался по внешней стороне Носовихинского шоссе в направлении Ивановского моста. На 3-м км он из-за несоблюдения безопасной дистанции врезался в ехавший впереди автомобиль «Хёндай». При столкновении водитель «Киа» получил сотрясение мозга, в другой машине пострадали две девочки — трёх и одиннадцати лет (у обеих — ушибы). Пострадавших доставили с места аварии в лечебные учреждения.

ОГИБДД УВД по ВАО

ГИБДД приглашает на работу

Отдельный батальон ДПС ГИБДД УВД по ВАО приглашает на работу инспекторов ДПС (график 2/2) граждан РФ от 18 до 35 лет, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, постоянно или временно зарегистрированных в Москве или ближнем Подмосковье. Предоставляется ежегодный оплачиваемый отпуск от 40 суток, полное медобслуживание в поликлиниках МВД, путёвки в санатории МВД. Денежное довольствие от 62 тыс. рублей.

Обращаться по адресу: г. Москва, Измайловское ш., 736, стр. 1, каб. 322. Тел.: 8-977-580-5680, (499) 166-5310

Патрульному иногда приходится выполнять обязанности регулировщика

На Фрязевской накормят бездомных

Организация «Ночлежка» приглашает волонтеров разных профессий

Благотворительная организация помощи бездомным «Ночлежка», основанная в 1990 году, занимается реабилитацией людей, которые по тем или иным причинам лишились крова, и помогает им вернуться к нормальной жизни. В большинстве проектов участвуют добровольцы.

Следующая остановка — Фрязевская

Один из таких проектов — «Ночной автобус». Круглый год специально оборудованный микроавтобус пять дней в неделю, с понедельника по пятницу, выезжает на две точки в городе: на парковку возле площади трёх вокзалов и в район Ивановское на ул. Фрязевскую, 10, стр. 3. Остановка — слева от дома. Здесь он находится с 21.30 до 22.00.

— Волонтеры «Ночлежки» раздают нуждающимся горячую еду, хлеб, воду, средства гигиены, одежду. В холодную погоду это особенно актуально, — рассказывает руководитель гуманитарных проектов организации Алёна Мордасова. — Профессиональные медики-волонтеры оказывают посетителям автобуса первую помощь. Водитель «ночного авто-



С работой «Ночного автобуса» вполне справляются даже девушки-добровольцы

буса» рассказывает бездомным людям о том, что с помощью специальных листов «Ночлежки» они могут решить социальные, юридические и медицинские проблемы, избавиться от зависимости и выбраться с улицы. Примерно четверть посетителей автобуса — не бездомные, а малоимущие люди.

«Ночной автобус» — это прежде всего волонтерский проект. В рейсе только один социальный работник, он же водитель. Ему помогают три волонтера.

Более тысячи волонтеров

За годы существования «Ночлежки» в её акциях приняли участие более тысячи человек. Многие из волонтеров стали сотрудниками этой организации.

— С годами у нас качественно изменился под-

ход к волонтерской работе, — отметила Алёна Мордасова. — Теперь в «Ночлежку» приходят не только люди, желающие раздавать еду или одежду, но и волонтеры-профессионалы для продвижения проекта: переводчики, дизайнеры, редакторы, программисты,

пиарщики, юристы, медики и психологи.

Координатор волонтеров еженедельно рассылает добровольцам перечень новостей и нужд организации и публикует срочные волонтерские задачи в социальных сетях. Волонтером может стать любой желающий, заполнив анкету на сайте.

Виктор АЛЕКСЕЕНКО

Адрес «Ночлежки»: Бумажный пр., 2/2, стр. 6. Тел. (499) 322-0429. Сайт: <https://moscow.homeless.ru>

Четверть посетителей «ночного автобуса» — не бездомные, а малоимущие люди

На Снайперской собрали 50 коробок продуктов для детского приюта



Александр Четвериков перед отправкой посылок ребятишкам

Молодёжная палата района Вешняки провела сбор подарков для детского приюта Ефросинии Московской. Как сообщил председатель палаты Александр Четвериков, чаще всего люди несли продукты.

— В этот раз нам удалось собрать 50 коробок продуктов первой необходимости: крупы, макароны, соки, йогурты, каши и так далее. Их приносили на

место приёма пожертвований на Снайперской улице, 8а, — сказал Александр.

По его словам, следующая акция будет посвящена обитателям приюта для животных. Для них предполагается собрать корма, медикаменты, ошейники и поводки, лежанки и другие вещи, а затем передать в зооприют.

Кристина СУРМАВА

ОТКЛИКИ

В храм на Кетчерской несут вещи и приходят добровольцы

На публикацию о социальной службе храма Введения во храм Пресвятой Богородицы на Кетчерской улице откликнулось множество жителей Вешняков и соседних районов.

— Хочу поблагодарить их от всей души, — говорит ответственная за социальное служение Светлана Котова. — Вещи продолжают приносить. Кроме того, после выхода статьи к нам пришли три женщины-волонтера. Они помогают разбирать поступающие вещи и распределять их среди нуждающихся.

Светлана отметила, что тёплая одежда и обувь по-прежнему необходимы. Но они должны быть в хорошем состоянии и не требовать ремонта.

Сейчас социальная служба оказывает помощь пенсионерам района, которые должны соблюдать домашний режим.

— Мы регулярно навещаем их, оказываем адресную поддержку по их запросам, — рассказала Светлана. — На днях отнесли упаковку памперсов одинокой старушке, она почти не встаёт. Передаём и продукты, поэтому будем очень благодарны за крупы, растительное масло, сахар, сладости. Всегда требуются салфетки, памперсы, средства личной гигиены.

Виктор АЛЕКСЕЕНКО

Адрес храма: ул. Кетчерская, 26, тел. 8-903-181-5500 (Светлана Борисовна Котова). Сайт: vvedenie.msk.ru



ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив
8 (495) 297-02-42
www.invkap.ru

Улица 1905 года, 7 мин. пешком, г. Москва, Студенческий пер., д. 3
Мы работаем с 9.00 до 18.00, сб – вс выходной.

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ ДО 5 МЛН РУБЛЕЙ
ПОЛНОСТЬЮ ЗАСТРАХОВАНЫ

- 15% годовых на срок 6 месяцев
- 18% годовых на срок 1 год
- 20% годовых на срок 2 года

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

Пенсионерам:
выезд консультанта на дом, бесплатное такси.

Предложение действует только для членов потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Сбережения принимаются по договору займа от лиц, достигших 18 лет. Вступительный взнос 100 руб.
Страхование финрисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». ИНН 9703003636, ОГРН 1197746628309.

Смотрите подробности на сайте
NEWSVOSTOK.RU

В клубе обжор научат недоедать

Как победить болезненную тягу к вкусной, но нездоровой пище

Несколько лет назад в Москве появилась сеть клубов анонимных обжор. Там собираются люди, зависимые от еды, но которые готовы бороться с этой проблемой и поддерживать других. До всяких строгостей, связанных с пандемией, было несколько мест в ВАО, где встречались анонимные обжоры, например на Стромьнке. Пока же их встречи проходят ежедневно на платформе «Телеграм» в видеочате «АП «Восток» собрания».

«Я — Лиза. Обжора и булимичка!»

Анонимных обжор ещё называют компульсивными переедающими, то есть людьми с навязчивым поведением, которые не могут устоять перед лишними приёмами пищи. Кого-то постоянно тянет на сладости, кто-то не может жить без выпечки, кто-то ест всё подряд. На каждом собрании клуба они делятся своими историями.

— Здравствуйте! Я — Лиза, обжора и булимичка! — представляется одна из участниц онлайн-собрания.

На её аватарке — симпатичная девушка на берегу моря. К этому образу она сейчас стремится. Лизина история родом из детства. Её мама не любила готовить, а то, что делала, было невкусно.

— Мы жили в коммуналке с общей кухней. Когда кто-то из соседей начинал готовить, по коридору разносились такие сумасшедшие запахи, что сначала я просто стояла и ждала, что меня кто-нибудь угостит, а потом стала попрошайничать, — откровенничает девушка.

Когда Лиза выросла, у неё появилась возможность есть то, что хочется. И она «оторвалась по полной». Ела и во время стресса, и в радости, и от скуки, и просто так. Еда



В клуб принимают страдающих как булимией, так и анорексией

Константин Юганов/Фотобанк Лори

стала культом. Два года назад Лиза поняла, что это уже край, нашла в Интернете клуб анонимных обжор и пришла на собрание.

Методику переняли у алкозависимых

Компульсивные переедающие занимаются в клубе по программе «12 шагов». Первыми её начали применять люди с алкогольной зависимостью, а компульсивные переедающие адаптировали её под свою проблему.

— Главная идея программы — понять, что справиться самостоятельно ты уже не можешь, и положиться на высшие силы. Мы не секта, не какая-то церковная организация. Человек, который к нам приходит, должен просто верить в помощь извне. Для кого-то это Бог, для кого-то — вселенский разум, — рассказывает новичкам ведущая онлайн-встречи Марина.

В клуб анонимных обжор принимают всех желающих с зависимостью

от еды. Причём не только тех, кто страдает булимией, но и анорексией. Ведь часто эти заболевания — две стороны одной медали. Членство в клубе бесплатное. На встречах и собраниях де-

Члены клуба понимают, что их проблема не в желудке, а в голове

нег с участниками тоже не берут. Да и планов питания, разработанных диетологами, здесь никто не требует: почти все обжоры прекрасно понимают, что их проблема прежде всего не в желудке, а в голове.

Здоровье — в привычках

Участница клуба Лиза считает, что она уже на пути к выздоровлению.

— В клубе каждый находит наставников, тоже

бывших компульсивных переедающих, преодолевших себя. Я не стала исключением. Теперь наставник поддерживает меня в критических ситуациях, даёт советы по питанию, по отношению к жизни и к самой себе, — рассказывает Лиза. — Благодаря клубу я поняла, что, кроме еды, в моей жизни много другого «вкусного» и интересного. Я больше не делаю из пищи культа и не жую что-то постоянно.

Впрочем, Лиза признаётся, что переедания у неё иногда случаются, например на банкетах, где можно есть бесплатно в неограниченных количествах. Но она уже не относится к этому как к чему-то непоправимому.

— Переела сегодня — значит, недоем завтра. Главное — не заикливаться на еду и поддерживать здоровые привычки, которые у меня уже выработались: спорт, минимум углеводов и жиров в каждой порции, — говорит она.

Наталья АНОХИНА

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

На дороге в Северном Измайлове восстановили искусственную неровность

На дороге между Сиреневым бульваром и Щёлковским шоссе разбита искусственная неровность. По образовавшемуся проёму машины проезжают, не сбавляя скорость.

Елена, Никитинская ул.

— Работники участка закрепили недостающие элементы конструкции, искусственная неровность восстановлена, — сообщили в ГБУ «Жилищник района Северное Измайлово».

Вера КАЗАНСКАЯ

Искусственную неровность рядом с Сиреневым бульваром привели в первоначальное состояние.

ГБУ «Жилищник района Северное Измайлово»: ул. 3-я Парковая, 63, тел. (499) 759-3526. Эл. почта: gbusevizm@mail.ru

На остановке «Вольная улица» закрепили стеклянную панель

На остановочном павильоне «Вольная улица» на проспекте Будённого разболтались крепления, удерживающие остекление. При порывах ветра панель может отсоединиться, это опасно для пассажиров.

Дмитрий, район Соколиная Гора

элементы павильона и надёжно закрепили стеклянные панели.

— Недостатки устранения приведён в нормативное состояние, — уточнили на предприятии.

Вера КАЗАНСКАЯ

Сейчас остановочный павильон «Вольная улица» находится в исправном состоянии. Работники ГУП «Мосгортранс» проверили все

Единый транспортный портал Москвы: transport.mos.ru.

Контакт-центр «Московский транспорт»: (495) 539-5454, 3210 (с мобильного). Чат-бот Департамента транспорта: [@to_deptrans_bot](https://t.me/to_deptrans_bot)

В Ивановском лесопарке закрыли смотровой колодец

На территории Ивановского лесопарка открыт канализационный колодец. Он расположен за спортивной площадкой, напротив Напольного пр., 10. Здесь бегают дети, открытый люк представляет опасность.

Людмила, Напольный пр.

Смотровой колодец находится на балансе АО «Мосводоканал». Как сообщили на предприятии, сейчас колодец закрыт, люк плотно пригнан и закреплён. Территория вокруг спортивной площадки безопасна для взрослых и детей.

Вера КАЗАНСКАЯ

Единая диспетчерская служба г. Москвы: (495) 539-5353

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 7901161901

1649

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

ПРОИСШЕСТВИЯ

Квартирный разбой на 15-й Парковой

В квартиру 78-летнего пенсионера на 15-й Парковой улице позвонила девушка и попросила воды. Когда пенсионер ушёл на кухню, незнакомка впустила в квартиру двоих мужчин. Угрожая ножом, злоумышленники связали хозяина и похитили у него около 3 млн 700 тыс. рублей. Мужчина позвонил в полицию. Как сообщили в пресс-службе УВД по ВАО, полицейские задержали двоих подозреваемых: ранее судимого 34-летнего мужчину и 22-летнюю девушку. Им грозит статья за разбой. Полиция ищет соучастника.

В Перове обманули пенсионерку

82-летней жительнице Перова позвонил неизвестный и сообщил, что её внук попал в ДТП. Чтобы помочь ему, пенсионерка передала курьеру на Мастеровой улице вещи и 300 тыс. рублей. Позвонив позже внуку, женщина поняла, что её обманули, и обратилась в полицию. Отследив по видеорекамерам движение посредника, оперативники задержали 27-летнего приезжего. Возбуждено уголовное дело, мужчина заключен под стражу. Устанавливаются соучастники преступления.

Из супермаркета на Большой Черкизовской вынесли спиртное

В один из магазинов на Большой Черкизовской улице зашёл мужчина. Подойдя к витринам с элитным алкоголем, он взял несколько бутылок и убежал, не расплатившись. Вскоре полицейские задержали 24-летнего подозреваемого. Как сообщили в пресс-службе УВД по ВАО, он работал в этом же магазине охранником и в момент кражи был пьян. Возбуждено уголовное дело. Мужчина находится под подпиской о невыезде.

Эльвира ЯКУПОВА



По району Восточный прокатилась волна краж деталей с дорогих машин. Особенным спросом у жуликов пользуются автомобили марки «Вольво». Об этом корреспонденту «ВО» рассказали жители района.

Пострадала дважды

Похитители деталей авто резко активизировались в октябре. Один из последних случаев произошёл возле дома 25 на улице Главной. Неизвестные скрутили зеркала. Владелец обратился в полицию. Одна из машин в том же районе попала под раздачу дважды. После того как хозяйка поставила новые фары, злоумышленники повторили свой набег.

— Я вышел погулять с собакой и увидел это авто без фар и с разбитым стеклом водительской двери, — рассказал «ВО» житель района Восточный Илья.

Аналогичные преступления были зафиксированы и в соседних с Восточным районах, а также в Балашихе. Разбивали окна, скручивали зеркала, выдирали фары...

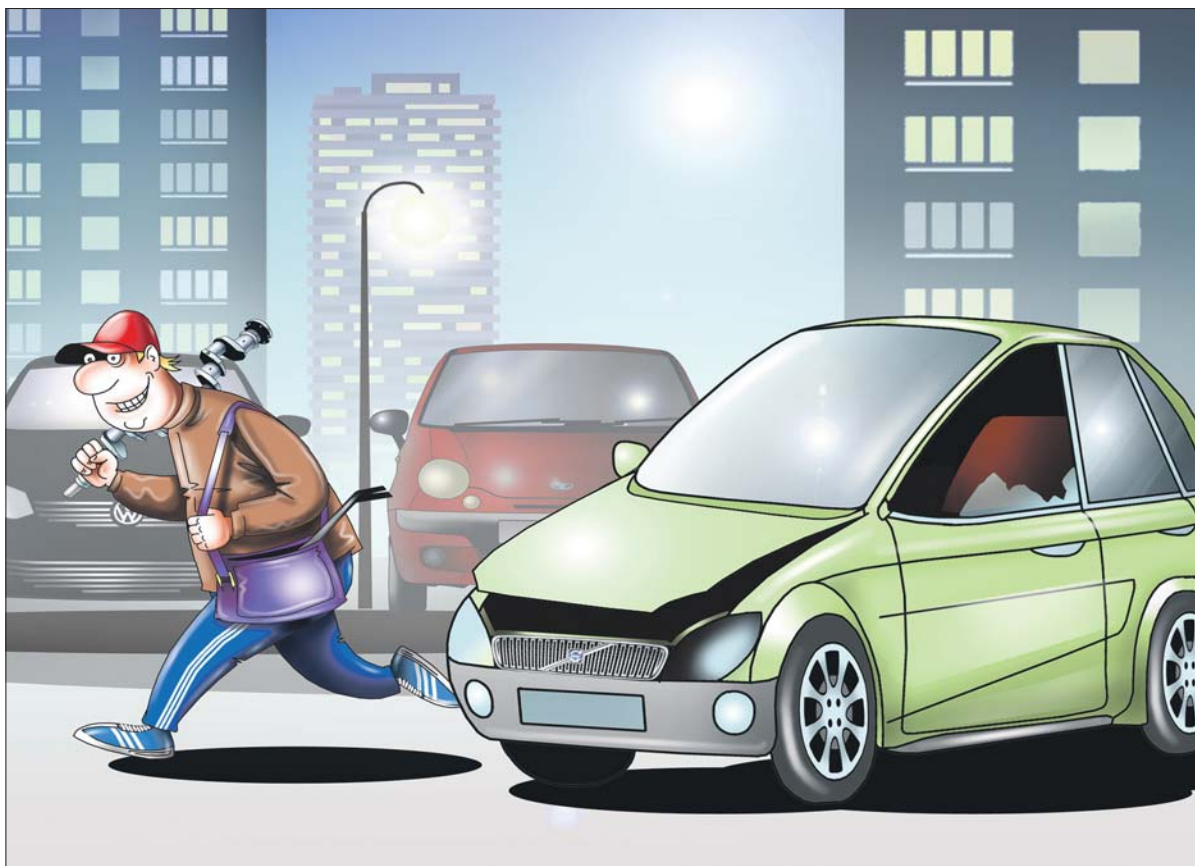
За решётку на пять лет

Как пояснили в Прокуратуре ВАО, поиск воров и привлечение их к уголовной ответственности зависит от своевременного обращения автовладельцев в правоохранительные органы.

— У них будет возможность по горячим следам отследить преступников по камерам видеонаблюдения, — объясняет старший помощник прокурора округа Наталья Рассейкина. — Как минимум отвечать придётся по статье 267 УК «приведение в негодность транспортных средств», которая предусматривает наказание вплоть до лишения свободы на срок до одного года. Если уголовное дело будет возбуждено по статье 158 «кража» и ущерб окажется значительным, то максимальное наказание — лишение свободы до пяти лет с ограничением свободы на срок до одного года.

Скручивают зеркала, выдирают фары

В районе Восточный начали охотиться за запчастями от «Вольво»



Сергей Корсун

Спрос на вторичном рынке

Дело в дорогостоящих запчастях, объясняют специалисты. По словам совладелицы автосервиса в ВАО Марии Посеницкой, наиболее популярны модели «Вольво» — XC70, S80, XC90.

— Ксеноновые фары таких моделей могут стоить 50 тысяч рублей. Часто воруют электрогидравлическую муфту механизма подключения заднего привода. Её цена может достигать 60 тысяч рублей на вторичном рынке, — говорит Мария. — Я и сама езжу на «Вольво» и

давно поняла, что дополнительная безопасность не помешает. На крепление фар лучше поставить уни-

На крепление фар лучше поставить уникальные, не заводские, болты

кальные, не заводские, болты, тогда шансов скрутить фары на запчастях поубавится. На боковые стёкла в дверях можно наклеить надписи, что имеется антивандальная защита фар — это тоже может остановить воров. А на зеркала устанавливаются специальные рамки.

Но лучший способ обезопасить машину — оставлять её на охраняемых парковках. Если же такой возможности нет, можно хотя бы установить дополнительную сигнализацию.

Татьяна ЯКОВЛЕВА

Похитителей подростков в Гольянове отправят в колонию строгого режима

Преображенский районный суд рассмотрел дело о похищении подростков и принуждении их к рабскому труду. В мае 2019 года трое мужчин в возрасте от 24 до 37 лет, владельцы продуктового магазина в ВАО, схватили троих шестнадцатилетних москвичей, избили, насильно усадили в автомобиль и отвезли к одному из домов на Щёлковском шоссе. Там пленников закрыли в подвале, где строили сауну. Похитители стали заставлять подростков бесплатно работать на этой стройке.

Как рассказали в Прокуратуре Восточного округа, один из мальчишек пошёл на хитрость: сымитировал сердечный приступ. Только тогда несовершеннолетних отпустили. Вернувшись домой, они рассказали обо всём родителям. Подозреваемых задержали. После пребывания в заперти у одного из подростков развился заикание. Суд приговорил несостоявшихся рабовладельцев к лишению свободы от шести до семи лет в колонии строгого режима.

Эльвира ЯКУПОВА

На Терлецком пруду джек-рассел неудачно поохотился на уток

Днём на поисково-спасательную станцию «Терлецкая» прибежала испуганная молодая женщина. Её собака породы джек-рассел-терьер прыгнула в воду за утками, а вернуться обратно не смогла: сумела доплыть только до острова посередине пруда. Спасатели поспешили на выручку.

— Пёс возвращаться почему-то испугался, просто стоял там и лаял, видимо, звал хозяйку, — рассказывает один из спасателей Сергей Звонкий.

Чтобы помочь животному, Сергей в гидрокостюме отправился к островку вброд. Однако собака такое предложение помощи не оценила и кинулась наутёк от человека в ярко-оранжевом комбинезоне. В погоне за животным спасатель намотал по островку несколько кругов.

— Наконец собака приняла решение: прыгнула в воду и поплыла к берегу. Доплыла она благополучно, но берег в том месте высокий, выбраться самостоятельно ей не удалось бы. Я подхватил её и пе-

редал девушке, — продолжает спасатель.

В момент, когда Сергей подхватил джек-рассела, последний проявил чёрную неблагодарность и попытался цапнуть спасателя за руку. Но прорезиненную перчатку прокусить не получилось.

По словам спасателей, это был не первый случай с собаками, которые собирались поохотиться на местных уток. Минувшим летом на пруду ровно при тех же обстоятельствах пришлось выручать шарпея.

Эльвира ЯКУПОВА

Суровые нравы храма на Сталеваров

Как история церкви в Ивановском связана с военными

«В храме нужно находиться в маске, иначе храм могут закрыть!» — такое строгое объявление я увидела у входа в храм Рождества Иоанна Предтечи в Ивановском. Не менее строго встретил меня и охранник, когда я заходила в церковный двор вечером. Богослужение к тому времени уже закончилось. Пришлось объяснять, что просто хочу осмотреть храм. Даже краткое изучение истории этой церкви показало, что она удивительным образом связана с военными.

Пострадал от наполеоновских войск

Во время Отечественной войны 1812 года храм пострадал от наполеоновских войск. Сохранился исторический документ — доклад начальника Владимирского ополчения князя Бориса Голицына Кутузову в сентябре 1812 года: «Адъютант мой, узнав от мужика, что в 11 верстах от Москвы в селе Ивановском французы грабят, дал знать казакам, кои, дождавшись ночи, на них напали и всех захватили в плен, из которых двух ранили. С нашей стороны никакой потери не было. Пленных 11 человек: 7 пруссаков, 3 поляка, 1 француз; при конвое препровождены во Владимир к г. гражданскому губернатору».

А в XX веке церковь в Ивановском едва не пострадала от своих военных. В храме рассказали о драматичном эпизоде, когда в конце 1940-х годов подписи жителей за



Артур Новосильцев

его снос обязали собирать военнотружеников. Их часть была расквартирована неподалёку — на территории Терлецкого лесопарка.

— Но подписываться под этим тогда никто не стал, и церковь удалось сохранить, — рассказали в храме.

В 1940-х годах местные жители не проголосовали за снос храма, и он устоял

С вопросами — в ящик!

Много лет прихожанином храма был Иван Соколов. В 1989 году он стал старостой.

— Иван Михайлович всю жизнь проработал на заводе «Серп и Молот». Всегда старался помогать с ремонтом, с утра до ве-

чера находился здесь. Это был очень порядочный человек, сердечный, с чувством юмора, но внешне мог показаться суровым, — вспоминает о нём настоятель храма отец Пётр.

Однажды вышел такой курьёз. Пришли люди и стали спрашивать старосту о венчании, а он их сразу направил в свечной ящик, посчитав, что там им лучше всё объяснят. Однако супружеская пара, к слову, пожилая, обиделась, посчитав, что он над ними подшутил. Они спутили свечной ящик, то есть церковную лавку, с выра-

жением «сыграть в ящик». И даже пришли к отцу Петру жаловаться на старосту.

Настоятель из офицерской семьи

Нынешний настоятель протоиерей Пётр Захаров — из офицерской семьи. Отслужил срочную и в 22 года поступил в семинарию. У отца Петра своя чудесная история прихода к вере.

— Однажды в Харькове я проходил мимо кафедрального Благовещенского собора: мы с товарищем направлялись на рынок. Увидел собор и думаю: дай зайду. Это было на Троицу. И как зашёл, так и не вышел до сих пор, — полусерьёзно-полусерьёзно говорит он.

Кстати, его родственник по маминой линии был священником, трагически погиб в 1930-х, был причислен к лику новомучеников.

— В семье это долго скрывали, а когда я стал готовиться в семинарию, то мать и братья меня отговаривали, опасаясь гонений, — вспоминает отец Пётр.

Казачий класс

Храм стоит почти у МКАД, недалеко от Терлецкого лесопарка. Ближайшее метро — «Новогиреево». В храме сохранился старинный иконостас. Среди святых — чтимые иконы Пресвятой Богородицы «Всех скорбящих Радость» и «Взыскание погибших». При храме для ребят открыт казачий класс, где изучают историю России и казачества, Закон Божий, быт и культуру казачества, занимаются вольной борьбой. Обучают ребят военные отставники.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

ЦЕРКОВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ



Рубрику ведёт Валерий КОНОВАЛОВ

Почему Косма обиделся на Дамиана

24 ноября празднуется память Космы и Дамиана Ассийских. Братья-целители остаются одними из самых популярных святых у христиан, в том числе и у православных. Исцеления, которыми прославились братья, случались не только в IV веке во время их земной жизни, но и после неё. Люди обращались к ним с молитвами и получали помощь. Сейчас в храмах можно услышать молитвы, обращённые к Косме и Дамиану, а перед их иконами постоянно горят свечи.

Важно заметить, что они вовсе не были самоучками и знахарями. Их мать Феодотия позаботилась о том, чтобы сыновья не только были воспитаны в христианском благочестии, но и получили добротное светское образование. Особенно преуспели они в медицине.

Сочетание веры с медицинскими знаниями давало поразительные результаты. Братья быстро прославились по всему Ближнему Востоку. Они обходили селение за селением, город за городом и лечили людей от множества недугов. При этом своё врачебное искусство сопровождали молитвой. Плату за лечение братья не брали. Это был их принцип, о котором они договорились с самого начала, следуя словам Христа: «Даром получили, даром давайте».

Но однажды богатая вдова Палладия, исцелённая ими от неизлечимой болезни, сумела уговорить Дамиана принять скромный подарок. Когда об этом узнал Косма, то так обиделся на брата, что завещал похоронить себя отдельно от него. Примирение всё же состоялось — уже после их кончины благодаря чудесному откровению. Мощи братьев оказались в одной гробнице, возле которой стали совершаться чудесные исцеления.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: POSTA@NEWSVOSTOK.RU,
CHITATEL@INTERNET.RU, ЗВОНИТЕ: (499) 647-6831

реклама 1678

Правовой центр
Адвокаты
Закон и порядок
Бесплатная
Юридическая
Помощь Населению

ИНН 774326457

8 (499) 399-00-67

Его танцевала даже Мэрилин Монро

Преподаватель из семейного клуба «Перово» — о том, почему так популярен джаз-модерн

▶ Марии Сунцовой всего 20 лет. При этом, как она говорит, 18 из них занимается танцами. Мама, профессиональная спортсменка, прививала ей любовь к ритмике, что называется, с пелёнок. А потом отвела в танцевальную студию. Сейчас Мария учится в Московском институте культуры, выступает с лабораторией танца Бородитского и преподаёт в семейном клубе «Перово» один из самых популярных подвидов классических танцев — джаз-модерн.

В чём особенность этого танца?

— Его называют стилем контрастов, где резкие прыжки сочетаются с замедлением, ускорением, падением на пол, поддержками. Основное отличие джаз-модерна от классических танцев — импровизация, — говорит Мария. — Однажды я увидела запись западного джаз-модерна и поняла: вот то, что меня действительно вдохновляет. Именно с этим танцем я поступала в институт и, знаете, прошла сразу. А конкурс был 26 человек на место!

Джаз-модерн появился в середине прошлого века как синтез двух совершенно разных направлений — «чёрного джаза» и «белой классики». Большинство западных поп-звёзд используют джаз-модерн в постановках шоу и клипах. В 1966 году танцевальный педагог Джек Коул первым выпустил в свет учебник с описанием особенностей нового направления и даже занимался по нему с Мэрилин Монро.

В каком возрасте лучше начинать занятия?

— Ко мне в начальную группу приходят дети с семи лет. Раньше начинать смысла нет. До этого времени ещё не сформирована



Мэрилин Монро в фильме «В джазе только девушки»

костно-мышечная система, да и с импровизацией у маленьких детей трудновато. А вообще танцоры приходят к этому направлению после долгих лет занятий в других стилях. В данной технике есть сложные ломаные движения, элементы акробатики. Я занималась спортивной гимнастикой, поэтому вошла в него легко.

Что даёт джаз-модерн?

— С первых уроков надо быть готовым к большим физическим нагрузкам. Зато и эффект от тренировок будет виден быстро. С помощью основных хореографических упражнений можно избавиться от лишних килограммов, сделать ягодицы, икры и бёдра упругими. Корректируются осанка и походка. Ко мне часто приходят родители и жалуются: у детей от сидячего образа жизни спины колёсиком, сколиозы, головные боли. Так вот, танцующие у нас дети на глазах выпрямляются,

Большинство западных поп-звёзд используют джаз-модерн в своих шоу

мышечный корсет очень хорошо укрепляется. На уроках мы учимся слушать и слышать музыку, ритм, темп, изучаем различные прыжки, вращения и обязательно уделяем время растяжке на все группы мышц.

Нужна ли специальная форма?

— Ничего особенного. Любая футболка, спортивные штаны или легинсы. Одежда должна быть удобной. Вообще, джаз танцуют в специальной обуви — джазовках. Такую обувь легко



Мария Сунцова пришла в джаз-модерн из спортивной гимнастики

Татьяна Белоножкина

купить в магазине, специализирующемся на танцевальной одежде. Хотя можно использовать простые чешки или танцевать вообще без обуви.

Кому подойдёт танец и сколько это стоит?

— Чувственный и эмоциональный джаз-модерн подойдёт прежде всего тем, кто тяготеет к самовыражению. Это отличная психологическая разрядка и полноценный тренажёр для тела. Но самое главное — чтобы человеку нравилось танцевать. Тренировки в среднем стоят от 350 рублей за урок.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Начиналось с Айседоры Дункан

Пионером в области сценического танца была Айседора Дункан. Она танцевала босая, в свободной тунике, напоминавшей древнегреческую. В 20-х годах прошлого века на Западе пуританство было законом жизни. Женщины не могли выйти из дома без корсета, даже слово «ноги» считалось неприличным. Вместо этого говорили «нижние конечности». Тем не менее дебют нового направления был крайне удачным, публика его приняла.



Милые пушистики ищут дом!

Пристраиваются котята (мальчики) 1,5 месяца, от домашней кошки. Привиты, приучены к лотку.

Наталья Павловна.

НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

ЗВОНИТЕ!

ТЕЛ. ОТДЕЛА ДОСТАВКИ (499) 647-6828



В России 15 октября 2021 года началась Всероссийская перепись населения. Впервые в истории страны любой житель может переписаться самостоятельно в Интернете.

Перепись онлайн: удобно, быстро, безопасно

С чего начать?

Чтобы переписаться самостоятельно, нужно зайти на портал госуслуг gosuslugi.ru, авторизоваться и нажать на значок «Участие в переписи населения» на главной странице портала. Для участия в переписи достаточно стандартной учётной записи.

Переписной лист на «Госуслугах» выглядит как привычная многим электронная анкета. Практически к каждому вопросу даны развёрнутые подсказки, часть сведений по желанию может быть предзаполнена из профиля «Госуслуг».

Заполнять переписной лист можно частями. Черновик сохраняется, а вернуться к его редактированию можно в любое удобное время, вплоть до 14 ноября.

О чём спрашивают?

Количество и формулировки вопросов в электронном переписном листе идентичны бумажному бланку. Всего в анкете для постоянных жителей страны 33 вопроса. Из них 23 касаются социально-демографических характеристик: пол, возраст, гражданство, место рождения, национальная принадлежность, владение языками, образование и т.д. Ещё 10 вопросов посвя-

щены жилищным условиям.


Отвечая на первый вопрос, необходимо ввести адрес фактического проживания. Он может не совпадать с местом прописки или временной регистрации. Например, если респондент фактически живёт у родственников или на съёмной квартире.

Заполнение переписных листов займёт 15-20 минут

В ответе на второй вопрос необходимо указать, сколько человек проживают в домохозяйстве по указанному адресу. Под домохозяйством понимается группа людей, проживающих в одном жилом помещении или его части, совместно обеспечивающих себя пищей и всем необходимым для жизни.

Поэтому любому участнику переписи необходимо будет заполнить переписные листы не только на себя, но и на членов своего домохозяйства. В среднем на заполнение переписных листов может потребоваться около 15-20 минут.

Сроки участия в переписи на «Госуслугах» продлили до 14 ноября



УЧАСТВУЙТЕ В ПЕРЕПИСИ НА ГОСУСЛУГАХ

с 15 октября до 14 ноября

ШАГ №1

ЗАЙДИТЕ НА САЙТ GOSUSLUGI.RU

Войдите в свой личный кабинет или зарегистрируйтесь на портале

ШАГ №2


ВЫБЕРИТЕ УСЛУГУ «УЧАСТИЕ В ПЕРЕПИСИ НАСЕЛЕНИЯ»

ШАГ №3


ЗАПОЛНИТЕ ЭЛЕКТРОННЫЙ ПЕРЕПИШНОЙ ЛИСТ

ШАГ №4

ЗАЙДИТЕ НА САЙТ ПАРТНЕРА ПЕРЕПИСИ И ПОЛУЧИТЕ ПОДАРКИ



ПОДРОБНЕЕ НА
STRANA2020.RU
ЕДИНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ 8-800-707-20-20



ВСЕРОССИЙСКАЯ ПЕРЕПИСЬ НАСЕЛЕНИЯ

Отправляем и получаем подарки!

После заполнения всех полей и нажатия кнопки «Отправить» переписной лист поступит на обработку в Росстат, а в «Личный кабинет» придут коды подтверждения прохождения переписи на каждого переписанного и общий QR-код на домохозяйство. Его нужно будет показать переписчику, который придёт к вам, для подтверждения участия в переписи.

А ещё коды подтверждения открывают доступ к подаркам от партнёра переписи.

Впрочем, поучаствовать стоит не только ради подарков и тестирования новых технологий. Перепись позволяет собрать большой объём уникальной информации, которой нет нигде: о численности и структуре населения, об условиях проживания, о трудовой миграции, об образовании, языках и о многом другом. На основе этих данных будут разрабатываться федеральные программы и проекты, строятся школы, дороги, больницы, детские сады. Именно поэтому слоган Всероссийской переписи населения — «Создаём будущее!».



ЗДРАВСТВУЙ!
КЛИНИКА ЗДОРОВОГО ПОЗВОНОЧНИКА

ЛЁГКИЕ, СУСТАВЫ И КРОВЬ

— Многие думают, что ковид бьёт исключительно по лёгким, но это не так, — рассказывает Андрей Манделёв. — Действительно, бронхолёгочная система страдает в большинстве случаев, но коронавирус поражает также и другие органы. Чаще всего это опорно-двигательный аппарат — на фоне ковида обостряются такие недуги, как артрозы, ревматизм и ещё ряд других. Страдает и кровеносная система: возникает патология

Прогуляйтесь по лесу и надуйте шарик

В клинике «Здравствуй!» помогут восстановиться после коронавирусной инфекции

Коронавирус страшен и сам по себе, и из-за тех осложнений, которые он вызывает. В клинике «Здравствуй!» помогают восстановить здоровье после перенесённого недуга. Об этом рассказал главный врач клиники, кандидат медицинских наук Андрей Манделёв (на фото).

тромбообразования. Возможны и другие нарушения.

Сегодня в клинике разработаны и применяются методики от ведущих российских и зарубежных специалистов, позволяющие успешно справиться с коррекцией постковидных нарушений.

К каждому — свой подход

— Помощь больному начинается с диагностики, — говорит доктор. — Для этого, кроме традиционного осмотра пациента и анализа симптомов, о которых он рассказывает, используются ультразвук и

глубокие гематологические исследования — разные формы анализа крови. В каждом отдельном случае составляется индивидуальная схема помощи пациенту.

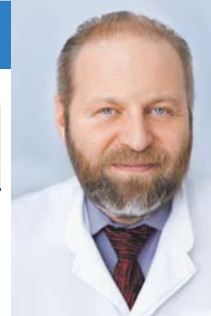
При поражении лёгких назначается медикаментозная терапия и физиотерапевтические процедуры. Это может быть магнит, резонансная терапия или что-то другое — в зависимости от индивидуальных показаний.

При поражении суставов также на помощь приходит лекарство, но в отличие от первого случая,

где больной принимает таблетки, тут препараты вводятся внутримышечно или непосредственно в суставную сумку. В клинике применяются лекарства последнего поколения.

Если гематологические исследования покажут, что есть поражение крови, будет применён лазер. Лазерная терапия, направленная непосредственно на вены, успешно препятствует образованию сгустков и тромбов и способствует разжижению крови.

Алексей ТУМАНОВ



СЕТЬ КЛИНИК ЗДОРОВОГО ПОЗВОНОЧНИКА «ЗДРАВСТВУЙ!»

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

ТРИ СОВЕТА ОТ ДОКТОРОВ КЛИНИКИ «ЗДРАВСТВУЙ!»

1. Позаботьтесь о сбалансированном питании. В рационе в изобилии должны присутствовать в первую очередь свежие зелень, фрукты и овощи. Мясо — обязательно, но только белое мясо птицы (кроме утиного, оно слишком жирное).

2. Делайте дыхательные упражнения — утром и перед сном. Например, ноги на ширине плеч, руки сцепите в «замок» и с глубоким вдохом поднимите над головой. Затем с резким выдохом опустите, не сгибая в локтях, одновременно наклоняйтесь вперёд. А ещё надавите шариком.

3. Гуляйте по часу в день минимум. Оптимальное место для прогулок — хвойный лес, около воды.

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ И ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

АФИША

Попробовать брейк-данс

Освоить базовые движения брейк-данса можно с помощью мастер-класса центра «МосАрт» в формате онлайн. Здесь же расскажут, как соединить базовые движения в полноценную танцевальную связку. Найти мастер-класс можно на YouTube-канале центра [youtube.com/c/mosartcentre](https://www.youtube.com/c/mosartcentre) в разделе «Видео».



Послушать классику

11 ноября в Особняке В.Д.Носова состоится фортепианный концерт. С произведениями Шопена, Брамса, Листа и Дебюсси выступит студентка 5-го курса Московской консерватории, лауреат всероссийских и международных конкурсов Софья Ключникова. Концерт начнется в 19.00. Стоимость билета — 200 рублей. Для входа понадобится QR-код о вакцинации от коронавируса или о перенесённом заболевании либо отрицательный ПЦР-тест. Тел. (499) 922-6677 (доб. 600). Адрес: ул. Электrozаводская, 12, стр. 1



Узнать об осоедах

Узнать больше об осоедах можно из видеолекции парка «Сокольники». На ней расскажут о том, откуда у этой птицы такое необычное название и охотится ли она на других птиц. Найти лекцию можно на YouTube-канале парка [youtube.com/parksokolniki](https://www.youtube.com/parksokolniki) в разделе «Видео».



Мария ГОРБУНОВА

Мемуары массового спроса

Жители ВАО поделились опытом, как написать увлекательные и востребованные воспоминания



Любовь Васютина обожает собак и последнее своё произведение написала от имени пса



Вера Семёнова с мужем

Если вы уже не по одному разу рассказали родным и знакомым увлекательные истории из своей жизни, возможно, пришло время поделиться ими с широкой аудиторией. Жители ВАО, попробовавшие написать мемуары, признаются, что это очень интересное занятие.

Записывала рассказы бабушки

Любовь Васютина с 3-й Парковой улицы начала писать мемуары год назад. — В моей жизни часто происходили счастливые совпадения, — говорит она. — Давно подумывала: вот выйду на пенсию и начну учиться литературному мастерству. Так и вышло: мне позвонили из ТЦСО «Восточное Измайлово» и рассказали о проекте «Московское долголетие». Пригласили именно в студию художественного слова и в литературную мастерскую! Как будто прочитали мои мысли.

Мемуары можно публиковать в соцсетях и отправлять на конкурсы

Вообще-то она радиоинженер, работала в телецентре «Останкино». Уже есть о чём вспомнить. Но одна из главных тем — воспоминания бабушки, которую до революции привёз из Рязанской области в Москву брат. Он основал здесь своё дело — частный извоз, преуспел в этом, построил дом на Таганке, в котором бабушка продолжала жить и после 1917 года. — Бабушка рассказывала эти истории много раз, последний — особенно ярко и с новыми подробностями. Это было за день до её смерти, — вспоминает Любовь Васютина.

Внучка решила опубликовать их, когда узнала, что в столице проводится конкурс мемуаров «В памяти моей Москва». И её работу отметили в номинации «Москва семейная».

Издавать книгу не обязательно

Сейчас Любовь Васютина ищет новые формы для своих мемуаров. Последнее произведение «Сквозь призму собачьей судьбы» написано от лица пса, появление которого изменило жизнь большого количества людей. — Когда я планирую что-то написать, сразу задумываюсь: может ли моя проза заинтересовать людей, смогут ли они сделать какие-то выводы. Если

отвечаю положительно, то берусь за дело, — говорит мемуарист.

Кстати, мемуары не обязательно издавать, тем более за свои деньги. Их можно публиковать в соцсетях, где потенциальная аудитория гораздо больше, можно отправлять на конкурсы.

— Я слежу за ними в соцсети «ВКонтакте» в разделе «Все конкурсы», — говорит Любовь Васютина.

Детство со Сталиным

Вера Семёнова с Саянской улицы — тоже одна из победительниц конкурса «В памяти моей Москва». Мемуары Вера начала писать случайно: знакомая, которая работает во французском Институте изучения восточных языков и культур, предложила написать статью для тематического сборника.

И Вера Семёнова рассказала о том, как через всё её детство прошёл об-

раз Сталина. Она видела его живым на трибуне Мавзолея, потом мёртвым в самом Мавзолее. Портреты вождя, многочисленные памятники, разговоры о нём с подружками — и всё это глазами ребёнка. Вера с мамой пошли на прощание с вождём и по счастливой случайности не попали в страшную давку, где погибло множество людей.

— Как писать мемуары, чтобы они были кому-то интересны? Я сделала для себя несколько выводов, — делится наблюдениями автор. — Прежде всего нужно, чтобы вам было что рассказать. Кроме того, важно быть честным, не пытаться приукрасить действительность, не выставлять себя в выгодном свете. И ещё: не стоит писать обо всём, что было в вашей жизни. Выберите самое интересное и вокруг этого постройте повествование.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

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 30.11.2021 г. ПРИ ПОКУПКЕ
АППАРАТА БАТАРЕЙКИ В ПОДАРОК.

(495) 640-3320

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Городская коллегия юристов
ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ ЮРИСТА?
Мы подскажем вам, как пошагово разрешить проблему

Акция для ПЕНСИОНЕРОВ:*

- Выезд юриста на дом **БЕСПЛАТНО**
- Составление одного заявления **БЕСПЛАТНО**

Мы заботимся о наших гражданах!
Получите **БЕСПЛАТНУЮ** консультацию юриста прямо сейчас по телефону:
8 (495) 145-55-45 *акция действует до 30 ноября 2021 г.

ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ
Вывод из запоя
на дому в Москве и МО
Лечение алкоголизма
и наркомании 24/7

8 (495) 175-21-10
8-925-740-18-42

www.sacenter.ru

Лиц. ЛО-77-01-018664 от 27.08.2019
ООО НКЦ «Профилактика»

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

**НЕ ПРИНЕСЛИ
ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР
ГАЗЕТЫ?**

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

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ

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

РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА



Все лесники СССР носили её фуражки

► Фотокарточки своей бабушки Нины Фёдоровны Зябликовой, жительницы Северного Измайлова, и рассказ о ней прислала на конкурс её внучка Варвара. «Бабушка родилась в деревне Воскресенское Калининской области (сейчас Тверская) в многодетной семье. С 14 лет работала в поле. Многие колхозники тогда мечтали только об одном: отправить

детей в город, чтобы выучились, нашли работу полегче. Нину Фёдоровну в 17 лет — столько ей на первом фото — взяли в швейную артель в райцентре. Когда вышла замуж и переехала в Москву, устроилась на фабрику, где шли обмундирование лесникам. Такая фабрика была одна на весь Советский Союз. Так что вся лесная служба страны ходила в фуражках, кото-

рые строчила моя бабушка», — с гордостью пишет Варвара.

Нина Фёдоровна давно на пенсии, но без дела сидеть не приучена. Может и подкрасить что-то в доме, и новые обои поклеить. Ей за восемьдесят, а она до сих пор всё стирает руками: зачем, говорит, грязные вещи копить? И нет ничего вкуснее бабушкиных ватрушек, уверяет внучка.

Присылайте своё детское фото (лучше сюжетное) и фото себя нынешнего по адресу: 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

ВАШЕ МНЕНИЕ

Авторские интерьеры радуют глаз

В прошлый раз мы спросили наших читателей, нравятся ли им необычные авторские интерьеры в подъездах. 80% респондентов отметили, что им по душе такие решения — это необычно и радует глаз. 11% выбрали вариант ответа «Нет. Подъезд не выставка и должен быть стандартно покрашен». И ещё 9% проголосовали за вариант, что такие интерьеры им не очень нравятся, ведь вкусам всех жильцов не угодишь.

В Измайлове и Соколиной Горе открыли новые пункты проката велобайков. А саму работу таких пунктов в столице продлили до конца ноября.

А вы пользуетесь велопрокатом в городе?

- 1 Да, это удобно и порой заменяет транспорт.
- 2 Иногда катаюсь ради удовольствия.
- 3 Нет, ленюсь крутить педали.

Проголосовать можно на главной странице сайта newsvostok.ru



ЧТО ПОЧИТАТЬ В РАЙОННЫХ ОНЛАЙН-ИЗДАНИЯХ

В Вешняках хозяева обнаружили у себя дома неизвестную кошку

В газете «Вешняки» рассказали, что одна из жительниц дома на улице Красный Казанец обнаружила в своей квартире неизвестную кошку. Она покормила нежданную гостью и обратила внимание на её особенность: кошка белая, а у основания хвоста чёрное пятно в виде сердца. Выяснилось, что животное из соседнего подъезда. В квартиру гостя забежала незаметно, когда девушка выходила из дома. Сейчас кошка уже у своих хозяев.

Все новости района Вешняки



В Восточном спасают волнистого попугая

В газете «Наш район Восточный» рассказали, что по району несколько дней летает волнистый попугай. Жители пытались подманить птицу, которая сидела на одном из деревьев. Но пока попытки спасти экзотическую и теплолюбивую птицу успехом не увенчались. Операция по спасению пернатого продолжается.

Все новости района Восточный



В Новогирееве заметили «машину Фантомаса»

В газете «Мой район Новогиреево» опубликовали снимки странной машины, стоящей рядом со станцией метро «Перово». Автомобиль явно с авторской доработкой. Жители предложили несколько шуточных версий. Одни назвали автомашину-амфибией, а другие окрестили транспорт «машинкой Фантомаса».

Все новости района Новогиреево



Подготовила Виола СЕРГЕЕВА

ДАВАЙТЕ ДЕЛАТЬ «ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ» ВМЕСТЕ!

У вас есть интересная тема для публикации? Вам понравился материал? Газета помогла решить проблему? Звоните! Пишите! (499) 647-6831; pochta@newsvostok.ru, chitatel@internet.ru

АНЕКДОТЫ



- — Вовочка, где твой школьный дневник? — Его Колька взял. Родители пугать будет.
- Учительница русского языка проверяла сочинение и увидела ошибку в предложении: «Опыт в жизни приходит с гадами», но потом подумала и решила не исправлять.

● Для домашнего зверья люди — как боги. Только кот, похоже, атеист.

● Сегодня услышал по телевизору, что взрослому льву требуется 20 часов на отдых каждый день. Я так и знал: я взрослый лев!

● — Вы тот самый король Артур, который может вытащить меч из камня? — Да.

— Там узик в грязи застрял. Пойдёмте, поможем.

● Родители в детстве запрещали мне читать лёжа. Своим детям я разрешаю читать даже стоя на голове, но они всё равно не читают.

● Сын — отцу перед тем, как играть в шахматы: «Значит, договорились: проигравший сразу садится делать уроки».

ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№43 (424) НОЯБРЬ 2021 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. 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 №3265. Подписано в печать 04.11.2021 г. Выход в свет 05.11.2021 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+