

# ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№ 13 (536)

АПРЕЛЬ 2024

[WWW.NEWSVOSTOK.RU](http://WWW.NEWSVOSTOK.RU)



Новый сезон  
электросамокатов:  
нарушителей отследят  
по номерам **7**

Агентство «Москва»

ТЕЛ. (499) 647-6831

РОСНТА@NEWSVOSTOK.RU

T.ME/VO\_NEWS\_VAO

В округе началось  
заселение двух  
домов по программе  
реновации **5**



Помощь Донбассу:  
в Восточном Измайлове  
собирают средства  
на подавитель дронов **9**

Секреты  
метеозависимости  
раскрыл заслуженный  
врач РФ из ВАО **12**



Кекарийен Андрей /  
Фотобанк Лори

## Обновлённый зал для «скифов»

Мэр Москвы Сергей Собянин открыл  
ФОК и проверил ход реконструкции  
детской поликлиники в Гольянове **2**



Владимир Новиков / Пресс-служба мэра и Правительства Москвы / mos.ru

Сергей Собянин с юными самбистами в капитально отремонтированном спорткомплексе «Скиф» на Сахалинской улице

Мэр Москвы Сергей Собянин открыл капитально отремонтированный спорткомплекс «Скиф» на Сахалинской ул., 5, где занимаются местные жители — участники проекта «Московское долголетие», а также воспитанники Московской комплексной спортивной школы олимпийского резерва «Восток».

## Два спортзала

В спорткомплексе во время капремонта обновили кровлю и коммуникации, фасад и остекление, выполнили отделку помещений, в том числе медкабинета, раздевалок и душевых. Установили новую мебель, оборудование и спортивный инвентарь. В трёхэтажном здании «Скифа», рассчитанном на 165 посетителей, есть два спортивных зала — тренажёрный и универсальный с трибунами на 130 мест, где проводятся занятия и соревнования по самбо, дзюдо, каратэ, спортивной борьбе, фитнесу и общей физической подготовке. На базе спорткомплекса могут проходить тренировки по мини-футболу и баскетболу.

Капремонт выполнили в рамках городской программы реновации типовых спортивных объектов. В неё вошли 63 ФОКа. Помимо «Скифа», работы завершены в спорткомплексе с батутным залом для училища олимпийского резерва №1 на 16-й Парковой ул., 17, стр. 2, а также в «Триумфе» на ул. Габричевского, 1, и в «Восточном» на Запад-

**НА САХАЛИНСКОЙ  
МОЖНО ЗАНИМАТЬСЯ  
ЕДИНОБОРСТВАМИ,  
ФИТНЕСОМ, ИГРОВЫМИ  
ВИДАМИ СПОРТА**

ной ул., 16б, стр. 5. В планах на этот год — реконструкция ещё семи объектов.

## Станцию метро проектируют

В районе Гольяново за последние годы по программе «Мой район» сделали немало. — Поликлиники реконструировали, две поликлиники отреконструировали. Сделали Щёлковский автовокзал новый, железнодорож-

# «Скиф» вернулся, поигрывая мышцами

В Гольянове после капремонта открылся ФОК с двумя спортзалами и трибунами для зрителей



За обновлённый ФОК Сергея Собянина поблагодарили участники «Московского долголетия»



В спорткомплексе «Скиф» идёт тренировка самбистов

ный вокзал. Скоростной диаметр здесь провели. Реализуем программу реновации. Ещё надо метро сюда провести. Проектируем метро, в конце этого года начнём стройку. Большой объект, сложный, — рассказал мэр. Проект продления Арбатско-Покровской линии метро — один из главных на ближайшие годы. Станция «Гольяново» позволит значительно улучшить транспортную доступность района.

## Что с реновацией

В этом году планируют благоустроить Красноярскую улицу. Активно реализуется программа реновации. Предстоит расселить 101 старый дом, где проживают 25,3 тысячи человек. Две новостройки — на Щёлковском ш., 71, и площади Белы Куна, 1, — уже построены и заселены. Дома на Амурской ул. 1/2/1, 1/2/2, 1/2/3 и 1, корп. 1, сданы в эксплуата-

цию. Ещё одна новостройка — на Байкальской, земельный участок 28/3, — сейчас возводится.

## Ремонт поликлиники завершат в этом году

В социальной сфере сделано немало: в ТРЦ «Щёлковский» открыли флагманский центр «Мои до-

кументы», на Чусовской ул., 6, — центр московского долголетия. Завершили реконструкцию филиалов №4 поликлиники №191 на Амурской ул., 36, и №2 детской поликлиники №122 на Байкальской ул., 28.

Сейчас в работе — строительство ФОКа на Алтайской улице, обновление головного здания на Алтайской ул., 13, филиала №1 поликлиники №191 на Чусовской ул., 9. Также идёт реконструкция филиала №3 детской поликлиники №122 на Амурской ул., 62а. Работы планируют завершить в этом году. Поликлиника сможет принимать 330 пациентов в смену, там будут работать 77 человек, в том числе 32 врача различных специализаций. У здания будет новый фасад и внутренняя отделка, современный лифт, обновлённые системы вентиляции и кондиционирования, двери и окна, инженерные коммуникации. Поликлиника оснастят новейшим оборудованием. Здесь также появятся бассейн для физиотерапии и массажный кабинет.

## «Тройка» для смартфонов появится в этом году

Виртуальный аналог карты «Тройка» для любых смартфонов будет выпущен в 2024 году. Об этом Сергей Собянин сообщил в своём телеграм-канале.

«Чтобы пользоваться всеми преимуществами «Тройки», надо привязать её в «Личном кабинете» приложения «Метро Москвы» и подключить к программе лояльности «Город», — написал мэр.

Одной картой можно оплатить проезд на метро, МЦК, МЦД, речном и наземном транспорте, пригородных ж/д поездах и аэроэкспрессе, канатной дороге между Воробьёвыми горами и «Лужниками». Кроме того, «Тройка» даёт возможность бесплатных пересадок на городском транспорте в течение 90 минут, а на некоторых маршрутах МЦД — в течение двух часов.

## Новую станцию Сокольнической ветки откроют в этом году

Строительство станции метро «Потапово» вышло на финишную прямую. Все работы планируют закончить до конца текущего года. Об этом Сергей Собянин сообщил в своём телеграм-канале. Сейчас ведутся монтаж металлоконструкций и облицовка фасада здания. Большая его часть сделана из стекла.

«Потапово» станет 27-й станцией Сокольнической линии. И первой отапливаемой наземной станцией столичного метрополитена. Улучшится транспортное обслуживание ТИАО, а также района Южное Бутово.

## В парк «Москворецкий» пересадят лекарственные растения

В природно-исторический парк «Москворецкий» перенесут свыше 1 тысячи лекарственных растений из коллекции вуза, которая сейчас находится на Шелепихинской набережной. Ботанический сад Первого МГМУ им. И.М. Сеченова создали в 1946 году, чтобы дать студентам представление о лекарственной флоре. Коллекция Ботсада за без малого 80 лет стало тесно.

«Также на новом участке появится некапитальный учебно-лабораторный корпус. Все работы завершим уже в этом году», — написал в своём телеграм-канале Сергей Собянин.

Владимир Новиков/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы/mos.ru

Владимир Новиков/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы/mos.ru

# Легкоатлет из Сокольников взял рекордную высоту

Десятиклассник школы Ломоносова Егор Майсенок из района Сокольников стал чемпионом России и рекордсменом мира по прыжкам в высоту среди юношей. На прошедшем в Ульяновске первенстве

России по лёгкой атлетике он преодолел высоту 2,11 метра. Егору 17 лет, прыжками занимается с одиннадцати.

— Мы тогда жили в городе Энгельсе Саратовской области. Родители отвели меня в секцию рядом

с домом. Когда я впервые прыгнул через планку, тренер Зоя Константиновна Кудашкина сразу отметила, что у меня получается. До этого я даже не знал, что хорошо прыгаю, — говорит Егор.

Сейчас он тренируется в Олим-

пийском центре им. братьев Знаменских у тренера Вячеслава Воронина пять раз в неделю. На тренировках брал высоту 2,06 метра.

— На соревнования ехал с настроением взять новую. И взял, — признаётся он.



Егор тренируется в Центре имени братьев Знаменских

## ЕГО ЦЕЛИ — ПОЛУЧИТЬ ЗВАНИЕ МАСТЕРА СПОРТА И СТАТЬ ТРЕНЕРОМ

Победу Егор отметил праздничным ужином с тортом в кругу семьи. И снова приступил к тренировкам. Его цель — поставить новый рекорд на летнем чемпионате России и получить звание мастера спорта.

В школе он хорошист, любимые предметы — математика, химия и физкультура. Твёрдо решил стать тренером. В свободное время обожает кататься на велосипеде, собирать кубик Рубика, читать книги по психологии и классическую литературу, особенно Льва Толстого.

Наталья АНОХИНА

## КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Из архива редакции

## Двое в «Сокольниках»

Александр из Преображенского — студент журфака и наш постоянный читатель. Он взял за правило заносить в блокнот любопытные уличные сценки. Описание одной из них — в парке «Сокольники» — Александр прислал нам. И я с удовольствием делюсь с ним газетной площадью.

«На скамейке сидел пожилой мужчина в ковбойке, который провожал тяжёлым взглядом пролетающих мимо него девушек и юношей на роликах, велосипедах и самокатах, просто весёлые компании. Рядом с ним находилась женщина в инвалидной коляске. Я чуть дольше положенного задержал на них свой взор и вдруг услышал:

— По-моему, он думает, что мы им завидуем, — кивнул старик в мою сторону.

— А мы завидуем? — откликнулась женщина в седых кудряшках.

Мужчина пожал плечами. — А что им завидовать? — продолжила она, достала из кармана ингалятор и пару раз пыхнула им в рот. — Всё это у нас уже было: и велосипеды, и свидания под липами, и прогулки под луной. А вот они ещё не факт, что доживут до наших 80 лет и не разведутся по десять раз. Может, их слгзлить?

Я озадаченно замер. И тут старики дружно захохотали.

— А ты купился, да? — обратился ко мне старичок и хлопнул себя по коленкам. — Люба, он, кажется, поверил...

Старушка поглядела вслед удаляющейся компании, похоже старшекласников, и с улыбкой призналась:

— На самом деле мы, конечно, завидуем: и этим на велосипедах, и тем весёлым.

— Даже если потом развестись? — решил я сыграть в их игру.

— А вот тут не уверена, — хитро глянула женщина на своего спутника. — Кто бы меня тогда в парк привозил?»

История от Александра напомнила мне мысль Марка Твена о том, что стареть тоже надо уметь. А морщины должны только обозначать места, где раньше были улыбки.

Игорь ПАНКОВ

## ПОЖАРЫ

За неделю в округе произошло 9 пожаров. Пять человек пострадали, погибших нет

### В Перове горел мусорный контейнер

Поздно вечером 6 апреля во дворе дома на 2-й Владимирской улице вспыхнул мусорный контейнер. Жильцы заметили пламя и позвонили в экстренную службу. Приехавшие пожарные потушили огонь. Никто не пострадал.

### В Гольянове пострадали пятеро

7 апреля ночью поступило сообщение о пожаре по адресу: Уральская ул., 15. Горели квартира и балкон на седьмом этаже, а также частично — балконы на восьмом и пятом. Общая площадь пожара составила 30 «квадратов». Пожарные ликвидировали возгорание и спасли двух человек, ещё десять эвакуировали. Пострадали пятеро — получили ожоги, надышались дымом. Причина ЧП устанавливается. Светлана РАВЕНСКАЯ

## В Измайлове спасли шпица, угодившего в велосипедное колесо

Днём на Первомайской улице прогуливалась семья: муж с женой, их маленький сынишка на трёхколёсном велосипеде и собачка породы шпиц. В какой-то момент пёсик подбежал к велосипеду слишком близко, и его пушистую шерсть вместе с хвостом затянуло в колесо.

Глава семейства пытался самостоятельно освободить пса, но ему это не удалось. Тогда он позвонил в экстренную службу по номеру 112. На место прибыл отряд «СпасРезерва».

— Когда мы приехали, мужчина уже откры-

тил колесо от велосипеда. Пёс к тому времени заметно устал и особо не сопротивлялся, — рассказала «ВО» спасатель Мария Коледа. — Мы с напарниками аккуратно придерживали собаку, успокаивали её и одновременно вызволяли застрявший хвост. Для этого в некоторых местах даже пришлось подстричь длинную шерсть четвероногого.

Больше всех радовался освобождению шпица маленький сынишка. Хозяева питомца поблагодарили спасателей и пошли домой.

Татьяна ЯКОВЛЕВА



Часть пушистой шерсти бедолаги пришлось выстричь

Предоставлено «СпасРезервом»



— ограничение движения

## Проезд по участку МСД затруднён до 28 апреля

Движение автомобилей по участку Московского скоростного диаметра на территории нашего округа ограничили до 28 апреля. Как сообщили в ЦОДД, это связано с дорожными работами на проезжей части. Участок ограниченный

начинается у дома 1, стр. 8, на 2-м Иртышском проезде и заканчивается у дома 1, стр. 11, на Амурской улице. Рабочие перекрыли две из четырёх полос движения в сторону Щёлковского шоссе.

Михаил КОФАНОВ

# «Рассчитываю попасть в воздушно-космические войска»

▶ На ул. Яблочкова, 5, стр. 1, многолюдно уже с утра. Сюда приходят те, кто планирует подписать контракт для прохождения военной службы в Российской армии. С теми, кто хочет защищать свою страну, общалась корреспондент «ВО».

## «Надо помочь своей стране»

Виктора (имя изменено. — *Ред.*), например, провожают жена, дочь и зять. Дома остались ещё три дочери и гордость деда — внук, выпускник Суворовского училища и практически курсант военного училища.

— У меня военными были отец и дед, по линии жены есть военнослужащие. Так что для нашей семьи воинский долг перед Отечеством — понятие очень важное, — рассказывает Виктор, показывая мне фотографию красавца-внука в парадном мундире.

О военной карьере Виктор вообще-то не мечтал. После срочной службы, которую проходил в ракетных войсках, работал водителем. Подписать контракт решил в 59 лет. И тому есть причины.

— Дети мои уже взрослые. Все обязательства перед ними я выполнил. У меня в правах все категории открыты, любой транспорт могу водить. Надо своей

## Будущие контрактники рассказали, почему решили идти на службу в армию



Молодые кандидаты на службу идут по стопам дедов и отцов

стране сейчас помочь, — поясняет мужчина.

## Связисты всегда нужны

Контракт планирует подписать и Максим (имя изменено. — *Ред.*), которому скоро исполнится 20 лет. В армии служили его отец, дед, брат. Молодой человек тоже решил посвятить себя военному делу.

## МАМА ВЫБОР ПОДДЕРЖАЛА

— Мама настояла, чтобы я пошёл в институт. Я ей уступил, но уже через несколько месяцев понял, что гражданская профессия не для меня, забрал документы, — рассказывает юноша.

После этого был год срочной службы связистом в Семёновском полку. Время пролетело для Максима незаметно. Сейчас он рассчитывает, что возьмут в воздушно-космические войска. Ведь там должно пригодиться специальность связиста, которую он освоил во время срочки. Кстати, мама его выбор поддержала.

Светлана ДОЛГОВА

## Что положено контрактникам и членам их семей

**Единовременная выплата при подписании контракта – 195 тыс. рублей (если контракт подписан не менее чем на год)**

### Выплаты

#### До отправки в зону СВО:

- Денежное довольствие – 40-50 тыс. рублей
- Выплата по указу мэра Москвы – 50 тыс. рублей
- Итого: за полный календарный месяц – 90-100 тыс. рублей

#### В зоне СВО:

- Денежное довольствие – 40-50 тыс. рублей
- Дополнительные выплаты за участие в СВО – 120-240 тыс. рублей
- Выплата по указу мэра Москвы №52-УМ – 50 тыс. рублей
- Итого: за полный календарный месяц – 210-340 тыс. рублей

### Пункт отбора на военную службу по контракту

Адрес: ул. Яблочкова, 5, стр. 1

График работы:  
будни – с 9.00 до 20.00  
суббота – с 9.00 до 18.00  
воскресенье – с 9.00 до 16.00

Телефон: 117

Чат-бот: @MskContract\_bot

### Льготы

#### Дети и школа

- Зачисление в любой сад (с 1,5 года), школу вне очереди и без регистрации по месту жительства
- Двухразовое питание, продлёнка, кружки

#### Пожилые родственники 65+

- Помощь соцработника на дому 3 раза в неделю
- Проживание в геронтологическом центре по показаниям здоровья

#### Ближайшие родственники

- Бесплатное обучение выбранной профессии в лучших учебных заведениях

#### Дополнительно

- 18 770 рублей в месяц на каждого ребёнка



## Работодатели Москвы предлагают полмиллиона вакансий

Региональный этап ежегодной Всероссийской ярмарки трудоустройства стал темой пресс-конференции, организованной информационным центром Правительства Москвы. Руководитель центра «Профессии будущего» Андрей Тарасов сообщил журналистам, что сегодня работодатели Москвы предлагают соискателям порядка 500 тысяч вакансий. По его словам, более 85% из этих предложений не требуют высшего образования.

— Не надо бояться сменить профессию, попробовать что-то новое. Сегодня для этого есть все возмож-

ности, в том числе ускоренный курс переобучения со стажировкой на предприятиях, — сказал Андрей Тарасов, отметив, что рабочие трудятся, например, на станках с ЧПУ и обладают инженерными знаниями.

Заместитель руководителя центра «Профессии будущего» Александр Чугунов добавил, что одна из самых востребованных специальностей — это фрезеровщик. Около 90 тыс. рублей в месяц зарабатывает выпускник колледжа, а специалист шестого разряда может зарабатывать 200 тысяч и больше.

Ольга СОКОЛОВА

## Инженеры из Соколиной Горы ускорили производство авиадвигателей

Специалисты производственного комплекса «Салют» на проспекте Будённого разработали новый метод изготовления протяжного инструмента для производства авиадвигателей. Он служит дольше, сокращает время проведения работ и финансовые издержки. На изобретение получен патент. На международном салоне изобретений и инновационных технологий «Ар-

химед», недавно прошедшем в Москве, эту разработку отметили золотой медалью.

— Обычный протяжный инструмент представляет собой монолитную конструкцию, оснащённую лезвиями. Если хотя бы одно из них ломается, протяжка уже непригодна к дальнейшей работе. А металл и времени на это уходит немало, — поясняет заместитель начальника управле-

ния инструментального производства Павел Филатов. — Мы придумали изготавливать сборную протяжку. Она состоит из модулей-пластин, оснащённых двумя режущими кромками. Если пластина повредится, её легко заменить на новую.

Сейчас инженеры ПК «Салют» внедряют новый инструмент в производство.

Оксана МАСТЮГИНА

# Дороги моют с шампунем

▶ В апреле в столице традиционно проходит месячник благоустройства. Город очищают от грязи, которая скопилась за зиму. Какие работы проводят в ВАО, выяснил наш корреспондент.

## Задействовано более 6,7 тысячи человек

Как отметил префект ВАО Николай Алешин, в уборке на территории округа задействовано больше 6,7 тысячи специалистов и около 700 единиц техники. Участвуют не только районные «Жилищники», но и ГБУ «Автомобильные дороги ВАО», а также частные организации и предприятия: шиномонтажки, гаражные кооперативы, строительные компании.

Сотрудники ЦОДД приводят в порядок дорожные знаки. Энергосетевые организации чистят и красят фонарные столбы. Сотрудники Гормоста настраивают фонтаны, проверяют мосты. В порядок приводят памятники и монументы, которых в округе почти четыре десятка.

**В ПОРЯДОК ПРИВЕДУТ 27 ТЫСЯЧ МАЛЫХ АРХИТЕКТУРНЫХ ФОРМ**



Префект ВАО Николай Алешин

— Основные виды работ — это ремонт и покраска оборудования на детских, спортивных, собачьих и контейнерных площадках, а также скамеек, беседок, пергол, садовых диванов. Всего порядка 27 тысяч малых архитектурных форм, — отмечает префект.

Все шумные работы вблизи жилых домов проводят только в светлое время суток. В обеденные часы делают перерыв.

## Крупные магистрали промывают по ночам

Как отметил заместитель руководителя ГБУ «Жилищник района Богородское» Евгений Романов, серьезное внимание коммунальщики уделяют чистке дорог.

— Их промывают водой с добавлением специальных моющих средств,

Как округ Готовят к очередному летнему сезону

безопасных для окружающей среды. Они нужны, чтобы застарелая грязь на асфальте и лотках отстала и её можно было смыть. Работы на крупных магистралях проводят по ночам, когда меньше автомобилей, — уточняет он.

Сотрудники управляющих организаций прогребают газоны, сметая мусор и крошку, оставшуюся от противогололёдных материалов, проводят санитарную обрезку деревьев и кустарников.

— Когда трава подрастёт, начнётся стрижка газонов. Также сейчас ремонтируем и красим клумбы, чтобы в мае можно было начать высаживать цветы. А в рамках субботников планируем убрать Синичкин сквер и сквер «Янтарная горка», — добавляет Романов.

## Подкрашивают цоколи и входные группы

Начальник отдела по вопросам ЖКХ и благоустройства управы района Вешняки Тимур Волков добавляет, что вместе с уборкой на территории коммунальные службы приводят в порядок здания.

— Уже завершили работы по промывке указателей жилых домов, всего их в районе 213. Также сейчас активно промывают фасады, красят цоколи, ремонтируют входные группы, системы водоотвода, отмостки, моют окна, — рассказывает Тимур Волков.

Месячник благоустройства должен завершиться до начала мая.

Михаил КОФАНОВ

## На Утренней заселяют новостройку с умными счётчиками



Новое жильё здесь получат 88 семей



Однушка на втором этаже Марию устраивает

В Новогирееве на Утренней ул., 1а, готова к заселению ещё одна новостройка. Переезжать в неё будут из двух четырёхэтажных домов: 46, корп. 1, и 48 на Перовской улице. Новое жильё получают 88 семей.

Мария Негрич пришла на осмотр квартиры одной из первых. В старом доме на Перовской у неё однокомнатная квартира. Такое же жильё ей предоставляют и в новостройке. Для подстраховки Мария позвала с собой родственницу Наталью: вдвоём они уж точно заметят, если с новым жильём что-то будет не так.

— Впечатления от квартиры позитивные. Хорошая планировка, сделан ремонт, сантехника работает. Придаться, в общем, не к чему, — говорит Мария.

По её словам, новая квартира просторнее, чем однушка в старом доме. Шире коридор. Квартира в новом доме на втором этаже. Марию это устраивает. В старом доме было так же.

— Этот вариант нам подходит. Другие квартиры осматривать не буду. Начнём планировать переезд на ближайшее время, — заключает Мария.

При строительстве дома использовали современные технологии. Например, показания счётчиков воды и электричества передаются автоматически. Можно спокойно уехать на дачу или в отпуск и не обращаться потом за перерасчётом, как бывает, если не подавал показания несколько месяцев.

Чужих автомобилей во дворе не будет: на въезде установлен шлагбаум. Его монтаж предусмотрен проектом строительства. Помимо машин жителей, во двор беспрепятственно смогут заезжать машины экстренных служб. Открывать шлагбаум будет сотрудник диспетчерской службы на первом этаже. При необходимости во двор пропустят и машину родственника или знакомого. Но для этого потребуются оставить заявку.

Тем временем начался просмотр квартир и в новостройке на Щёлковском ш., 92а, корп. 1, в Северном Измайлове. Новое жильё в этом доме получат более 700 жителей. Переезжать в новостройку будут из расположенных по соседству пятиэтажек на Щёлковском ш., 92, корп. 1, 4, 5.

Роман ФЛЕЙШЕР



Так отмывают застарелую грязь на асфальте

Михаил Подобед

Григорий Матвеев

Григорий Матвеев

▶ Андрей Сухов из дома 35 на 13-й Парковой улице написал в редакцию: коммунальщики не принимают показания его индивидуальных приборов учёта отопления и оплату начисляют по нормативу. И этот случай не единичный. Такая же проблема у большинства его соседей, а также у жильцов ближайшего дома на 11-й Парковой улице.

## Дважды судился

Дом, где живёт наш читатель, довольно новый, ему меньше 10 лет. В отличие от хрущёвок или старых многоэтажек трубы отопления здесь расположены горизонтально, а не вертикально. А это значит, что по закону есть возможность установить индивидуальные теплосчётчики.

— Приборы у меня в квартире и в квартирах соседей поверены и работают исправно, я регулярно и безошибочно передаю показания счётчиков на [mos.ru](https://mos.ru). Однако, несмотря на это, мне регулярно приходят платёжки с завышенными суммами. Например, в прошлом месяце я по счётчикам насчитал 1,7 тысячи рублей за отопление, а в платёжке у меня сумма почему-то 2,4 тысячи, — рассказывает Андрей Сухов.

Мужчина уже дважды судился с УК: первый раз в 2017 году, второй — в 2022-м.

— Сначала я хотел, чтобы мне дали доступ к техпомещению в квартирном холле, чтобы снимать показания счётчиков. И, конечно, чтобы оплату начисляли, исходя из этих показаний. Суд встал на мою сторону. А во второй раз я был ответчиком: якобы у меня образовался долг за отопление в 30 тысяч рублей. Суд также встал на мою сторону, и долг нивелировали, — рассказывает житель.

## Начисляют за обогрев подъезда

«ВО» обратился в управляющую компанию, которая обслуживает дом нашего читателя. По словам руководителя организации Андрея Трошкина, дом

# Теплосчётчик преткновения

## Жители двух домов в Северном Измайлове не согласились с платой за отопление



Галкина Сорокина

## КАЖДЫЙ ДОЛЖЕН ВНОСИТЬ СВОЮ ДОЛЮ В ОБОГРЕВ ПОДЪЕЗДОВ И ЛЕСТНИЧНЫХ КЛЕТОК

оборудован общедомовым прибором учёта.

— При этом, если квартиры оборудованы индивидуальными теплосчётчиками, размер платы за отопление определяется на основании показаний не только индивидуального прибора учёта в квартире жителя, но и на основании общедомового счётчика, — объясняет он. — То есть житель платит за свою квартиру плюс долю за расходы на отопление мест общего пользования. Так платит каждый житель в этом и соседнем домах.

Однако наш читатель с таким способом расчёта не согласен.

— Я не спорю, что должен вносить свою лепту в

оплату за обогрев подъездов и лестничных клеток. Но считаю, что эта сумма должна быть прописана в графе «Содержание общего имущества», а не «Отопление». А ещё мне нужно знать, сколько точно составляет моя доля в общедомовых помещениях. От этого ведь зависит сумма в платёжке, — говорит Андрей Сухов.

## Пусть покажут, как считают

Эксперт по вопросам тарифообразования и договорных отношений предприятий ЖКХ, член подкомитета по развитию бизнеса в сфере управления

жилой недвижимостью комитета ТПП РФ по предпринимательству в сфере ЖКХ Галина Минофьева говорит, что такая схема начисления оплаты за отопление правомерна.

— Платёж за отопление мест общего пользования должен начисляться именно в графе «Отопление». Но если, по мнению жителя, коммунальщики сделали неверные расчёты или указали неверные площади, то он имеет право запросить полную информацию, как они рассчитывают плату за эту услугу. Если он найдёт несоответствие, то может не только потребовать перерасчёт, но и согласно 157-й статье ЖК РФ ещё и выплаты в размере 50% от выявленного несоответствия. Если же управляющая компания с этим не согласится, нужно обращаться в Жилищную инспекцию и в суд, — объясняет она.

Михаил КОФАНОВ

## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

### Лестничные спуски на Открытом шоссе отремонтируют летом

❓ Ступеньки, которые ведут к трамвайной линии от нашего дома, необходимо отремонтировать, причём качественно, потому что после каждого ремонта цемент быстро начинает осыпаться. Помогите решить проблему.

Галина Михайловна, Открытое ш., 21, корп. 13

— Лестничные спуски к трамвайной линии по указанному адресу планирует-

ся отремонтировать в этом году в рамках программы «Безопасность дорожного движения». Ориентировочный срок завершения работ — до 25 августа, — сообщили в управе района Метрогородок.

Маргарита ИВАНОВА

Управа района Метрогородок: Открытое ш., 19, корп. 6, тел. (499) 167-0405. Эл. почта: [vao-metro@mos.ru](mailto:vao-metro@mos.ru)

### Как рассчитывают время работы светофора для пешеходов

❓ Почему интервал работы светофора для пешеходов отличается на разных переходах? На Уссурийской ул., 7, между остановками «Сахалинская улица» светофор работает неудобно: мало времени для перехода.

Лидия Ивановна, Уссурийская ул., 14

В Центре организации дорожного движения пояснили на примере перехода на Уссурийской, 7, как рассчитывается время работы светофора.

Длина пешеходного перехода, то есть ширина проезжей части, здесь равна 11 м.

Она делится на среднюю скорость пешехода (1,3 м/с), затем добавляется 5 секунд, чтобы учесть передвижение маломобильных групп населения. Таким образом, длительность работы фазы для пешеходов на этом переходе составляет 14 секунд, что соответствует расчётным параметрам.

Маргарита ИВАНОВА

Единый транспортный портал Москвы: [transport.mos.ru](https://transport.mos.ru). Контакт-центр «Московский транспорт»: (495) 539-5454, 3210 (с мобильного). Чат-бот «Александра»: [i.transport.mos.ru/alex](https://i.transport.mos.ru/alex)

### В доме на улице Лазо привели в порядок электрощиток

❓ Вот уже неделю при входе в подъезд под лестницей открыты электрощитки, торчат провода. Это опасно. Когда наведут порядок?

Игорь, ул. Лазо, 8, корп. 2, подъезд 7

— Электрощитовое оборудование по указанному адресу привели в надлежащий вид, — сообщили в ГБУ «Жилищник района Перово».

Сотрудники убрали провода, восстановили кабель-каналы и отремонтировали запирающие устройства. Сейчас электрощитки закрыты.

Маргарита ИВАНОВА

ГБУ «Жилищник района Перово»: Зелёный просп., 6, корп. 2. Тел. (495) 229-0375. Эл. почта: [gbu-perovo@mail.ru](mailto:gbu-perovo@mail.ru)

Давайте делать «Восточный округ» вместе!

- У вас есть интересная тема для публикации?
- Вам понравился материал?

- Газета помогла решить проблему?

Звоните!

(499) 647-6831

С 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

Пишите!

[pochta@newsvostok.ru](mailto:pochta@newsvostok.ru), [chitatel@internet.ru](mailto:chitatel@internet.ru)

▶ Сезон проката электросамокатов только начался, а горожане уже брали их в аренду около 2 миллионов раз. Как пояснили в столичном Департаменте транспорта, чаще всего байками пользуются, чтобы доехать от дома или работы до метро, МЦД, МЦК. В ведомстве также отметили, что в начавшемся сезоне поменялись правила аренды. Наиболее важное нововведение — на электросамокатах стали появляться крупные таблички с номерами. По ним уличные камеры будут фиксировать нарушения ПДД. Что ждёт тех, кто игнорирует правила, выяснял корреспондент «ВО».

### Стоимость не изменилась

В этом сезоне для аренды подготовлено 60 тысяч электросамокатов. Как и раньше, чтобы взять байк, потребуется мобильное приложение. Цены в основном остались прежними. Стоимость одной минуты поездки — от 7 рублей. Около метро «Сокольники» взять в аренду электросамокат предлагают несколько операторов. На части байков крупные таблички с номерами уже появились. На остальных их разместят в ближайшее время.

На самокате, который арендую я, номер состоит из шести цифр. Таблички прикреплены и сзади, и спереди. У других операторов в номере, помимо цифр, есть ещё и буквы. Код у каждого самоката свой. По камерам можно будет без труда выяснить, кто, где и когда нарушил ПДД.

В Департаменте транспорта добавили, что номера также появятся на элек-

# Сорвиголов вычислят по номерам

## Камеры стали фиксировать нарушения ПДД электросамокатчиками

тровелосипедах курьеров. Доставщики нарушают правила часто. Как следствие, растёт и число аварий с ними.

### Предусмотрены не только штрафы

Год назад для средств индивидуальной мобильности, к которым относятся электросамокаты, утвердили новые правила поездок. Перед переходом дороги по «зебре» с самоката нужно сойти и вести его рядом.

**НАРУШИТЕЛЯМ БУДУТ БЛОКИРОВАТЬ ПРИЛОЖЕНИЕ И ВЫПИСЫВАТЬ ШТРАФ**

Другое важное правило — на электросамокате запрещено кататься вдвоём. Его конструкция рассчитана на одного человека. Если ехать вдвоём, то на повороте может занести. Ещё одно требование — если есть велосипоса, то ехать нужно по ней, а не по тротуару с пешеходами.

Нарушения этих правил и фиксируют уличные камеры. Информация посту-



Наш спецкор ездит по правилам

пает операторам. За регулярные нарушения сервис аренды самокатов будет у вас заблокирован.

Наказывать нарушителей будут и рублём. Регулярные рейды проводят сотрудники столичной Гос-

автоинспекции. Штраф за несоблюдение ПДД для самокатчиков — от 800 рублей.

### В парках и у метро — «медленные» зоны

В городе также увеличили количество «медленных» зон, где скорость нужно снижать. Как пояснили в Департаменте транспорта, в Москве сейчас уже три сотни таких участков.

В Восточном округе к ним относится парк «Сокольники». Заезжая в него — самокат тут же перестанет разгоняться быстрее 15 км/ч, хотя разрешённая скорость для такого байка — 25 км/ч. Ограничение загружено в «мозги» электросамоката.

Есть в «Сокольниках» участки, где ездить вообще запрещено. Такая зона — в центральной части парка, которая предназначена только для пешеходов. Об этом предупреждают знаки.

«Медленные» зоны вводят у станций метро, МЦК, МЦД. В ВАО такой участок находится у метро «Электрозаводская». Пешеходов тут много. Столкновение грозит им серьёзной травмой: весит электросамокат немало, даже я поднимаю его с трудом.

Роман ФЛЕЙШЕР

### ДТП

#### Девочка-подросток на самокате сбила ребёнка

8 апреля около пяти вечера 14-летняя девушка на электросамокате ехала по тротуару проспекта Будённого в сторону 8-й улицы Соколиной Горы и в районе дома 28, корп. 2, сбила мальчика семи лет на велосипеде. Пострадавшего с травмами головы увезла скорая.

#### Не справился с управлением на Большой Черкизовской

9 апреля в половине второго ночи мужчина 39 лет на мотоцикле «Кавасаки» ехал по Большой Черкизовской улице в сторону Окружного проезда. В районе дома 30, корп. 1, он не справился с управлением и столкнулся с БМВ. В аварии пострадали мотоциклист и его восемнадцатилетний пассажир. Обоих госпитализировали с тяжёлыми травмами головы.

#### Пострадала на проспекте Будённого

9 апреля около восьми утра мужчина 30 лет на мотоцикле «Хонда» ехал по проспекту Будённого в сторону 3-й улицы Соколиной Горы и в районе дома 51а сбил женщину 49 лет, которая переходила дорогу в неполюженном месте. Пострадавшую с травмами руки и спины увезли в больницу.

Отдел Госавтоинспекции УВД по ВАО

## ПРОДАЙТЕ СВОЁ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

585-я проба — 4500 р. за 1 г, 750-я проба — 6500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки — дорого.

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» — одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственными образцам. Ориентир — на цену золотовалютной биржи, современный и точный процесс оценки.

### 1. Разбираем отличия скупки «Аурум» от ломбарда. Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешёво и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным образцам, имеет

в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Также ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий наличными или на карту мгновенно.

### 2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

26 филиалов по всей Москве. Главный офис компании расположен на улице Петровка, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в

них. А за изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки могут принять всё как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной Пробирной Палаты.

### 3. Выездная скупка от компании «Аурум»

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойнее) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведёт оценку, ответит на все ваши вопросы.



Выездная скупка, насколько это удобно? Спросим у читателя, Расторгуевой Валентины Ивановны: «Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артём разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришёл перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!»



ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!  
8 (800) 551 84 34  
Вызов ювелира

Лицензия № ЛО23-00119-77/000256 от 22 декабря 2021 г.

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 РУБ. К ОЦЕНКЕ!

Ближайшие к Вам филиалы: м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, д. 22-24 • м. «Охотный ряд», ул. Тверская, д. 4, стр. 1, магазин «Кристалл Мечты» • м. «Арбатская», Старый Арбат, д. 20, вход в тату-салон «Дракон» • м. «Перово», Зелёный просп., д. 27, корп. 1 • м. «Деловой центр», Пресненская наб., д. 2 (этаж 1) • м. «Трубная», ул. Петровка, д. 26, стр. 2, магазин «Кристалл Мечты» • м. «Щёлковская», ул. Уральская, вл. 4Г, м. «Чистые пруды», ул. Мясницкая, д. 30/1/2, стр. 1. ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 11.00 ДО 20.00

# Помогут сдать ЕГЭ на 100 баллов

В МЭШ появилось пять новых онлайн-курсов по углублённой подготовке к Единому госэкзамену

▶ На образовательном портале «Московская электронная школа» появились новые онлайн-курсы углублённого уровня подготовки к ЕГЭ для учеников 11-х классов. Занятия по математике, физике, биологии, литературе и обществознанию проходят два раза в неделю. Опытные учителя и наставники, которые обычно готовят победителей и призёров олимпиад, будут разбирать сложные задания и помогать выстроить алгоритмы их решения.

## Вход по инструкции

Курсы расположены на главной странице МЭШ в библиотеке. Нужно нажать на раздел «Каталог» и выбрать один из курсов под названием «Сложные вопросы ЕГЭ» по тому или иному предмету.

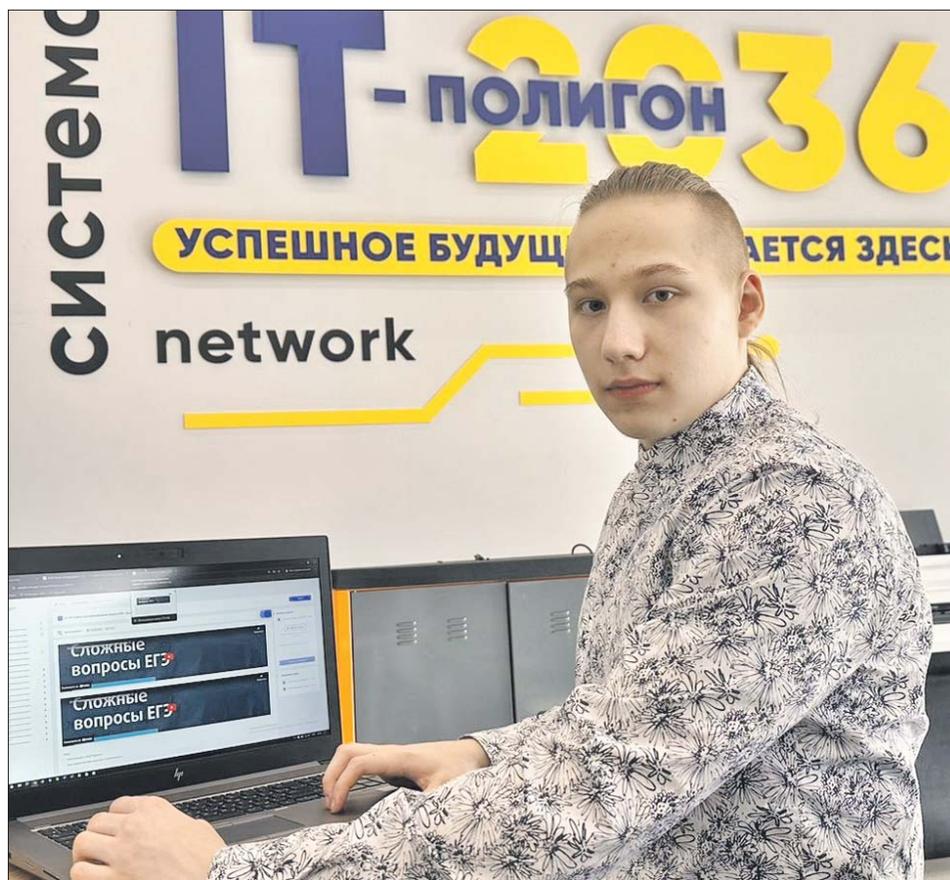
— Перед переходом в материалы интересующего курса рекомендуем добавить его в избранное: так пользователь легко сможет вернуться к нему при повторном входе. После этого нажмите «Перейти в материал», чтобы войти в учебный кабинет, — рассказали в Центре педагогического мастерства, преподаватели которого разрабатывают и ведут эти занятия.

На странице учебного кабинета располагаются предстоящие темы, дата и время проведения ближайшего урока, инструкция по подключению к занятию.

## Лектору можно задать вопросы

Ученик школы №2036 в Косино-Ухтомском Михаил Ольховский будет сдавать ЕГЭ по математике. Одним из этапов подготовки стали для него как раз новые онлайн-курсы в МЭШ.

— Мне нравится, что здесь есть обратная связь со спикером. Можно сра-



Выпускники получают интерактивные задания и участвуют в опросах

## УЧЕНИКАМ НРАВИТСЯ, ЧТО ЕСТЬ ОБРАТНАЯ СВЯЗ С ЛЕКТОРОМ

зу после лекции написать вопросы в специальном окошке, и преподаватель ответит, — говорит Михаил. — Я, например, во время занятий понял, что мне нужно подтянуть тему условной вероятности.

Курс подготовки к экзамену по математике направлен на умение решать задания с развёрнутым ответом.

— Лекторы показывают разные способы решения задач, разбирают наиболее сложные сюжеты, — отметила учитель математики школы №2036 Ирина Стрельникова. — Ребятам говорят, на что обратить внимание, где чаще всего встречаются ошибки, например при отборе корней в тригонометрических уравнениях.

Онлайн-курс по обществознанию основан на социальной практике современной России.

— Много вопросов у ребят связано с такими темами, как инфляция, ВВП, мировая экономика. Они это и между собой обсуждают. Мы вместе смотрим допматериалы, проговариваем на уроках непонятные нюансы, — говорит учитель обществознания школы №1798 в Новогирееве Вера Авдеева.

Чтобы подготовка была увлекательной, на каждом онлайн-уроке ребятам предлагаются интерактивные задания и опросы.

— После лекции по физике мы ещё раз разбирали в классе решения задач на закон Архимеда. Также я рекомендовала ребятам посмот-

реть лекцию об электродинамике: по ней всегда много вопросов, — говорит учитель физики школы №2087 Ирина Савина.

## Все лекции останутся в архиве

Преподаватели по литературе помогут улучшить навыки анализа тех или иных произведений на примерах романа Льва Толстого «Война и мир», драмы Александра Островского «Гроза», романа Фёдора Достоевского «Преступление и наказание», а также поэзии Серебряного века.

Особенность курсов МЭШ в том, что вне зависимости от выбранного профиля школьников научат правильно оформлять ответы на задания, разьяснят критерии их оценки и проинформируют обо всех изменениях в экзамене. Кстати, все прошедшие лекции есть и в записи. К каждому занятию можно скачать методический материал.

Ольга КАЛИНИНА



## ЦЕРКОВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

Рубрику ведёт Валерий КОНОВАЛОВ

## Прикованная к постели исцеляла других

День памяти удивительной женщины святой Марии Гатчинской отмечают в наших храмах 17 апреля. Её почитали при жизни множество людей — от простых крестьян до крупных учёных. Все те, кто приезжал к ней в Гатчину за советом и помощью. Хотя казалось, что более беспомощного человека, чем она, найти трудно...

Лидия Лелянова — так звали её в миру — заболела, когда была гимназисткой. До этого ничто не предвещало беды. Красивая девушка из богатой купеческой семьи. И вот удар — энцефалит, болезнь Паркинсона. На выпускные экзамены Лиду привезли в инвалидной коляске. Родные показывали её знаменитым отечественным докторам, возили за границу к европейским специалистам, но никто не смог ей помочь. Лежать она могла только на спине, любое движение вызывало нестерпимую боль. Говорила с трудом, почти не разжимая рта. Но при этом не только молилась сама, но и находила спасительные слова для других. Получила дар прозорливости, целительства. Её постригли в монашество с именем Мария. Она еже-

дневно принимала и исцеляла больных и страждущих.

Известный профессор Иван Андреев вспоминал, как в марте 1927 года посетил Марию и пожаловался ей на одолевавшую его тоску, которая длилась неделями. Монахиня объяснила учёному духовный смысл происходящего с ним и дала очень действенные советы. «От этих слов матушки Марии у меня в душе точно кто операцию сделал и удалил опухоль духовную. И вышел я другим человеком», — писал впоследствии профессор.

В начале 1930-х годов началась кампания по выведению и арестам монахов и монахинь ранее закрытых монастырей. Добрались и до Марии. Её вынесли из дома, погрузили в кузов автомобиля. Но отвезли не в тюрьму, а в больницу, где и допрашивали. Там скончалась она через два месяца. Похоронили на Смоленском кладбище Петрограда. А в 2007 году мощи святой перенесли в собор Апостола Павла в Гатчине. Сейчас в честь Марии Гатчинской в Санкт-Петербурге возводится храм.

## НЕ ПРИНЕСЛИ ОЧЕРЕДНОЙ НОМЕР ГАЗЕТЫ?

ЗВОНИТЕ! ТЕЛЕФОН ЕДИНОГО КОНТАКТ-ЦЕНТРА РЕДАКЦИИ (499) 647-6828

с 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

В компанию ООО «АГРОФИРМА ПАРТНЁР» требуется квалифицированный персонал НА ДОЛЖНОСТЬ ФАСОВЩИКА ПРОДУКЦИИ

### Мы предлагаем:

- Оплата труда полностью сдельная (повышается в прямой зависимости от количества вырабатываемой продукции)
- Заработная плата выплачивается стабильно 2 раза в месяц
- Средняя выработка — от 40 тыс. рублей
- График работы: 5/2, с 8.00 до 17.00
- Офис в 7 минутах пешком от метро «Владыкино»

### Ваши задачи:

- Фасовка семян различных культур
- Соблюдение стандартов упаковки и хранения
- Работа со специализированным оборудованием
- Ведение учёта упакованной продукции

8-985-361-4319, Евгения Мизева

# Требуются «книгошвейки»

Педагог из Преображенского приглашает делать тактильные книжки для незрячих детей

▶ Незрячие и слабовидящие дети «видят» этот мир иначе — руками. В этом им помогают тактильные книги. Их делают пенсионерки-мастерицы из «Детского ордена милосердия».

## Лёд из целлофана

Эти книги волонтеры передают в специальные общеобразовательные организации и Российскую государственную библиотеку для слепых. Проект называется «Мир в ладошках». В этом году он выиграл грант мэра Москвы.

Как рассказали в «Детском ордене милосердия», страницы в таких книгах сделаны из ткани, к ним прикрепляют аппликации из различных материалов.

— В книгах мы имитируем различные объекты и явления. Малыш, прикасаясь ко льду, должен понять, что он гладкий и холодный. Поэтому мы делаем лёд из целлофана, снег — из крахмала, а, например, зверей — из искусственного меха. Главная наша созидательная сила — бабушки-мастерицы, — объяснили в «Ордене».

## Фетрограф для дошкольника

Педагог Галина Еникеева из Преображенского давно на пенсии. Про проект «Мир в ладошках» узнала больше четырёх лет назад. Прошла обучение и включилась в работу.

— Я делала книги «Счёт», «Бытовая техника», «Матрёшка», «Путешествие капелки». Одна из последних

— фетрограф. Это методическое пособие для развития математических способностей у дошкольников. Оно состоит из основы, на которую по принципу аппликации прикладываются сделанные из фетра различные плоские фигуры и вычислительные знаки, — рассказывает Галина Ибрагимовна.

Новым мастерицам в организации всегда рады. Сначала будущих авторов книг учат формировать страницы, а потом делать аппликации, предоставляя все необходимые материалы. Есть специальное пособие с картой материалов, составленное специалистами. Книжки делают как по сказкам, так и по историям, которые волонтеры придумывают сами.

Мария ГОРБУНОВА



Женщинам здесь помогают создать свой неповторимый образ

Предоставлено БФ «Ладочка счастья»

## СЮЖЕТЫ МЯГКИХ КНИГ ВОЛОНТЕРЫ ПРИДУМЫВАЮТ САМИ

Галина прошла обучение и включилась в работу



Из личного архива

«Детский орден милосердия»: Новая пл., 8, тел. 8-915-384-2215. Сайт: rooidom.ru

## Жительница Восточного Измайлова присоединилась к волонтерам «Бригады ZOV»

### ОТКЛИКИ

Наша газета написала о сборе средств на подавитель дронов. После этого к волонтерам «Бригады ZOV» захотела присоединиться читательница из Восточного Измайлова Ирина. Она не пользуется мессенджерами и позвонила на горячую линию редакции.

— По состоянию здоровья я почти не выхожу из

дома: магазин, поликлиника, храм, — говорит Ирина. — И вот когда бываю в нашем храме Иоанна Богослова на 15-й Парковой, я всегда кладу небольшое пожертвование в специальный ящик на сбор помощи участникам СВО. А когда прочитала, что «Бригада ZOV» собирает средства на подавитель дронов, то решила принять участие в сборе. Я не разбираюсь

в военном деле, но понимаю одно: это оборудование защитит наших мужчин и мальчиков. Очень важное и нужное дело.

До выхода на пенсию Ирина работала медицинской сестрой в больнице, много лет живёт в Восточном Измайлове. Мы помогли ей связаться с волонтерами.

Подробная информация о гуманитарных сбо-

рах волонтерского движения «Бригада ZOV», в котором участвуют жители Перова, Новогиреева, Измайлова и других районов, — в телеграм-канале [t.me/ZoVbrigada](https://t.me/ZoVbrigada).

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Читатели могут обратиться с предложениями о помощи на горячую линию редакции: (499) 647-6831. Мы поможем связаться с волонтерами

## В Новокосине многодетную маму могут сделать королевой красоты

Центр поддержки семьи и детства «Ладочка счастья» в районе Новокосино поддерживает

около 50 московских семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации. Помимо продуктовой и вещевой помощи, проводятся мастер-классы, детские праздники. С недавнего времени здесь действует проект, который помогает мамам создать свой неповторимый образ. В проекте задействованы стилисты, визажисты, фотографы. Если вы профессионал в сфере красоты и готовы стать волонтером, вам будут здесь рады.

— В марте мы провели для наших подопечных день красоты и стиля. Приглашенные мамы на несколько часов забыли о домашних хлопотах и стали королевами подиума и фотомоделями, — рассказала руководитель

сообщества многодетная мама Юлия Бокова.

Дамам сделали красивые причёски, подобрали сочетающиеся друг с другом, удобные, стильные вещи. Провели фотосессию.

— Планируем проводить такие встречи на постоянной основе, — добавила Юлия. — Ведь временной ресурс мамы, как правило, посвящён только семье. А на таких мероприятиях она может почувствовать себя женщиной.

Сообщество приглашает добровольных помощников — фотографов, визажистов, стилистов, парикмахеров, дизайнеров, психологов.

Узнать о работе сообщества можно в сети «ВКонтакте»: [vk.com/bigfamilynovokosino](https://vk.com/bigfamilynovokosino). Мессенджер: 8-968-638-0775, Юлия.

Ольга СОКОЛОВА



### Давайте поможем друг другу!

Газета «Восточный округ» в рубрике «Помоги другому» рассказывает о волонтерах и просто неравнодушных к чужой беде людях, а также о том, как принять участие в добрых делах. Если кто-то бескорыстно помог вам, если кому-то помогли вы, напишите нам об этом. Есть ещё много людей, которым нужна помощь!

Присылайте письма на электронный адрес: [dobroedelo@zbulvar.ru](mailto:dobroedelo@zbulvar.ru) (в теме укажите: «Восточный округ»)

## ПРОИСШЕСТВИЯ

## Воровал кондиционеры в Соколиной Горе

Грузчик компании по продаже кондиционеров в Соколиной Горе несколько месяцев похищал продукцию со склада и продавал через сайты объявлений. Материальный ущерб составил около 300 тыс. рублей. Собственник заметил пропажу и обратился в полицию. Оперативники задержали 33-летнего ранее судимого местного жителя. Возбуждено уголовное дело по статье «кража».

## В Вешняках обнаружили труп младенца

В Кусковском лесопарке прохожие обнаружили труп новорожденного, завернутый в пакет, и сообщили в экстренные службы. Следователи и криминалисты столичного Следственного комитета осмотрели место происшествия, изучили записи с камер видеонаблюдения. По предварительной информации, умершей была мертворожденная доношенная девочка. Перовская межрайонная прокуратура контролирует установление всех обстоятельств произошедшего.

## В Восточном Измайлове задержали наркодилера

На Нижней Первомайской улице госавтоинспекторы остановили для проверки документов автомобиль такси. Молодой пассажир заметно нервничал. На место вызвали следственно-оперативную группу. У мужчины изъяли 60 свёртков с героином. Задержанный рассказал полицейским, что наркотик он планировал продавать через тайники-закладки. Возбуждено уголовное дело, мужчину заключили под стражу.

Светлана РАВЕНСКАЯ

**ВСЕ  
НОВОСТИ  
ОКРУГА  
ЕЖЕДНЕВНО  
НА САЙТЕ  
NEWSVOSTOK.RU**

# Последний день рождения на улице Сталеваров

▶ В июле прошлого года одна из жительниц вызвала экстренные службы к дому на улице Сталеваров. На асфальте лежало тело мужчины. Вокруг — осколки стекла. Створка застеклённого балкона на 11-м этаже была разбита...

## Посидели за бутылкой рома

Полицейские поднялись наверх. Нужная квартира оказалась не заперта. Внутри их ждали явные следы драки и много крови. На кровати сидел нетрезвый мужчина, который, с трудом выговаривая слова, что-то твердил в телефон про адвоката. Его одежда и руки тоже были в крови.

— Подозреваемого задержали. Возбудили уголовное дело. Экспертиза показала, что жертве нанесли не меньше 36 ударов ножом, — сообщила «ВО» старший следователь Перовского межрайонного следственного отдела Следственного управления по ВАО ГСУ СК России по г. Москве Екатерина Афанасьева.

В тот день 36-летний айтишник Сергей (имена изменены) после отпуска вышел на работу в автосалон и решил отметить с коллегами прошедший день рождения. Заказал пиццу, купил сока и пару бутылок рома. Отпраздновали. Стали расходиться по домам. Сергей ушёл вместе с напарником — 32-летним Олегом, который пригласил именинника к себе домой.

## Житель Ивановского зарезал коллегу-айтишника и выбросил с 11-го этажа



Тот самый дом

Михаил ПОДКОБЕД

**С УЧЁТОМ ВЫПИТОГО ПОТЕРПЕВШИЙ НИ НАПАДАТЬ, НИ СОПРОТИВЛЯТЬСЯ УЖЕ НЕ МОГ**

## Пытался выдать за самооборону

Дома у Олега они откупорили бутылку и продолжили праздновать. Что послужило причиной ссоры, установить так и не удалось, однако спустя пару часов хозяин набросился на гостя и начал его избивать, а потом схватился за кухон-

ный нож. После жестокой расправы он выволок тело коллеги на балкон, случайно разбив оконную раму, и сбросил вниз.

Своей вины мужчина не признал, сказав, что коллега первым набросился на него, а он лишь оборонялся. Но эта версия не выдерживала никакой критики. Жертве было нанесено почти четыре десятка проникающих и резаных ударов. Причём часть из них — уже после смерти потерпевшего.

— Ко всему прочему экспертиза показала, что в крови жертвы содержалось огромное количество алкоголя. Физически он просто не смог бы всерьёз нападать и драться: для этого у него не было сил. В крови обвиняемого алкоголя было значительно меньше, — говорит Екатерина Афанасьева.

В ходе следствия были проведены сложные судебные экспертизы, в том числе психолого-психиатрические и молекулярно-генетические, допрошено более 20 свидетелей произошедшего. Это позволило собрать достаточную доказательственную базу по уголовному делу.

Перовский районный суд Москвы приговорил обвиняемого к 9 годам и 10 месяцам лишения свободы в колонии строгого режима.

Светлана РАВЕНСКАЯ



Место преступления

Предоставлено ГСУ СК России по г. Москве

## Ответы на sudoku

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

## В полицию округа требуются следователи

Следственное управление УВД по ВАО приглашает граждан РФ на службу предварительного следствия для замещения должностей следователя с высшим юридическим образованием и помощника следователя с образованием не ниже среднего. Также возможен перевод действующих сотрудников органов внутренних дел из других подразделений.

Претендентам предлагают стабильную зарплату, ежегодный оплачиваемый отпуск от 40 до 60 дней, стопроцентную оплату больничного листа, страхование жизни и здоровья. Также есть бесплатное медобслуживание, ежегодное санаторно-курортное лечение сотрудников и членов их семей, бесплатный проезд на

общественном городском транспорте, право на единую социальную выплату на покупку жилья. Выход на пенсию после 20 лет службы в органах внутренних дел.

Дополнительную информацию можно получить по тел.: **8-916-154-3579, 8-985-966-4682**. Адрес: Вернисажная ул., 1, каб. 309.

Светлана РАВЕНСКАЯ

## ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

ПИШИТЕ НАМ: [POCHTA@NEWSVOSTOK.RU](mailto:POCHTA@NEWSVOSTOK.RU), [CHITATEL@INTERNET.RU](mailto:CHITATEL@INTERNET.RU);  
ЗВОНИТЕ: (499) 647-6831 (с 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу)

# В чём сила, брат? В хвате!

▶ Воркаут — это не просто выполнение различных трюков на турниках, а популярное направление уличного спорта. Бесплатная секция для москвичей открылась недавно на стадионе «Авангард» на шоссе Энтузиастов. О главных ошибках новичков рассказал Александр Рвачев — тренер секции, капитан международной воркаут-команды Steel Brothers Team.

## 1 Отказ от разминки

Главная и самая типичная, по мнению Александра Рвачева, ошибка новичков — отказ от разминки. — В воркауте это чревато травмами, — отметил он. — Для начала нужно размять все мышцы и суставы и сделать базовые для нашего спорта упражнения — отжимания и подтягивания. Особенно подтягивания, ведь если вы не умеете поднимать себя на турнике, то и к различной акробатике на нём приступать не стоит. Недавно к нам пришёл молодой человек вообще без спортивной подготовки, и я отправил его отжиматься, чтобы развить мышцы рук и спины и подготовить их к турнику.

## 2 Не тренируют хват кистей рук

Самое важное для спортсмена в этом виде — сила хвата, то есть натренированность кистей. Именно она отвечает за безопасность и поможет уберечь от падений. — Но многие спортсмены во время тренировок

## Тренер по воркауту из Измайлова рассказал о главных ошибках новичков



Владислав Колодюк

Александр на любимом снаряде

## ПРЕОДОЛЕТЬ СТРАХ ВЫСОТЫ ПОМОГАЮТ ЗАНЯТИЯ ПОД МУЗЫКУ

почему-то не делают на это упор. Из-за этого на соревнованиях я регулярно наблюдаю падения атлетов на разных амплитудных движениях, — рассказывает тренер. — Развить силу хвата помогут долгие висы на турнике до упора как на двух руках, так и на одной, рукоходы, скало-

дромы и канат. Лазить по нему при этом нужно без ног. Я лично люблю канат и эспандер.

## 3 Сразу приступают к сложному

— Многие новички любят сразу приступать к

сложному, не изучая подводящие упражнения. Например, решают научиться делать двойное сальто при прыгивании с турника, не освоив в полной мере одинарное, — пояснил тренер. — Или же полностью игнорируют технику и стараются выполнить упражнение без её изучения, пусть даже грязно. Если и выходит, то редко, нестабильно и некачественно. Из-за этого и повторить элемент тоже не всегда получается. Тут следует действовать по-

этапно, не торопиться и следовать тренерским инструкциям.

## 4 Поддаются страху

Большую часть своих трюков спортсмены делают на высоте примерно 2,5 метра. Конечно, многие из-за этого испытывают страх. — Я регулярно наблюдаю новичков, которые забиваются на турник, садятся на него, свесив ноги, и продолжительное время ничего не могут сделать. Преодолеть страх помогут наставления тренера или показательное воспроизведение упражнения другим спортсменом. Также хорошо помогает музыка: на соревнованиях нам специально включают что-то мотивирующее — и спортсмены часто дожидаются припева, чтобы выполнять самые эффектные и опасные элементы на приливе адреналина.

Мария ГОРБУНОВА

На тренировки по воркауту могут записаться юноши и девушки 12-18 лет и взрослые до 44 лет в Управлении по развитию массового спорта в ЦАО (Мантулинская ул., 24, стр. 1). Для записи нужны московская регистрация, допуск от врача и паспорт. Подробности по тел. (495) 198-0803, доб. 011. Адрес: ш. Энтузиастов, 33, стр. 4 (стадион «Авангард», павильон «Экстрим»)

## СПОРТАФИША

### ГТО в Сокольниках

Подготовиться к сдаче нормативов ГТО все желающие старше 15 лет могут на бесплатных занятиях секции «Многоборье ГТО» в парке «Сокольники». Тренировки проходят по вторникам с 20.00 и по субботам с 11.00. На занятия нужно приходить в спортивной одежде и обуви. Запись по тел. 8-929-599-4545 (12+).

Адрес: Митковский пр., 11.

### Растяжка в Измайлове

Бесплатно позаниматься стретчингом можно на тренировках в Измайловском парке. Тренировки направлены на растяжку мышц шеи, рук, спины, ног, глубоких мышц всего тела, а также на развитие пластичности суставов. Занятия проходят по четвергам и пятницам с 20.00 и по субботам и воскресеньям с 11.00 в павильоне «Студио-парк» рядом с малым колесом обозрения. Вход свободный (18+).

Адрес: аллея Большого Круга, 7а. Тел. (499) 166-6119.

### Силовые упражнения в Богородском

Бесплатно позаниматься армлифтингом, пауэрлифтингом и пауэрспортом юношам и девушкам 14-18 лет можно в секции «Силовые виды спорта» территориального управления «Богородское» Окружного общественного центра им. Моссовета. Тренировки проходят по вторникам и четвергам с 16.30. Запись на [mos.ru](http://mos.ru), подробности по тел. (495) 129-0001. Ссылку на запись можно найти «ВКонтакте» [vk.com/mossovets\\_tu\\_bogorodskoe](https://vk.com/mossovets_tu_bogorodskoe).

Адрес: Бойцовая ул., 17, корп. 3.

Мария ГОРБУНОВА

## В Перовском парке начались спортивные занятия для пенсионеров

Позаниматься спортом на свежем воздухе пенсионеры округа могут в Перовском парке.

— Спортивные группы «Московского долголетия» в Перовском парке собираются у главной сцены, в парке у прудов «Радуга» — у поста охраны в центральной части парка, а также в Терлецкой дубраве — в центре парка у павильона «Лекторий», — рассказали в пресс-службе.

Например, в Перовском

парке (ул. Лазо, 7) есть занятия ОФП. Первая группа занимается по четвергам и пятницам с 16.30, вторая — в это же время по воскресеньям. В парке у прудов «Радуга» (Вешняковская ул., 16) желающие могут по средам и субботам в 13.00 позаниматься дыхательной гимнастикой. А в Терлецкой дубраве (Свободный просп., 2а) — скандинавской ходьбой по вторникам и четвергам с 9.30.

Подробное расписа-

ние — на сайте [perovskiy-park.ru](http://perovskiy-park.ru) в разделе «В парке»/«Московское долголетие» возобновляет занятия на свежем воздухе в Перовском парке и в зоне отдыха «Терлецкая дубрава» — в ТЦСО «Новогиреево», ТЦСО филиал «Перовский», ТЦСО филиал «Ивановский», а для занятий в парке у прудов «Радуга» — в ТЦСО «Вешняки». Тел. (495) 309-5342.

Мария ГОРБУНОВА



Перовский парк открыл секции для участников «Московского долголетия»

# Что кроется за метеозависимостью

Неприятные ощущения, связанные с переменной погодой, время от времени испытывают даже те, кто считает себя вполне здоровым. Недомогание списывают на метеозависимость. Почему же люди так реагируют на погоду? Об этом рассказал врач-методист КДЦ №2 Департамента здравоохранения г. Москвы на Игровой улице, заслуженный врач РФ, кандидат медицинских наук Сергей Подшибякин.



**Сергей Подшибякин,** врач-методист КДЦ №2 Департамента здравоохранения г. Москвы, заслуженный врач РФ, кандидат медицинских наук

## Болезнь, которой нет

По словам доктора, в Международной классификации болезней такого заболевания, как метеозависимость, нет. Вместе с тем большое число людей страдает от головных и суставных болей, перепадов настроения и других неприятных симптомов, возникающих при смене температуры воздуха или атмосферного давления.

— Наш организм постоянно взаимодействует с окружающей средой, — говорит врач. — Организм приспосабливается к внешним изменениям. И если все системы в норме, то эта работа даже не ощущается. Если

О причинах плохого самочувствия при смене погоды рассказал заслуженный врач РФ Сергей Подшибякин

## Профилактика метеозависимости



зарядка, ходьба, бег, занятия на свежем воздухе

витамины, лекарства (после консультации с врачом)

закаливание: контрастный душ, обливания холодной водой

соблюдение режима сна

же заболевание, пусть и не выявленное, есть, то при изменениях внешней среды человек будет чувствовать себя плохо. Это состояние и называют метеозависимостью. Поэтому игнорировать неприятные ощущения, особенно если они возникли впервые, списывая всё на погоду, не стоит.

## ЕЖЕГОДНАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ПОМОЖЕТ УЗНАТЬ СВОЙ ОРГАНИЗМ ЛУЧШЕ

### А выявили гипертонию

В первую очередь на перепады атмосферного давления реагирует давление артериальное. Врач приводит пример: пожилая пациентка

жаловалась на головокружения, тошноту и очень высокое давление при переходе дождливой погоды в солнечную. Врач выявил гипертонию и назначил препараты. Более глубокое обследование подтвердило проблемы с почками. Пациентка

начала лечение. Так реакция на погоду помогла не запустить болезнь.

Под метеозависимость также могут маскироваться ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет и даже начинающийся онкологический процесс. Поэтому медики советуют проходить ежегодную диспансеризацию, чтобы знать свой организм лучше.

### Рецепт на все времена

Во многих случаях метеозависимость — это следствие не каких-то патологий в организме, требующих немедленного лечения, а результат неразумного образа жизни.

В практике Сергея Подшибякина был случай с пациентом 52 лет, который жаловался, что в ветреную погоду его одолевают слабость и сильные головные боли. Мужчина глушил боль анальгетиками. Обследование не выявило серьёзных отклонений, кроме слегка повышенного артериального давления и уровня холестерина.

— Выяснилось, что мужчина много времени проводит в офисе, ложится поздно, в день проходит от силы 3 тысячи шагов, — сказал врач. — Я посоветовал ему для начала хотя бы пару остановок до метро проходить пешком. Он так и сделал. Пешие прогулки решили проблему с засыпанием. Через пару месяцев мужчина стал замечать, что меньше реагирует на погодные изменения, а через полгода метеозависимость и вовсе отступила.

Рецепт избавления от метеозависимости часто лежит на поверхности: сон не менее семи-восьми часов в сутки; энергичная ходьба по 10 тысяч шагов в день, можно в три-четыре приёма; включение в рацион овощей и фруктов, замена красного мяса на рыбу и орехи; отказ от вредных привычек и бесконтрольного поглощения лекарств; разумное избегание стрессовых ситуаций.

Ольга СОКОЛОВА

## ДЕНЬГИ

В редакцию обратился житель района Перово Олег Михайлов. Он рассказал, что в магазине получил в виде сдачи банкноту и засомневался в её подлинности. Что делать в таком случае?

### Куда нести фальшивые банкноты

По словам Марии Гурьяновой, эксперта Банка России, если подозрительная банкнота оказалась у вас в кошельке, ни в коем случае не пытайтесь ею расплатиться.

— За сбыт поддельных денег предусмотрена уголовная ответственность. Лучше отнести сомнительную банкноту в любой банк. Экспертиза проводится банком, для вас она бесплатна, — поясняет она.

Если установить подлинность банкноты сложно, то сотрудники банка отправят её на проверку в Банк России. Срок проведения экспертизы — до 10 рабочих дней. Если экспертиза подтвердит подлинность банкноты, то её стоимость вернётся на счёт кли-

# Ищите водяные знаки

## Как определить подлинность банкнот

ента либо её можно будет получить наличными в том банке, в который клиент обращался. А вот стоимость поддельной банкноты, увы, вам уже не вернётся. К слову, если купюра в магазине кажется вам сомнительной, не берите её и потребуйте замены.

## ЧАЩЕ ВСЕГО ПОДДЕЛЫВАЮТ БАНКНОТЫ НОМИНАЛОМ 1 И 5 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ

### Будьте осторожны на рынке

Как говорит эксперт Банка России, в прошлом году на 1 миллион банкнот в обороте выявлено всего две фальшивые, тогда как

в 2022 году подделок было четыре купюры на миллион.

— Это показатель очень высокого уровня защиты наших денег, — отмечает Мария Гурьянова.

По её словам, самые популярные места для сбыта подделок — небольшие магазины, кафе, киоски, уличные рынки. Там обычно нет специальных приборов проверки подлинности банкнот. Риск возрастает, когда вы продаёте что-то за наличные, например машину, электронику или мебель.

Чаще всего подделывают купюры номиналом 1 и 5 тысяч рублей.

### Как проверить подлинность банкнот

У всех бумажных денег есть защитные знаки, по которым можно самостоятельно оценить их подлинность. Самые простые способы: на просвет, на ощупь и под углом. Рекомендуется найти не менее трёх знаков.

К примеру, на банкноте номиналом 5 тысяч рублей модификации 2010 года на белом поле под номером банкноты на просвет виден водяной знак — портрет Муравьёва-Амурского, а номинал — число 5000.

«Ныряющая» серебристая защитная нить находится с лицевой стороны купюры, а с оборотной сплошная серая линия. На ней видно число 5000, а при покачивании банкноты цифры будут смешаться относительно друг друга.

Яркая, блестящая горизонтальная полоса на гербе Хабаровска при покачивании банкноты будет также перемещаться вверх или вниз.

Текст «Билет Банка России», цифры номинала и строчка ПЯТЬ ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ рельефные, их можно почувствовать на ощупь.

Полный список признаков подлинности банкнот можно найти на сайте Банка России, в мо-



**Мария Гурьянова,** эксперт Банка России

бильном приложении «Банкноты Банка России» и в телеграм-канале Департамента финансов города Москвы «Открытый бюджет Москвы» в рубрике «Подлинность банкнот» ([t.me/s/budgetmos](https://t.me/s/budgetmos)).

Игорь СИБИРЯКОВ

## Окружной общественный центр им. Моссовета



# Татьяна Чехова имеет власть над «Белой королевой»

Шахматисты территориального управления Ивановское — Восточное Измайлово стали абсолютными чемпионами в командном и личном зачётах в соревнованиях по шахматам в рамках окружной спартакиады пенсионеров города Москвы «Московское долголетие». Татьяна Чехова, одна из участниц спартакиады, уже много лет руководит студиями «Белая королева» и «Пешечка» в ООЦ им. Моссовета.



Занятия для участников «Московского долголетия» проходят бесплатно

Предоставлено ГБУ «ООЦ им. Моссовета»



**Татьяна Чехова,** руководитель студий «Белая королева» и «Пешечка» в ООЦ им. Моссовета

— По образованию я математик, окончила Минский государственный университет. С 1978 года действующая шахматистка, международный мастер и чемпионка Белоруссии по шахматам. С мужем переехали в Москву: Валерий Александрович — гроссмейстер и чемпион мира по шахматам 1975 года среди юношей, — рассказывает Татьяна Михайловна.

## ВОСПИТАННИКИ ТАТЬЯНЫ СТАНОВЯТСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ШАХМАТИСТАМИ

В Москве супруги играли за общество «Локомотив». До 2020 года Татьяна тренировала школьников, с кото-

рыми ездила на соревнования не только по России, но и за рубеж. Сейчас тренирует детей от шести лет.

— Мои бывшие воспитанники живут в разных странах, некоторые из них стали профессиональными шахматистами. Многие мои ученики приводят на занятия своих детей со словами: «Спасибо за наше шахматное детство!» — улыбается Татьяна Михайловна.

Гульнара РЕЙНГАРДТ

Адрес: ул. Чечулина, 10. Занятия проходят по вт.-чт. с 18.00, по сб. с 11.00

## В Ивановском пройдёт благотворительная ярмарка



Гостей ждёт беспроигрышная лотерея

Предоставлено ГБУ «ООЦ им. Моссовета»

Территориальное управление Ивановское — Восточное Измайлово приглашает всех желающих **20 апреля** с 16.00 до 18.00 на ежегодную благотворительную ярмарку. Приносите предметы рукоделия, поделки, кулинарные шедевры. Гости ждут мастер-классы, концертная программа, лотерея и сладкие угощения.

Заявки принимаются по **17 апреля**: ул. Чечулина, 10, и ш. Энтузиастов, 57. Или по эл. почте: [PetlenkoNA@pvaos.mos.ru](mailto:PetlenkoNA@pvaos.mos.ru) с пометкой «Ярмарка».

Адрес: Ивановский лесопарк, Свободный пр., 11, корп. 5 (6+).

## В Сокольниках познакомят с волшебным миром театра кукол

ТУ Сокольники приглашает **20 апреля** в 12.00 на театрализованный мастер-класс «Волшебный мир театра кукол». Участники узнают историю происхождения кукол, увидят, как делаются маски, пальчиковые и перчаточные куклы, попробуют управлять планшетными, деревянными, ростовыми и напольными куклами и сделают фото на память о встрече.

Продолжительность — 60 минут. Участие платное (5+).

Адрес: ул. Короленко, 2/23, корп. 6.

## На Соколиной Горе пройдёт мастер-класс по танцам

ТУ Соколиная гора — Перово приглашает **22 апреля** в 17.00 на мастер-класс по классическому танцу, который проведёт педагог-хореограф студии «Карусель» Валерия Осипова. В репертуаре этого коллектива — детские танцы, танцы народов мира и эстрадные танцы (3+).

Адрес: Щербаковская ул., 26.

Гульнара РЕЙНГАРДТ

**Про кружки и секции округа расскажут по единому телефону (495) 129-0001**

## Мастерица из Сокольников создаёт картины из бытовых мелочей

Елена Кременчугская с Сокольнической площади создаёт уникальные панно и картины из всего, что есть под рукой: пуговиц, монет, ключей, мелких деталей, гальки, ракушек, шишек. Её квартира и дача напоминают музеи.

Елена с детства любила рисовать и вышивать. Но потом — учёба в техническом вузе, семья, рождение двоих детей... Было как-то не до творчества. Но пять лет назад она полностью посвятила себя семье, стала домохозяйкой. И снова захотелось творить.

— Началось с того, что решили подарить дедушке на 23 Февраля что-то необычное, — говорит мастерица. — Не купить в магазине, а вложить эмоцию, включить воображение. Идею подсмотрела в Интернете — панно «Рыбы», собранное из разных деталей. Стала смотреть, что есть в «домашнем сундучке». Так родилась золотая рыбка из монет, ключей и молнии. Дедушке подарили её с напутствием: «Для исполнения заветных желаний».

Сейчас у Елены больше 50 изделий: сова из метал-

лических пайеток, панно из шишек и веточек, денежное дерево из монет и другие арт-объекты. Из поездки на море Елена привезла гальку, раскрасила и создала несколько картин с миниатюрными домиками на побережье.

— Основа большинства работ — оргалит, — говорит Елена. — Каждую картину я вначале разрабатываю как макет, потом выкладываю детали, приклеиваю, оформляю.

Необычным творчеством увлёкся и сын Семён. Сам сделал ключницу из брусков,

оформив их в виде домиков, и картину из шишек.

Мастерица ездит как волонтер в «Дом для мамы», была и в реабилитационном центре «Кораблик», где проводит мастер-классы для онкобольных детей и их родителей. Ей активно помогает свёкор Владимир Владимирович, вырезая заготовки из фанеры. К Году семьи Елена придумала коллективную картину — семейное дерево. Её создавали около 30 детей и взрослых, приклеивая к основе каждый свою пуговицу.

Ольга СОКОЛОВА



Елена с картиной из морской гальки

Михаил Подобед

## АФИША

Песни и романсы  
в Ивановском

17 апреля в 16.00 библиотека №100 приглашает всех желающих от 16 лет на встречу с актрисой и режиссёром Валентиной Козловой и пианисткой Марией Стародумовой. Гости послушают произведения Александра Пушкина, Ханса Кристиана Андерсена, Александра Галича, Бориса Гущина и других авторов. Прозвучат музыка Георгия Свиридова, русские народные песни, романсы и песни разных лет.

Вход свободный.  
Адрес: Саянская ул., 7а.  
Тел. (495) 307-8512.

Тайны жизни  
Айвазовского  
в Измайлово

18 апреля в 13.00 в центре московского долголетия на 9-й Парковой ул., 5а, и 19 апреля в 12.00 в ЦМД на Первомайской ул., 107, пройдут лекции от сообщества «Художники Арбата», посвящённые жизни и творчеству Ивана Айвазовского. Слушатели узнают, какую трагедию он пережил в детстве, почему развёлся с первой женой, за что на него завели дело в полиции и многое другое.  
Вход свободный (16+).  
Тел. 8-985-908-6158.

Нейротанцы  
в Вешняках

19 апреля в 19.00 арт-кластер «Восток» приглашает на занятия по нейротанцам. Или по-другому — танцам самопознания. Можно будет расслабиться и разгрузиться эмоционально, двигаясь под музыку так, как велит ваше тело.

Вход свободный (16+).  
Адрес: Вешняковская ул., 12д. Тел. (495) 375-9904.  
Наталья АНОХИНА

В афише возможны изменения, уточняйте по телефонам организаторов

ВСЕ  
НОВОСТИ  
ОКРУГА  
ЕЖЕДНЕВНО  
НА САЙТЕ  
NEWSVOSTOK.RU

## Наделали шума в Париже...

▶ В усадьбе Измайлово открылась выставка «Изучать. Творить. Создавать», посвящённая знаменитой строгановской школе керамики. Она приурочена к 200-летию Российского государственного художественно-промышленного университета им. С.Г.Строганова. В залах выставлено около 300 экспонатов. Произведения признанных мастеров соседствуют со студенческими работами.

Зацелованный  
«Ягнёнок»

— С одним из представленных у нас предметов —

ШКОЛЬНИКАМ БУДЕТ  
ОСОБЕННО ИНТЕРЕСЕН  
РАЗДЕЛ «МАСТЕРСКАЯ  
КЕРАМИСТА»

керамическим «Ягнёнком», выполненным корифеем строгановской анималистики Алексеем Сотниковым, — связана любопытная история, — рассказывает куратор выставки Екатерина Чернецкая. — В 1937 году скульптура отправилась на Всемирную выставку в Париж. И не только получила золотую медаль, но и стала самой «громкой». Публику растрогал фотоснимок «Не отдам!» в од-

Шедевры строгановской керамики  
на выставке в усадьбе Измайлово

Произведения мастеров соседствуют с работами студентов

ной из парижских газет. На нём маленький мальчик обнимает «трогательного, робкого, на неокрепших ножках ягнёнка, с мягкими ушами и шелковистой, в белом звенящем фарфоре, шёрсткой...». Малыш не смог удержаться — схватил скульптуру с постамента, прижал к себе и стал целовать. Коллеги скульптора потом смеялись: «Алексей, твои скульптуры целуют даже в Париже!»

Охота  
на «гжельских  
динозавров»

Какая связь между гжелью и динозаврами? А ведь она есть. На выставке можно увидеть керамических драконов, расписанных под гжель. В среде коллекционеров на них идёт настоящая охота.

— Дело в том, что в карьерах подмосковной Гжели, где добывалась глина для

керамической посуды, ещё в XIX веке исследователи обнаружили останки ископаемых животных возрастом более 300 миллионов лет, — поясняет Екатерина. — Окаменелости и прочие приметы времён динозавров там находят до сих пор.

Кстати, на выставке экспонируются несколько анималистических скульптур Александра Белашова. Это под его руководством строгановцы созда-



Легендарный  
«Ягнёнок»  
Алексея  
Сотникова

ли гигантское панно «Древо жизни» с изображением динозавров в натуральную величину. Само панно можно увидеть в Палеонтологическом музее им. Ю.А.Орлова РАН.

— Ну а школьникам будет особенно интересен раздел «Мастерская керамики», — продолжает Екатерина Чернецкая. — Они смогут наглядно познакомиться с этой профессией и понять, что керамика — это не просто плитка в ванной или чашка на столе. Мы восстановили «живое» пространство работы современного художника, где будут проводиться тематические лекции и мастер-классы.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Усадьба Измайлово, городок им. Баумана, 2, стр. 4, 14.  
Со вторника по воскресенье — 10.00-18.00.  
Цена билетов: от 125 рублей

## В районах Северное Измайлово и Перово готовят будущих мультипликаторов

В Центре творчества им. А.В.Косарева (5-я Парковая ул., 60) и во дворце творчества детей и молодёжи «Восточный» (1-я Владимирская ул., 20) работают бесплатные мультипликационные студии. Там ребята 5-17 лет могут научиться самостоятельно создавать мультфильмы.

— Новички под руководством педагога студии «12 кадров» Натальи Владимировны Скрипниковой начинают с изучения теории и создания этюдов, — рассказала «ВО» руководитель центра творчества на 5-й Парковой Галина Горбунова. — А уже через полгода приступают к работе над своими первыми полноценными мультфильмами. Пишут сценарии, создают персонажей, передвигают их в кадре, фотографируют, монтируют, озвучивают.

По её словам, самым младшим больше всего нравится создавать персонажей из пластилина и кон-

структора «Лего». А старшим — рисованных и кукольных. Например, недавно старшая группа закончила производство мультяка «Смехота», герои которого — кот, щенок и девочка — были сделаны из поролон и валяной шерсти.

— Многие наши мультфильмы потом участвуют в конкурсах и кинофестивалях, в том числе взрослых, — говорит Галина Горбунова. — Так, в марте мультфильм нашей ученицы четырнадцатилетней Веры Фроловой «Волшебный мир анимации» был показан на крупнейшем российском фестивале анимационного кино в Суздале.

Интересные занятия проходят и в студии «Артлаб «Мультипликация» в «Восточном».

— Мы создаём мультфильмы в техниках рисованной анимации, stop-motion, кукольной мультипликации, театра теней и других. Сюжеты ребята придумывают сами. Чаше все-



Идут занятия в студии «12 кадров» на 5-й Парковой улице

го это сказки, фантастические истории, истории из своей жизни и жизни друзей, — рассказали во дворце творчества.

Запись в студию «12 кадров» начнётся в мае. Следите за обновлениями на странице Центра твор-

чества им. А.В.Косарева в соцсети «ВКонтакте» [vk.com/centerkosareva](https://vk.com/centerkosareva).

Присоединиться к занятиям в студии «Артлаб «Мультипликация» можно уже сейчас. Подробности по тел. (495) 672-6772.

Наталья АНОХИНА



# Перовские закаты

## ОКНО В ГОРОД

Участвуйте в новом конкурсе! Присмотритесь к нашей столице. Сфотографируйте интересный вид из своего окна или проплывающие пейзажи за стеклом автомобиля, автобуса, электрички... Подпишите время и место съёмки и пришлите на эл. почту [pochta@newsvostok.ru](mailto:pochta@newsvostok.ru) с пометкой «На конкурс». Не забудьте указать свой район и телефон.

Ваш «ВО»



«Приходишь с работы и попадаешь в Третьяковку, зал Перова, — написала участница конкурса Татьяна. — Усталость как рукой снимает»

## РЕЦЕПТ

# Овощное рагу

от актрисы  
Аллы Югановой

Одно из любимых блюд актрисы Аллы Югановой отлично подойдёт для лёгкого ужина или в качестве гарнира.

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1-2 небольших кабачка
- 1 морковь
- 1 зелёный перец
- 1 луковица
- 2-3 томата средней величины
- 3-4 картофелины
- 2 зубчика чеснока
- немного растительного масла, щепотка соли и молотый чёрный перец на кончике ножа



Сергей Киселёв/Агентство «Москва»

Измельчаем лук и морковь, обжариваем их в глубокой сковороде на растительном масле. Картофель чистим, нарезаем довольно крупными кусками и обжариваем вместе с луком и морковью. Очищенный и нарезанный полосками зелёный перец отправляем к овощам. Теперь добавляем

в сковороду нарезанные кубиком кабачки, предварительно их очистив и при необходимости удалив семена. Обжариваем, помешивая, в течение 10-15 минут. Режем на дольки помидоры и отправляем в рагу, солим, перчим и кладем измельченный чеснок. Перемешиваем, накрываем крышкой и тушим на небольшом огне ещё 15 минут.

Ирина  
МИХАЙЛОВА

## ВАШЕ МНЕНИЕ

### Всем ли по вкусу обед на улице?

В городе начали открываться летние веранды кафе. Порой их монтируют прямо на тротуаре, и это мешает пешеходам. Готовы ли наши читатели смириться с неудобством ради возможности по-

обедать на свежем воздухе? «Да», — ответили 43% участников нашего опроса, всегдагдаи таких значных мест. Но 57% всё же считают, что улица не место для еды. Может, им просто некогда?

В апреле в столице пройдут общегородские субботники. Прибирать городские улицы будут 13 и 20 апреля.

### А вы принимаете участие в субботниках?

- 1 Да, это отличная идея.
- 2 Пока не приходилось, но собираюсь попробовать.
- 3 Нет, нет времени/желания участвовать.

## АНЕКДОТЫ

● Купи классную машину — порадуешь себя, друзей, кредиторов, гаишников, автогонщиков...

● — Сударыня, вы с каждым днём хорошеете! — Ах, не преувеличивайте! — Ну через день.

● В молодости говорил: «Сердцу не прикажешь». Теперь список таких органов увеличился.

● Если вы хотите, чтобы ваша жена всегда слушала вас внимательно и с интересом, разговаривайте с ней во сне.

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

● Парень шлёт девушке СМС: «Этот абонент просит вас выйти за него замуж». Ответ: «Уважаемый абонент! На вашем счёте недостаточно средств для данной операции».

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

● Вчера пришёл подвыпивший сосед и попросил политического убежища. Следом ворвалась его жена со скалкой и наплевала на все нормы международного права!

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

## ВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

№13 (536) АПРЕЛЬ 2024 год

Издатель: Издательский дом «Звездный бульвар». Главный редактор издательского дома Ю.А.Сорокин. Генеральный директор А.И.Латышев. Первый заместитель главного редактора Е.Ю.Ильина. Заместители главного редактора: Ю.А.Мироненко, Ю.И.Невский, Е.Ю.Харо.

Главный редактор газеты «Восточный округ» Е.Ю.Ильина. Шеф-редактор И.А.Панков. Учредитель: ООО «РИЦ Северо-Восток».

Адрес издателя: 117246, г. Москва, пр. Научный, 19, 2-й этаж, комн. бд, оф. 76. Адрес редакции: 127560, г. Москва, ул. Конёнкова, д. 15, корп. 1.

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 «ПраймПринт Москва»: 141701, Московская область, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5В.

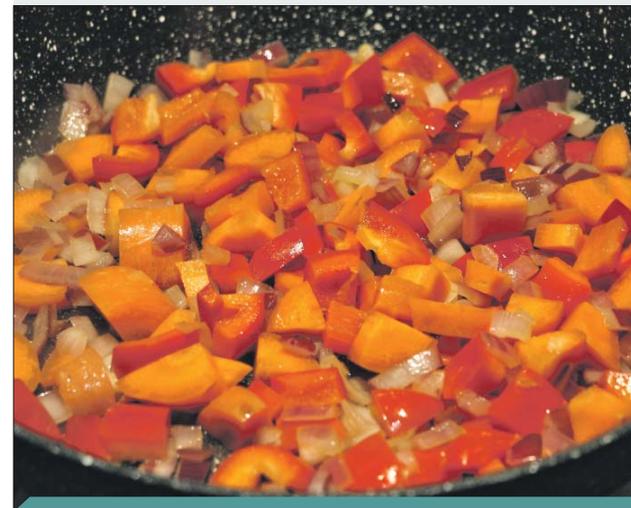
Тираж 420 000 экз. Заказ №1084. Подписано в печать 11.04.2024 г. Выход в свет 12.04.2024 г.

Отдел по работе с читателями: тел. (499) 647-6831.

Вопросы по доставке принимает единый контактный центр редакции: тел. (499) 647-6828.

Размещение рекламы: тел. (495) 782-8212.

Газета распространяется на территории Восточного административного округа г. Москвы. Бесплатно. Может содержать материалы 12+



unsplash.com