

Привился полгода назад? Пройди ревакцинацию

 в городе	Сергей Собянин: «Идеология развития Москвы – город для человека» стр. 2	 персона	Сергей Чирков: «В пандемию я понял, что у меня крепкая семья» стр. 17
--	---	---	---

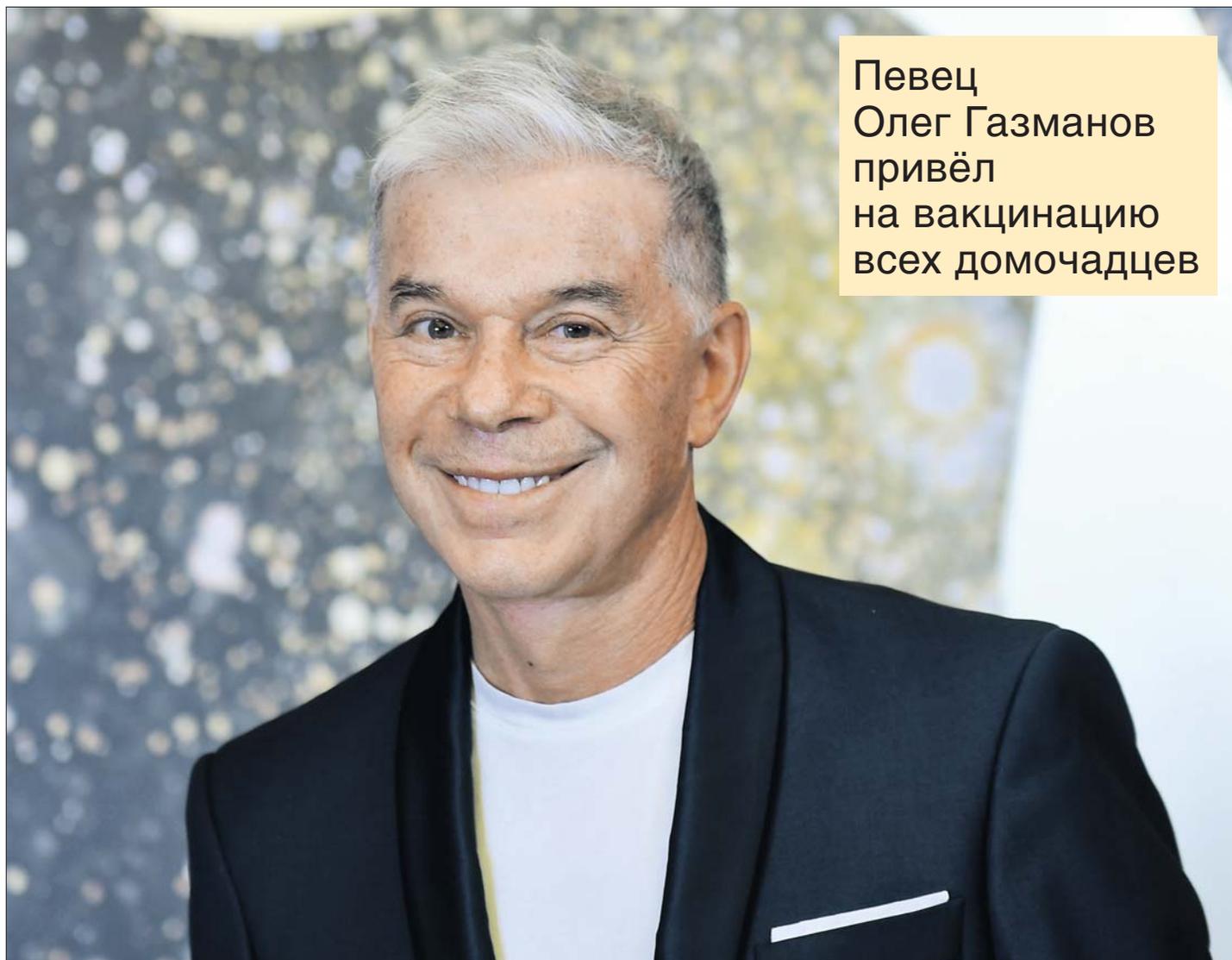
Москва СЕВЕРО-ЗАПАД

vk.com/szaopressa
facebook.com/szaopressa
instagram.com/szao.mos

№26 (547)
июль 2021
окружная газета

szaopressa.ru

На прививку – с любимой тещей **стр. 6**



Певец
Олег Газманов
привёл
на вакцинацию
всех домочадцев

Екатерина Чеснокова/РИА Новости

**В Куркине
осветили
уникальные
колокола**

стр. 3

**Почему
в жару
ковид
опаснее**

стр. 5



стр. 15

Татьяна Беложкина

**Житель
улицы
Народного
Ополчения
собрал сотни
китайских
чайников**

Каким проектам власти уделяют особое внимание

Сергей Собянин рассказал о стратегии развития столицы



Сергей Собянин: «Хорошее образование, здравоохранение, транспорт и благоустройство нужны жителям одновременно»

На завершившемся в Москве 10-м Урбанистическом форуме выступил мэр столицы Сергей Собянин.

Приоритет не может быть единственным

По словам мэра, в большом городе невозможно определить приоритеты и развивать только одну необходимую для людей сферу.

— Хорошее образование, здравоохранение, транспорт и благоустройство нужны жителям одновременно — здесь и сейчас, — отметил мэр Москвы.

Именно поэтому, формируя новую городскую среду, Москва движется одновременно в нескольких направлениях: комплексно занимается благоустройством, развивает и совершенствует транспортную систему и при этом не забывает о социальной сфере.

Парки, школы и поликлиники

В качестве примера Сергей Собянин привёл несколько проектов, которым в последние годы уделяют особое внимание городские власти. Это и

Urban Health, то есть «городское пространство как источник здоровья». Именно в рамках этого проекта в Москве создаются новые и благоустраиваются старые парки и скверы, появляются велодорожки и пешеходные маршруты. Проект «Безопасный город» — это новое освещение на улицах, видеокамеры, удобные пути для передвижения инвалидов. Проект «Город 15 минут» — это поликлиники, школы, детские сады, кинотеатры и станции метро в шаговой доступности в любом районе.

Со станции «Народное Ополчение» сделают пересадку на Рублёво-Архангельскую линию

— По сути дела, несмотря на отдельные названия и тренды, мы имеем дело с общей идеологией, направленной на развитие городов для человека и во имя человека, — отметил мэр.

В СЗАО открыли две станции метро

Яркий пример стратегии формирования доступного города в этом году появился в Северо-Западном округе. В один день в районе Хорошёво-Мнёвники открылись сразу две станции Большой кольцевой линии метро — «Народное Ополчение» и «Мнёвники». По оценкам экспертов, ими ежедневно будут пользоваться по 40 тысяч пассажиров, а в перспективе эта цифра вырастет вдвое.

Сейчас на БКЛ работают уже 12 станций, ещё 19 предстоит построить.

Станцию «Народное Ополчение» построили на пересечении проспекта Маршала Жукова и улицы Демьяна Бедного. В будущем именно здесь появится пересадка на строящуюся Рублёво-Архангельскую линию. А станция «Мнёвники» работает в северной части поймы Москвы-реки.

Здесь в ближайшие годы планируют построить большой спортивный кластер со спортивным центром ЦСКА, сёрфинг-парком, ледовой ареной и другими спортобъектами. Расположенная поблизости станция метро позволит сделать эти объекты доступными для всех москвичей.

Олег ДАНИЛОВ

В Хорошёво-Мнёвниках сдали дом по программе реновации

ЧТО ПОСТРОИЛИ

Дом, построенный по программе реновации на ул. Мнёвники, ба, сдан в эксплуатацию. Сюда переедут жители пятиэтажек района Хорошёво-Мнёвники.

Новостройка представляет собой двухсекционное разноуровневое 16-17-этажное здание на 155 квартир.

Как сообщили «СЗ» в управлении строительства префектуры СЗАО, общая площадь новых квартир больше, чем в старых домах. Ведь если в пятиэтажке стандартная кухня занимает 6 кв. метров, то в новостройке — около 10.

В каждой квартире выполнили отделку комфорткласса. На кухнях установили плиты и раковины, в санузлах — сантехнику, уложили плитку. Стены оклеили обоями светлых тонов, полы в комнатах застелили ламинатом. Во дворе дома оборудовали детскую и спортивную площадки, высадили деревья и кустарники.

Михаил КОФАНОВ



Новостройка представляет собой двухсекционное разноуровневое здание

В Щукине увековечат память Фёдора Акулишина

До конца года в Москве установят мемориальные доски пяти Героям Советского Союза — Николаю Челнокову, Евгению Пепеляеву, Фёдору Акулишину, Владимиру Касатонову и Ивану Злыденному. Распоряжение



Герой Советского Союза Фёдор Акулишин

об этом подписал мэр Москвы Сергей Собянин.

Мемориальную доску в честь Героя Советского Союза военного инженера Фёдора Акулишина установят на стене дома 8, корп. 1, на улице Маршала Бирюзова. Фёдор Акулишин родился в 1916 году, учился в Военно-инженерной академии, во время Великой Отечественной участвовал

в Сталинградской и Курской битвах, особо отличился при форсировании Днепра. В сентябре 1943 года, выйдя к реке в районе села Бородаевка раньше других воинских частей, лично разведал место для переправы. Акулишин обеспечил переправу частей и подразделений 72-й гвардейской стрелковой дивизии. При захвате плацдарма на правом берегу был ранен, но остался в строю.

После войны жил в Щукине, преподавал в Военной академии им. М.В.Фрунзе. Вышел в запас в звании полковника, умер в 1995 году.

Андрей ТОМЦЕВ

Копии исторических колоколов изготовили к 350-летию храма



Предоставлено настоятелем храма Игорем Константиновым

В Куркине освятили уникальные колокола

В храме Владимирской иконы Божией Матери в Куркине прошло освящение уникальных колоколов — «Лебедева» весом 1,7 тонны, «Беляева» весом 820 килограммов, 450-килограммового «Григорьева», 250-килограммового «Иванова» и ещё одного безымянного колокола весом 140 килограммов.

«Включать» колокольный звон будет электронная система

Изготовленные на колоколотемном заводе в Жуковском, они повторяют исторические колокола, которые были вывезены отсюда в 1940-х годах в неизвестном направлении, однако носят имена настоятелей, сыгравших важную роль в жизни

храма в XIX — начале XX века. Восстановить исторический облик колокольной было решено к 350-летию юбилею храма, который будут отмечать в следующем году.

Самый большой колокол назван в честь Сергия Лебедева, который стал настоятелем храма в 1889 году. Тогда село Куркино находилось в запустении, но стараниями настоятеля храм был отреставрирован. При нём открылась не только церковно-приходская школа, но и Общество трезвости.

Любопытно, что звонить в новые колокола будут не звонари.

— Звонари — редкая профессия, многие храмы испытывают нехватку таких кадров. Выручает электронная система. С её помощью колокольный звон можно «включить» одним нажатием кнопки на телефоне, причём из любой точки мира, — рассказал «СЗ» настоятель храма Игорь Константинов.

Водрузить колокола на колокольню планируется **1 августа**.

Мария ЛАКАТУШ

колонка редактора

Суровые герои «Тик Тока»

На днях один московский таксист вдруг прославился на всю страну. Он выложил в «Тик Токе» видео своего «социального эксперимента». Суть его мужчина пояснил на камеру ещё до того, как в машину села пассажирка:

— Короче, если она, это самое, вакцинирована, я не повезу её, вот и всё!

Девушка просит отвезти её на улицу Героев Панфиловцев.

— А у вас есть прививка?

— Да, — удивлена пассажирка.

— Тогда вызывайте другую машину!

Но этого таксисту мало. Он читает пассажирке краткую лекцию на тему иммунологии. А что, обычное дело, всякий может. Суть лекции противоречива: вакцина — это зараза, но что это такое, никто не знает. Поэтому заражаться от вакцинированной пассажирки дураков нет.

Признаюсь, мне было интересно: как отреагирует на это хамство компания-агрегатор? Мало того что водитель не выполнил обязательства. Мало того что унизил клиента и сделал это публично. Мало того что работники сферы транспорта и сами обязаны вакцинироваться. Так ведь за отменённый заказ с пассажира ещё и списываются деньги.

Но компания-агрегатор не отреагировала никак.

Остаётся открытым и другой вопрос. А что это было: наступление антиваксеров?

Думаю, вряд ли. Скорее это наступление тиктокеров. Так устроен человек: ему хочется славы. Только раньше она требовала огромных усилий. Добить золото Олимпиады, сделать великое научное открытие, прорваться на эстраду, на худой конец. С развитием технологий слава стала доступна, как девушка с пониженной социальной ответственностью. Правда, и выглядит примерно так же.

Бери камеру — и носи всё что хочешь. Хочешь — про вирус, хочешь — про ластоногих пришельцев с планеты Нибиру, хочешь — про уринотерапию. И вот, был ты безвестный таксист, а стал — ого-го!

А то некоторые ещё и подвиги на камеру совершают. В Митине тиктокеры на камеру отвинчивают колпачки на ниппелях припаркованных автомобилей. Главная фишка — сделать это демонстративно, при свете дня, на глазах у прохожих. Вот какие мы герои. И всякому-то теперь ясно, что жизнь наша — яркая и осмысленная.

Даже жаль их, бедолаг, ей-богу.

Ольга НОВАК,
шеф-редактор «СЗ»

Кирилл Сорокин из Строгина стал лучшим пожарным Москвы

Сотрудник пожарно-спасательного отряда №204 в Строгине Кирилл Сорокин занял 1-е место по профессии «Лучший пожарный» на городском конкурсе «Московские мастера». Финал соревнований прошёл на полигоне в Апаринках.

— Впечатлила полоса испытаний, где можно было показать те навыки, которые мы каждый день используем в работе, — вспоминает Кирилл. — Сначала на скорость надевали боевую одежду, подключали дыхательный аппарат. А ещё били по шинам: так мы обычно обрабатываем силу

удара для вскрытия дверей и кровель.

В прошлом году Сорокин уже участвовал в таком конкурсе и занял 3-е место. На достигнутом решил не останавливаться, ведь в работе пожарного подготовка жизненно важна!

— Запомнился большой пожар на складе в Строгине, — вспоминает Кирилл, — там хранились лаки и краски, электротехника, так что когда мы вошли внутрь, вокруг всё искрило и взрывалось. Но мы были спокойны, потому что знали, что делать. Пожар быстро потушили.

Вера ШАРАПОВА



Финал испытаний прошёл на полигоне в Апаринках

Сара Эйзенберг/ГУ МЧС России по г. Москве

Четвероногий Декстер перекрыл наркотрафик в Хорошёво-Мнёвниках

Максим Евсигнеев и Декстер прекрасно друг друга понимают



Ольга Чуменко

Пёс Декстер из центра кинологической службы УВД по СЗАО помог задержать с поличным девушку, которая перевозила наркотики. Машину каршеринга остановили для проверки в Хорошёво-Мнёвниках инспекторы ДПС. Но девушка-водитель на вопросы не отвечала, выглядела странно. А выходя из авто, что-то выбросила в траву у дороги... Полицейские вызвали киолога со служебной собакой.

— Декстер обнюхал дорогу и газон вокруг машины. Вдруг остановился и сел. Это его сигнал: значит, что-то нашёл. И правда, рядом в траве оказался пакет с порошком размером с кулак. Потом

мы осмотрели машину — там нашли ещё пакетик с таким же порошком и набитую чем-то самодельную сигарету, — рассказал «СЗ» инспектор-кинолог Максим Евсигнеев. — Все находки направили на экспертизу.

Декстер — немецкая овчарка. Сейчас ему шесть лет, почти пять из которых он работает в центре кинологической службы.

— И мы прекрасно друг друга понимаем, — говорит Евсигнеев. — Бывает, я ещё не успею отдать команду, а Декстер успевает понять меня по взгляду и начинает искать!

Вера ШАРАПОВА

На прививку — в Гостиный Двор и в «Лужники»

В Москве открылись крупнейшие в мире центры вакцинации от коронавируса

В столице наращиваются темпы вакцинации от коронавирусной инфекции. Только за одни сутки второй компонент получили более 105 тысяч человек. Об этом сообщил мэр Москвы Сергей Собянин. В связи с огромным спросом на вакцинацию на этой неделе открылись сразу два крупных прививочных центра — в Гостином Дворе и в олимпийском комплексе «Лужники».

Процесс проходит максимально быстро, пространство разделено на зоны

— Я думаю, что это один из крупнейших центров вакцинации в мире, — заявил мэр на открытии нового прививочного центра в «Лужниках». — Общая мощность его составляет около 15 тысяч человек в сутки. Например, это в 2,5 раза больше, чем то, что мы открыли в Гостином Дворе.

Сергей Собянин пояснил, что в центре вак-



Сергей Собянин побывал в прививочном центре, развёрнутом в Гостином Дворе

цинации от COVID-19 в «Лужниках» будут в основном прививать мигрантов, но не откажут и другим желающим привиться.

Тем временем продолжается вакцинация москвичей в только что открытом прививочном

центре на территории Гостиного Двора. Здесь одновременно могут проходить вакцинацию до 50 человек, а в сутки — около 6 тысяч.

— Вполне вероятно, если приток будет больше, будем расширять время работы — соответствен-

но, увеличится и его пропускная способность, — сказал мэр.

Вакцинация в Гостином Дворе проводится двухкомпонентной вакциной «Спутник V». Процесс проходит максимально быстро. Пространство разделено на три зоны:

ожидания; заполнения документов; осмотра врачом и вакцинации. Здесь работают сотрудники поликлиник — 10 врачей и 50 медицинских сестёр. Помогают им более 100 сотрудников центров госуслуг и учреждений соцзащиты. Они встречают

В Москве работают более 300 пунктов вакцинации

Привиться в столице можно в 119 городских поликлиниках (по предварительной записи) и в 116 частных клиниках. В порядке живой очереди — в павильонах «Здоровая Москва» (более 40), в семи центрах госуслуг «Мои документы», в том числе расположенных в помещениях торговых центров и в других популярных городских локациях. Подробная информация на портале mos.ru.

людей при входе, объясняют, как заполнить документы, и провожают на осмотр к врачу. Центр открыт ежедневно с 10.00 до 21.00. А недавно в Гостином Дворе стало возможно и ревакцинироваться. Всего с 5 декабря 2020 года в Москве прошли вакцинацию 3,1 млн человек, из них оба компонента получили свыше 1,8 млн человек.

По словам мэра, последняя неделя показала некоторое снижение заболеваемости COVID-19 в городе, но тем не менее сам уровень госпитализации, заболеваемости находится на очень высокой отметке.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Розыгрыши автомобилей среди привившихся продолжаются

В минувшую среду состоялся очередной розыгрыш автомобилей, который проводится среди москвичей, вакцинировавшихся от коронавирусной инфекции. Напомним, что возможность стать обладателем машины стоимостью примерно 1 млн рублей автоматически появляется у тех, кто с 14 июня по 11 июля впервые сделал прививку от COVID-19.

Каждую среду в прямом эфире телеканала «Москва-24» счастливых определяют методом случайного выбора. После эфира организаторы звонят им с номера теле-

фона (495) 870-3600 и объясняют, как забрать приз. Имена обладателей новых автомобилей также публикуются на сайте mos.ru.

Шанс получить за прививку новый автомобиль ещё есть — последний розыгрыш пройдёт 14 июля. В нём примут участие те, кто вакцинировался с 5 по 11 июля в любом из 300 московских центров вакцинации от COVID-19 — в поликлиниках, в павильонах «Здоровая Москва», в некоторых центрах госуслуг «Мои документы», в торговых центрах.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Больных ОРВИ будут сразу тестировать на коронавирус

В связи с продолжающимся ростом заболеваемости все больные ОРВИ в столице должны соблюдать режим самоизоляции до получения отрицательного теста на коронавирус. Об этом сообщила заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

Меры вызваны с тем, что циркулирующий сейчас в Москве индийский штамм «Дельта» вызывает симптомы, сходные с ОРВИ, — это насморк, небольшая боль

в горле, невысокая температура.

— В последние две недели Москва пробила все эпидемиологические пороги. Исходя из этой ситуации, мы приняли решение, что все случаи ОРВИ мы будем рассматривать как потенциальный коронавирус, — объяснила Ракова.

Всем таким пациентам и их родственникам будут делать экспресс-тест на антиген коронавируса. Анализ сразу покажет, был ли человек инфицирован.

Сейчас в Москве еже-

дневно госпитализируют около 1600-1700 человек, а на ИВЛ находятся более 600 тяжёлых пациентов. Для лечения больных коронавирусом задействовано свыше 22,5 тысячи коек в 31 стационаре, полностью перепрофилированы несколько городских больниц. А в ГКБ №52 в Щукине реанимационные койки заняты уже на 100%. По словам главврача Марьяны Лысенко, больница заполнена пациентами, больных коронавирусом, на 87%.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Июль, жара и ковид

Аномальные температуры увеличили риск осложнённого течения болезни

Рекордная жара, установившаяся в Москве, принесла с собой новые риски. Опасности осложнений подвергаются люди с хроническими заболеваниями. Серьёзно увеличивается и опасность заражения коронавирусной инфекцией.

Опасна для диабетиков и гипертоников

Главный врач поликлиники №115 в Хорошёво-Мнёвниках **Игорь Трусов** призвал москвичей



Ольга Чумаченко

быть внимательными к любым изменениям самочувствия в такую жару.

— Все мы смотрим прогноз с опаской — жара будет с нами ещё достаточно продолжитель-

ное время. Все москвичи помнят, как это было в 2010 году, московская медицина извлекла уроки. К сожалению, учитывая погодные условия этого года, мы можем прогнозировать увеличение неблагоприятных исходов течения хронических заболеваний, в том числе и смертности, — говорит он.

По словам Трусова, особую опасность жара представляет для гипертоников и больных сахарным диабетом. Таким пациентам стоит быть внимательными вдвойне и ни в коем случае не забывать принимать назначенные лекарственные препараты.

Вакцинируйтесь!

Отягчающим фактором медики называют пандемию.

— Частое осложнение коронавируса — нарушения функции дыхания. И представьте себе, это осложняется и затруднением дыхания от жары. Всё это в целом ведёт к увеличению тяжёлых случаев течения заболевания и, как следствие, может увеличивать число неблагоприятных исходов, — говорит Трусов.

Врач настоятельно советует не затягивать с вакцинацией. Ведь можно защитить себя от риска

заболеть в этот тяжёлый период погодных аномалий. Кроме того, он рекомендует придерживаться простых правил.

— Пейте воду — лимонады и газированные напитки лучше исключить. Минимизируйте нахождение под прямыми солнечными лучами, по возможности уменьшите физические нагрузки, соблюдайте режим приёма лекарственных препаратов, — говорит врач.

Тепловой стресс возможен даже у здоровых людей

Также Трусов напомнил, что соблюдение требований масочного режима и вакцинация минимизируют риски возникновения тяжёлых осложнений.

Смертность может вырасти

Гидрометцентр предупреждает, что московская жара может задержаться на несколько недель. Из-за высоких ночных температур и у здоровых людей возможен тепловой стресс. Столбики термометров продол-



Александр Авиллов/Агентство «Москва»

Синоптики предполагают, что это лето может быть тяжелее печально известного лета 2010 года

жат удерживаться на отметке до +24 градусов, а это значит, что люди не будут успевать отдохнуть от жары.

Синоптики предполагают, что установившая жаркая погода этого года может быть даже тяжелее аномальных темпера-

тур лета 2010 года. Так, по информации Департамента здравоохранения г. Москвы, во время жары летом 2010 года число смертей в Москве увеличилось вдвое: с 360-380 человек в день до 700.

Анастасия ШУРКАЕВА

«Я видела, как тяжело болеют дочь и сын»

73-летняя **Людмила Юрьевна Коробова** с бульвара Яна Райниса называет себя главным сторонником вакцинации от коронавируса. Ведь в первую волну пандемии тяжело переболели её сын и дочь.

— Дочери Ольге 50 лет, у неё было 70% поражения лёгких. Я видела, как ей плохо, она совсем не могла дышать. Олю забрали в больницу, это было очень страшно. Спасибо врачам, что помогли и вылечили! Но следом заболел мой сын Евгений, ему 51 год, — говорит женщина.

Людмила Юрьевна вместе с сыном оставалась дома в самоизоляции. Как только появилась возможность, сразу записалась на прививку. Вакцинировалась в мае. Рассказывает, что после уколов была незначительная реакция, один день побаливала голова. Но волноваться не стала, ведь в поликлинике выдали памятку о том, как себя вести при таких симптомах.

— Сейчас всех своих подруг убеждаю, что надо вакцинироваться, чтобы побыстрее отступила эта опасность. Ведь я живой пример, что можно сделать прививку и чувствовать себя защищённым, — говорит Людмила Коробова.

Женщина мечтает о том времени, ког-



Ольга Чумаченко

Людмила Юрьевна Коробова сделала прививку ещё в мае

да снова сможет ходить в любимый кружок краеведения. А пока действуют ограничения, свои переживания описывает в стихах. До выхода на пенсию Людмила Коробова работала в типографии «Литературной газеты», любовь к печатному слову сохранилась и теперь: женщина записалась на литературные чтения и с нетерпением ждёт встречи с единомышленниками.

Анастасия ШУРКАЕВА

Москва простилась с Владимиром Меньшовым

В Москве простились с народным артистом РСФСР, актёром, кинорежиссёром и сценаристом **Владимиром Меньшовым**. Он умер 5 июля от последствий коронавируса. Его дочь — актриса и телеведущая **Юлия Меньшова** — на своей странице в «Инстаграме» опубликовала чёрно-белые снимки отца. И всего одно слово: «Всё. Всё... всё...»

Сначала болезнь у Владимира Валентиновича протекала в лёгкой форме. Но уже 22 июня родственники вызвали скорую помощь и режиссёра госпитализировали в Филатовскую городскую клиническую больницу №15 на Вешняковской улице. У него диагностировали двустороннюю пневмонию и третью стадию дыхательной недостаточно-



Агентство «Москва»

сти — это когда человек уже не может дышать самостоятельно даже в состоянии покоя. Через несколько дней его сердце остановилось.

Наверное, у нас в стране нет ни одного человека, который не знаком с творчеством Владимира Меньшова. Кинофильмы мэтра пропитаны любовью к людям и к русскому народу. Его киноленты «Любовь

и голуби», «Ширли-мырли», «Зависть богов» давно стали культовыми, их разобрали на цитаты и всё смотрят и смотрят. А фильм «Москва слезам не верит» покорила даже зарубежных зрителей. За него в 1981 году режиссёр получил премию «Оскар» в номинации «Лучшая картина на иностранном языке». Более 100 стран купили права на её кинопоказ. А у нас в стране фильм просто произвёл фурор. В первый год проката его посмотрели почти 100 миллионов человек.

Владимир Валентинович никогда не жаловался на судьбу и всегда строил новые планы. «Я ещё так много хочу сделать», — говорил Меньшов недавно в одном из своих последних интервью.

Наталья АНОХИНА

Олег Газманов: «Я не слушаю диванных спецов»

Известный певец и композитор рассказал, почему сделал прививку от коронавируса

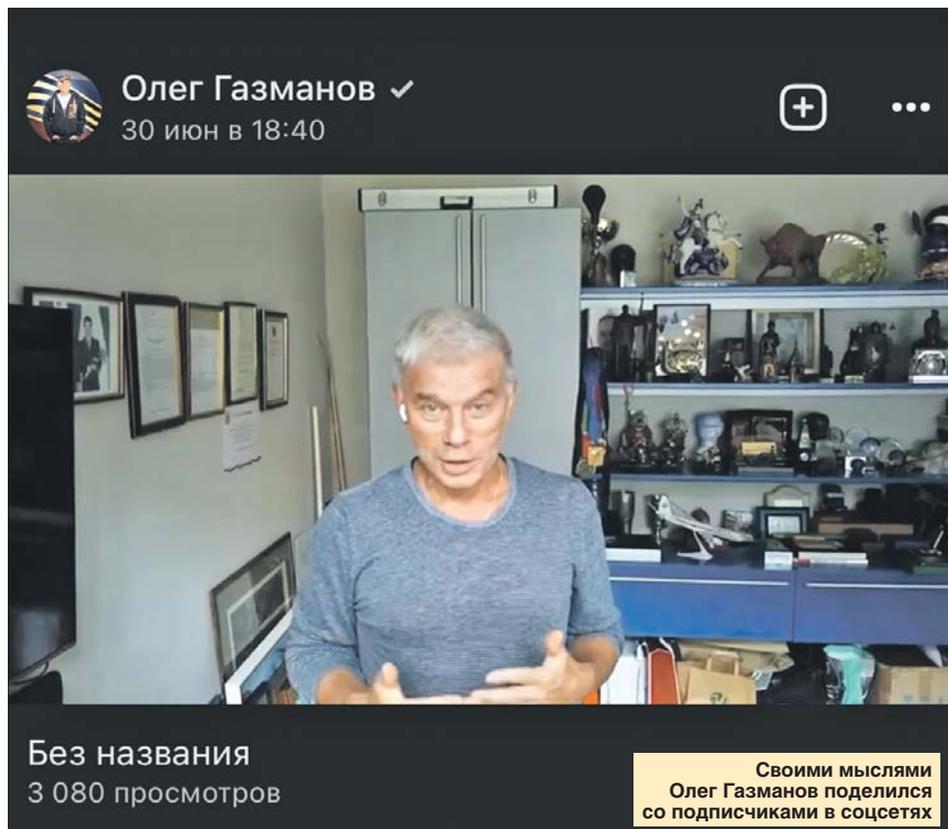
Известный музыкант, эстрадный певец и композитор Олег Газманов — наш сосед, житель Серебряного Бора. Недавно он сделал прививку от коронавируса. «Привились всей семьёй, включая тещу 85 лет», — написал он на своей странице в соцсети «Инстаграм». О том, почему он принял такое решение, артист рассказал читателям.

Олег Газманов переболел коронавирусом ещё в августе прошлого года. Болезнь протекала тяжело, он лежал в больнице.

— У меня было воспаление лёгких, сопутствующее этой болезни. Ну, и дальше — потеря обоняния, температура, слабость. Я успел похудеть на шесть с половиной килограммов, — рассказал певец.

По его словам, у него до сих пор присутствуют разные неприятные последствия болезни, поэтому решение сделать прививку было однозначным, несмотря на то, что ещё имелись антитела.

— Мои соображения по этому поводу просты и прагматичны, — говорит Олег. — Я прислушиваюсь только к мнению специалистов — вирусологов и эпидемиологов. Ни стоматологов, ни хирургов,



**Вирус
унёс жизни
многих
из моего
окружения**

ни прочих я не слушаю. Они узкоспециализированные лекари. Тем более я не слушаю мнение «диванных спецов», хайперов

и антипрививочников. От вакцины никто не умер, а COVID-19 смертельно опасен. Он унёс жизни многих, в том числе из моего окружения многие погибли. Вред же от вакцины вообще никем не доказан. Большинство людей её переносят легко, и прививка в любом случае лучше, чем болезнь. Относиться к пандемии легкомысленно — это играть со смертью. Это не личное дело каж-

дого, потому что, заболев, заражаешь всех, с кем общаешься, «раскрутив» эпидемию ещё больше.

Певец признался: он искренне жалеет, что не успел привиться раньше, перед тем как заболел.

— Но вакцины ещё не было. А те страны, где большинство населения вакцинировалось, уже победили эпидемию, — напомнил он.

Наталья АНОХИНА

Откуда появился миф о влиянии вакцин на бесплодие

Почти полгода Интернет переполнен тревожными вопросами: не вызывают ли вакцины против COVID-19 бесплодие? Так как эта тема взволновала людей самых разных стран — от США и Европы до Индии — опровержения мифа разместили правительственные порталы США и Австралии, сайт Университета Джона Хопкинса jhu.edu (один из самых цитируемых в мире) и другие международные медицинские порталы.

Как обычно и бывает, в основу дезинформации был положен реальный факт.

Так, вакцина от COVID-19 побуждает организм создавать копии белка шипа, расположенного на поверхности коронавируса, а иммунная система организма учится с ними бороться, вырабатывая антитела.

По информации Университета Хопкинса, в декабре прошлого года немецкий врач-эпидемиолог Вольфганг Водарг — активный антипрививочник — начал распространять в соцсетях ложную информацию о сходстве белка шипа коронавируса с белком синцитин-1, который участвует

в развитии плаценты у беременных женщин. Противник прививок заявил, что якобы вырабатываемые антитела будут бороться и с «правильным» белком, нарушая ход беременности.

— На самом деле белок шипа коронавируса и синцитин-1 имеют небольшие участки одного и того же генетического кода, но этого недостаточно, чтобы они соответствовали друг другу, — говорит доктор медицины Университета Миннесоты в Миннеаполисе Джилл Фостер. — Это всё равно, как если бы два че-

ловека имели телефонные номера, оба из которых содержат цифру 7. Но никто из них не может позвонить друг другу.

Однако ложную информацию активно подхватили многочисленные сайты и блоги антипрививочников в разных странах. И даже запустили об этом петицию. К слову, «Фейсбук» удаляет сообщения о петиции как дезинформацию. Однако миф продолжает активно эксплуатироваться антиваксерами во всём мире, включая Россию.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

опыт редакции

Журналистку «СЗ» на прививку отвёл муж

С самого начала пандемии мы с мужем тщательно соблюдали меры безопасности и благодаря этому и некоторому личному везению так и не заразились. Однако всё время полагаться только на везение нельзя. На семейном совете было принято решение: пора прививаться.

Надо сказать, самым активным инициатором вакцинации в нашей семье стал муж.

— Даже если вакцинация и не защитит нас от болезни на сто процентов, без прививки вероятность тяжело заболеть гораздо выше, — отрезал он.

Как всякий здравомыслящий человек, я никогда не была противником вакцинации — при условии, что вакцина прошла все исследования и проверки.

Поэтому, прежде чем принять решение, мы долго исследовали всю доступную информацию о вакцинах, общались с привитыми коллегами, знакомыми и родственниками, выясняли, какие могут быть подводные камни.

Кстати, среди нашего круга общения есть и те, кто до сих пор плохо на-

строен по отношению к прививке.

— Если бы было действительно что-то хорошее, приняли бы на ура и без этой агитации, — так, например, говорит один мой родственник.

Что ж, мы ведь и сами осторожничали достаточно долго. Но в итоге решились и теперь чувствуем себя более защищёнными. Да и доступ к некоторым социальным преимуществам — вроде возможности сходить в кафе — тоже хочется иметь, скрывать не стану.

Муж прививался первым. Мы были готовы к тому, что организм может отреагировать по-всякому. Но всё ограничилось тем, что в первую ночь после прививки он немного потемпературил. А через несколько дней прививку сделала и я и вообще не ощутила разницы между «до» и «после», поэтому на следующий день как ни в чём не бывало поехала на работу.

По-прежнему считаю, что решение о вакцинации — это личный выбор каждого. Но как показал наш семейный опыт, с прививкой хуже не будет.

Анна ЖУРАВЛЕВА



Прежде чем привиться, корреспондент «СЗ» долго осторожничала

Семьям округа вручили медали «За любовь и верность»

В СЗАО отметили День любви, семьи и верности

Префект СЗАО Алексей Пашков наградил 17 семей округа медалью «За любовь и верность». Церемония, приуроченная ко Дню любви, семьи и верности, прошла в центре культуры и искусств «Шукино».

Сохранить любовь навсегда

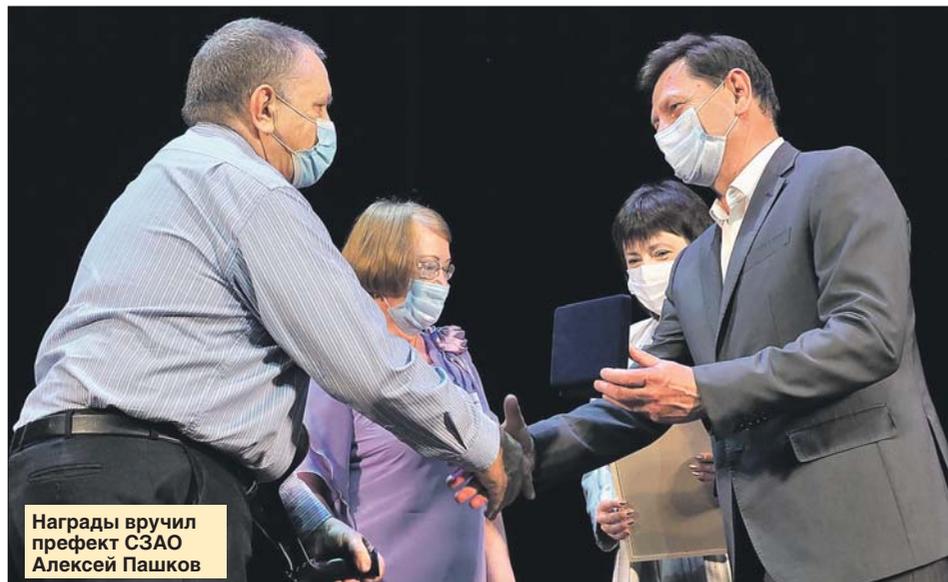
— Каждый год 8 июля мы собираем вместе счастливые пары нашего округа, — сказал Алексей Пашков. — Сегодня во всём мире семейные ценности, к сожалению, теряются, но в нашей стране семья остаётся самым главным и ценным, что есть в нашей жизни.

Префект пожелал парам сохранить свою любовь навсегда, а тем, кто пока не создал семью, найти свою пару.

«Не выясняем, кто в семье главный»

У каждой награждённой семьи — своя интересная история. Михаил Дмитриевич и Ольга Владимировна Угловы в браке уже 51 год. У них две дочери, двое внуков. А познакомились они ещё в школе: Михаил был редактором стенгазеты, Ольга отвечала за школьные радиотрансляции. Потом получили вполне мирные специальности: муж — нефтяник, жена — педагог, но не раз они оказывались в горячих точках.

— Первый раз в 1970 году, когда мы только поженились, Михаила направили в Египет, а я устроилась там работать переводчиком в медицинскую корпорацию, — вспоминает Ольга Владимировна.



Награды вручил префект СЗАО Алексей Пашков

Ольга Чумаченко

У каждой награждённой семьи интересная история

ровна. — Египет тогда вёл военные действия с Израилем, города бомбили, а нам, советским гражданам, даже не разрешили спускаться в бомбоубежища. Второй раз мы попали на войну, когда работали в 1990-м в Йемене...

По мнению Угловых, их брак счастливый. Ведь они не только любят друг друга, но и остаются друзьями, единомышленниками и никогда не выясняют, кто в семье главный.

Судьба не смогла разлучить

Валерий Павлович и Валентина Сергеевна Ждановы женаты 47 лет и тоже вместе со школы. Жили они тогда в уральском посёлке Шаля.

Судьба пыталась разлучить влюблённых: Валерия отправили в Челя-



Валерий Павлович и Валентина Сергеевна Ждановы женаты уже 47 лет

Ольга Чумаченко

бинское высшее военное Краснознамённое училище штурманов, а Валентина училась в Пермском государственном университете на метеоролога. Молодые люди переписывались, а как только смогли быть вместе, поженились.

— Муж был военным штурманом, я постоянно волновалась за него: всё-таки работа опасная, — рассказывает Валенти-

на Сергеевна. — И всегда очень радовалась, когда он возвращался.

Секретом счастливой жизни супруги считают любовь.

— А чтобы эту любовь сохранить, нужно иногда потерпеть, — говорит Валентина Сергеевна. — Даже если хочется топнуть ногой и высказать всё, нужно взять себя в руки и подумать.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Мажуга: «Приоритет-2030» — это работающий союз науки, образования и инноваций

Ректор Российского химико-технологического университета (РХТУ) им. Д.И. Менделеева Александр Мажуга считает, что программа лидерства «Приоритет-2030» поможет подготовить квалифицированные кадры для отечественных компаний и предприятий и даст возможность вузам выстраивать рабочие отношения друг с другом или с другими научными организациями.

Подача заявок на участие в программе стратегического академического лидерства «Приоритет-2030» стартовала 5 июля. Базовая часть грантов составляет не менее 100 миллионов рублей на одно учреждение в год. Отбор по результатам экспертизы проведёт комиссия Минобрнауки.

— Программа «Приоритет-2030» уже с момента своего запуска стала проектом нового уровня. Это связано в первую очередь с тем, что в конкурсе участвуют не просто вузы, а именно их объединения или даже

союзы с научными организациями. Это новый подход к решению научных задач, когда мы видим рабочий инструмент объединения образования, науки и инновационных решений, — подчеркнул Мажуга.

По его мнению, в дальнейшем следует продумать процесс масштабирования самых успешных проектов и практик, а также проанализировать наиболее успешные программы выстраивания партнёрских отношений.

В начале 2021 года Правительство РФ одобрило проведение в 2021-2030 годах программы стратегического академического лидерства «Приоритет-2030». Программа будет действовать 10 лет и пройдёт в два этапа: 2021-2025 и 2025-2030 годы. Её цель — к 2030 году сформировать в России более 100 прогрессивных современных университетов — центров научно-технологического и социально-экономического развития страны.

Иван ПЕТРОВ



Александр Мажуга считает, что программа «Приоритет-2030» — это новый подход к решению научных задач

Даниил Головкин

Префект поздравил сотрудников ГИБДД с юбилеем

Префект СЗАО Алексей Пашков поздравил с 85-й годовщиной образования ГИБДД сотрудников отдельного батальона ДПС ГИБДД УВД по СЗАО. Глава округа принял участие в награждении личного состава, которое прошло

в расположении батальона на улице Исаковского.

— От имени жителей округа, автолюбителей и профессиональных водителей, которые связаны с нашим округом, я выражаю вам благодарность за вашу нелёгкую службу, за

ваш профессионализм, — сказал Алексей Пашков.

Сотрудников инспекции поздравили также начальник УВД по СЗАО Антон Ромейко-Гурко и председатель общественного совета при УВД Виктор Швидкин. Помощник

начальника по работе с личным составом УВД по СЗАО Анатолий Терентьев вручил сотрудникам юбилейные медали, ведомственные благодарности и грамоты, а также грамоты мэра Москвы.

Вера ШАРАПОВА

Городская Коллегия Юристов

- Ведущие адвокаты и юристы
 - 100% гарантии качества услуг
 - Оплата по факту либо в рассрочку
 - Скидки пенсионерам и инвалидам
 - Бесплатное составление одного документа (до конца месяца)
- Работаем строго по Федеральному закону № 324 «О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации».
- Звоните прямо сейчас: 8 (495) 145-55-45**



ИНН 770836995

реклама 1058

Красив и очень опасен

Как в округе борются с борщевиком Сосновского

Опасный борщевик Сосновского последние годы атакует столицу. Каждое лето в районные «Жилищники» поступает масса сигналов о выросшем «оккупанте». Корреспондент «СЗ» выехал на передовую борьбы с сорняком.

Вытащить корень

Несколько молодых кустов борщевика сотрудники ГБУ «Жилищник района Митино» обнаружили во время обхода территории у дома 6 на Пятницком шоссе. Именно работники управляющих компаний обязаны уничтожать опасный сорняк на улицах и во дворах.

Когда я подхожу на место, меня уже поджидают главный садовник «Жилищника» Владимир Виноградов и рабочий в белом спецкостюме с капюшоном, маске и респираторе. В руках у него лопата, за спиной — опрыскиватель.

— Оставить так, и через пару лет вся поляна зарастёт. Срочно убираем, — говорит Виноградов.

Рабочий лопатой выкапывает куст сорняка, кладёт его в чёрный полиэтиленовый пакет, затем опрыскивает место раскопки.

— Корень борщевика может уходить под землю на метр и больше. Не всегда получается его выкопать. Поэтому землю потом обрабатываем раствором гербицида избирательного действия. Газону он не навредит, а корни борщевика уничтожит, — поясняет главный садовник.

Гуще — на «границах»

В «пограничном» с Московской областью Куркине тоже активно идёт борьба с борщевиком.

— Именно на грани-

Рабочий «Жилищника» ликвидировал куст борщевика напротив дома 6 на Пятницком шоссе



Денис Афанасьев

На улицах и во дворах сорняк уничтожают работники «Жилищников»

чащих с Подмосковьем улицах главным образом и растёт этот сорняк, — рассказывает главный садовник ГБУ «Жилищник района Куркино» Дмитрий Гуреев. — В нашем районе это Куркинское, Новокуркинское, Машинское шоссе. К примеру, этим летом мы несколько дней избавлялись от борщевика на Новокуркинском шоссе. Землю пришлось перекапывать. Ещё выкопали пару кустов в парке «Дубрава» возле детсада, — говорит специалист.

Кстати, не всякое растение, о котором сообщают жители коммунальщикам, действительно оказывается борщевиком Сосновского.

— Есть похожее на него виды растений: дудник или купырь. Они не опас-

ны, поэтому их мы не трогаем, — говорит Гуреев.

Страшные ожоги

Для человека борщевик Сосновского опасен. — При попадании на кожу человека сок растения делает её очень чувствительной к солнечному свету. На этом месте возникает ожог. Пузыри могут достигать больших размеров и легко повреждаются. В итоге может произой-

ти заражение, — рассказал «СЗ» заведующий 1-м отделением Московского центра дерматовенерологии и косметологии в Хорошёво-Мнёвниках Роман Опарин. — А при поражении кожи больше 30 процентов человек может даже умереть.

Михаил КОФАНОВ

Если вы заметили борщевик Сосновского на улице или во дворе — сообщайте в «Жилищник» своего района или на портал «Наш город». Если растение обнаружили в парке — в дирекцию парка. А если сорняк нашли на особо охраняемой природной территории — в столичный Департамент природопользования и охраны окружающей среды

обратите внимание

Сразу в травмпункт!

Если сок борщевика попал на кожу, не следует тянуть — сразу обращайтесь в травмпункт или кожнодиспансер.

— Ну а если это произошло в походе или на рыбалке, место попадания сока промойте водой, желательно с мылом. Сразу после этого прикройте кожу одеждой или любой чистой тканью, — говорит заведующий 1-м отделением Московского центра дерматовенерологии и косметологии в Хорошёво-Мнёвниках Роман Опарин.

Если под рукой ничего нет — спрячьтесь от солнца. После попадания сока кожа должна «не видеть» солнца двое суток.

Не принесли очередной номер газеты?

Звоните! ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА ДОСТАВКИ:

(499) 647-6828

горячая линия

Территорию у памятника Курчатову будет патрулировать полиция

По ночам с памятника Курчатову катаются на скейтбордах. Просьба прекратить катание, так как это осквернение памятника, а кроме того, шум по ночам нарушает закон о тишине.

Валентина Васильевна,
ул. Маршала Бирюзова, 40

— В отдел МВД по району Щукино направлено обращение с просьбой провести проверку фактов, указанных в обращении, и включить адрес — площадь Академика Курчатова, 1, — в маршрут патрулирования сотрудниками правоохранительных органов, — сообщили в управе района Щукино.

Анна ФОМИНА

Речь идёт о памятнике советскому физическому, изобретателю атомной бомбы Игорю Курчатову возле НИЦ «Курчатовский институт» в Щукине. Бронзовый бюст установлен на низком постаменте, высота памятника — 5 метров.

Управа района Щукино:
ул. Расплетина, 9,
тел. (499) 194-3651.
Эл. почта:
shukino-uprava@mos.ru.
Дежурная часть отдела МВД по району Щукино:
(499) 190-7010

Новые лавочки во дворе на проспекте Маршала Жукова установят до конца августа

В нашем дворе убрали все лавки, сломали забор. Я инвалид, не могу выйти на улицу, чтобы посидеть. Когда закончат работы?

Виктор Борисович,
просп. Маршала Жукова, 68,
корп. 2

ное благоустройство. Завершить работы планируется до 25 августа.

— Во дворе отремонтируют дорожки, реконструируют детскую площадку, а также заменят лавочки, — уточнили в управе.

Маргарита ИВАНОВА

Как сообщили в управе района Хорошёво-Мнёвники, во дворе дома на проспекте Маршала Жукова ведётся комплекс-

Управа района Хорошёво-Мнёвники: ул. Народного Ополчения, 33, корп. 1,
тел. (499) 192-2556.
Эл. почта: szao-hormn@mos.ru

В доме на Пятницком шоссе привели в порядок лифты

В нашем доме лифты застревают несколько раз в день. При этом дом 16-этажный, а плановая замена лифтов предусмотрена лишь в 2024 году.

Жительница дома на Пятницком ш., 6,
корп. 3

тино». На днях нам сообщили, что лифты исправны.

— Сотрудники эксплуатации установили пускатели большой мощности. Сейчас лифтовое оборудование технически исправно, — рассказали в «Жилищнике».

Елена БОРОВОКОВА

«СЗ» передал обращение в ГБУ «Жилищник района Ми-

«Жилищник района Митино»: Пятницкое ш., 23,
тел. (495) 753-1222.
Эл. почта: gbu-mitino@mail.ru

На Новокуркинском шоссе ликвидировали «вечную» лужу

У торгово-развлекательного комплекса «Парус» на Новокуркинском шоссе после дождя постоянно образовывается огромная лужа. Недавно там положили новый асфальт, но это не помогло.

Жители района Куркино

Проблему с «возвращающейся» лужей всё-таки решили.

— Асфальтовое покрытие на этом участке заменили, подняв его уровень на 5 сантиметров. Вода там больше не скапливается, — сообщили в ГБУ «Жилищник района Куркино».

Мария ЛАКАТУШ

ГБУ «Жилищник района Куркино»: Куркинское ш., 38, тел. (495) 744-8811.
Эл. почта: gby_kyrkino@mail.ru



Городской Межведомственный
Правовой Комитет

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

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ – БЕСПЛАТНО! 8 (499) 938-7208

Три года колонии, чтобы завязать

Нетрезвым водителям снова ужесточили наказание

Законодательство становится всё суровее по отношению к нетрезвым водителям. Всего два года назад были увеличены до 15 лет тюремные сроки для совершивших ДТП с тяжёлыми последствиями. На днях Президент России подписал поправки в Уголовный кодекс, ужесточившие наказание для водителей, которые уже имели судимость за пьяную езду, но попались на ней вновь.

Столб перешёл дорогу

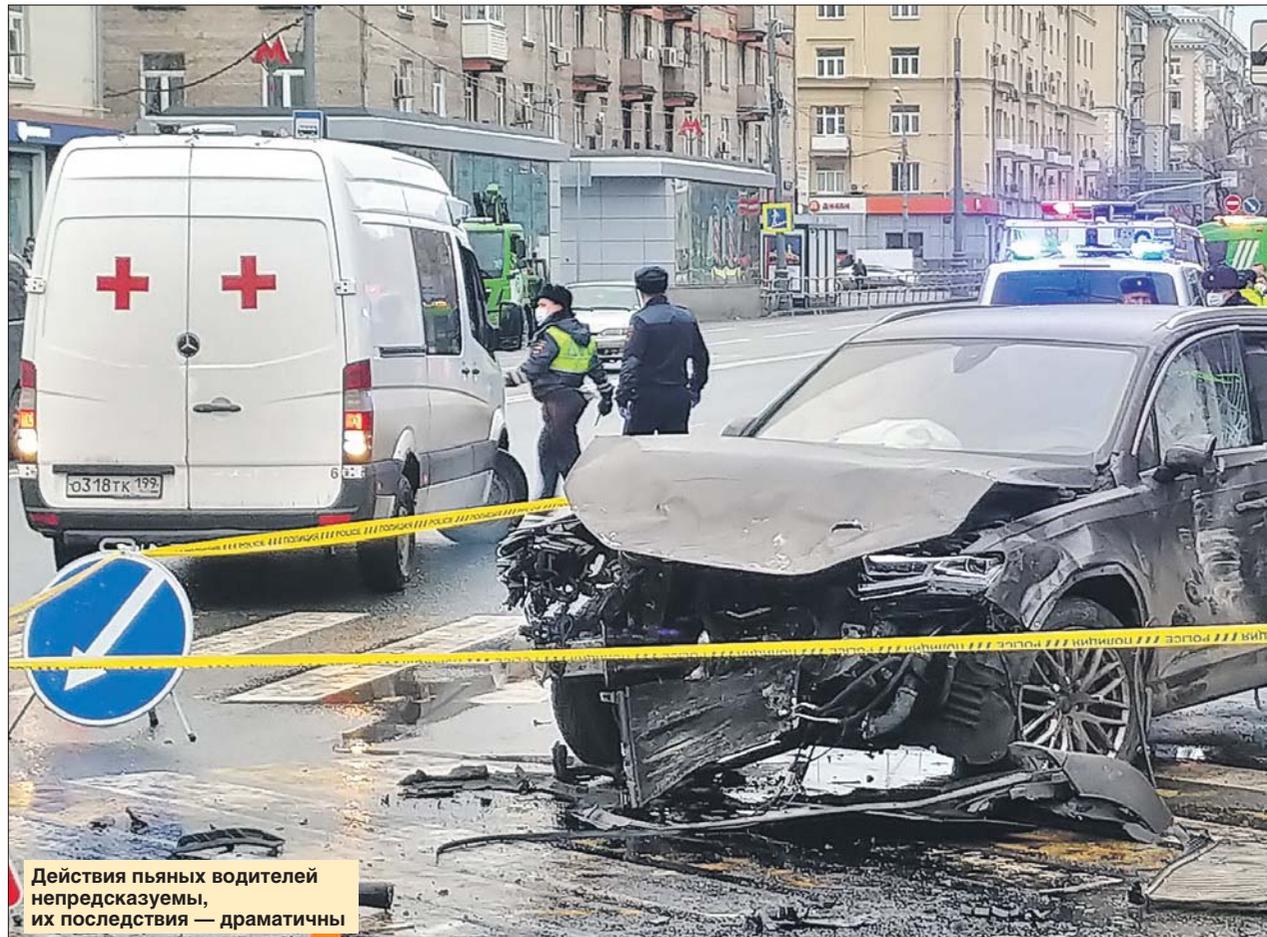
Действия пьяных непредсказуемы, а потому совершаемые ими аварии отличаются большим разнообразием. В конце апреля 38-летний мужчина на автомобиле «Хёндай» врезался в столб на Строительном проезде. Водитель скончался в больнице. Оказалось, он был под воздействием наркотиков.

На улице Вилиса Лациса водитель «Тойоты» в состоянии алкогольного опьянения выехал на встречку и врезался в «Ауди», который после этого наехал на припаркованные машины. Женщина, управлявшая «Ауди», получила сотрясение и ушибы. На улице Исаковского пьяный на автомобиле «Хёндай Туксон» сбил мужчину, переходившего дорогу по «зебре». Пешеход получил сотрясение мозга и открытый перелом голени.

Нетрезвый водитель «Ауди», двигаясь по 3-му Силикатному проезду, наехал на бетонный блок. Автомобиль опрокинулся, водителя увезли в больницу с переломом бедра.

Что изменилось

В первый раз за поездку во хмелю лишают прав



Действия пьяных водителей непредсказуемы, их последствия — драматичны

Агентство «Москва»

на 1,5-2 года и штрафуют на 30 тыс. рублей. Если водитель снова попался, его привлекают уже к уголовной ответственности. За повторное нарушение водитель мог схлопотать штраф в размере 200-300 тыс. рублей либо до 480

тельные работы — например, мести улицу по два часа в день. А любители выпить, похоже, не считали это для себя проблемой. В итоге некоторые граждане попадались на пьянке за рулём по 4-7 раз в течение года!

новного наказания — до 6 лет.

«Командир, отпусти на работу!»

Только в прошлом году число «повторников» по «пьяной» статье УК выросло по России в среднем на 20%. Попадались такие персонажи и у нас в округе. Однажды на Пятницком шоссе полицейские остановили нетрезвого водителя, который недавно отбыл полгода в колонии за такое же нарушение. Больше всего стражей порядка удивила просьба мужчины:

— Командир, отпусти, а то я на работу еду! Еле смог туда устроиться после срока.

Просьбе, понятно, не вняли, а водителя доставили к судье.

Другой «повторник», увы, не успел попасться на глаза экипажу прежде, чем случилась беда. На Волоколамке мужчина, управлявший БМВ в состоянии наркотического опьянения, врезался в заднюю часть попутного грузовика. Пассажир БМВ погиб, ещё два человека получили травмы. Оказалось, 35-летний водитель за несколько месяцев до аварии был лишён судом прав на полтора года — тоже за нетрезвую езду.

— Мы надеемся, что с введением более строгих санкций за неоднократное управление транспортным средством в состоянии опьянения количество таких случаев пойдёт на убыль, — говорит Владимир Шаповалов, начальник ОГИБДД УВД по СЗАО.

Василий ИВАНОВ

На Пятницком шоссе поймали пьяного водителя, только что отсидевшего полгода

часов обязательных работ, либо до 2 лет принудительных работ, либо до 2 лет лишения свободы. И все это с лишением прав на срок до 3 лет после отбывания основного наказания.

Казалось бы, достаточно серьёзно. Но практика показала: суды часто назначали именно обяза-

Теперь лазейку закрыли: с 12 июля для попавшихся во второй и последующие разы обязательные работы больше не предусмотрены. Штраф за нарушение увеличили до 300-500 тыс. рублей, срок лишения свободы — до 3 лет, а срок лишения прав после отбывания ос-

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 ренты
Помощь по списанию долгов. Банкротство

РЕКЛАМА
ТЕНН-9701161901

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ
У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ

8 (499) 938-63-38

Москва
СЕВЕРО-ЗАПАД

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ, ПРЕДЛАГАЙТЕ ТЕМЫ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИЙ

(499) 647-6831 SZAOPRESSA@MAIL.RU, CHITATEL@INTERNET.RU

ДТП

Сбил подростка в Митине

4 июля около 8 часов вечера водитель «Мерседеса» двигался по Пятницкому шоссе в направлении Дубравной улицы в крайнем левом ряду. Напротив дома 21, корп. 1, он сбил подростка, перебежавшего дорогу по регулируемой «зебре» (по словам очевидцев, на зелёный свет). В итоге скорая устремилась в больницу с переломом лопатки и ссадинами лба.

На Пятницком шоссе пострадал водитель

5 июля в девятом часу утра водитель «Шевроле Круз» ехал по Пятницкому шоссе со стороны МКАД в направлении области. Возле дома 22 он по причине неправильно выбранной дистанции совершил столкновение с попутным автомобилем БМВ, ехавшим впереди. На месте ДТП срочная медпомощь его участникам не потребовалась, позже водитель «Шевроле» обратился в больницу с ушибом головы.

Столкнулись на Сходненской

6 июля около 8 часов утра водитель автобуса ЛиАЗ двигался по Сходненской улице со стороны бульвара Яна Райниса. Подъезжая к перекрёстку с улицей Фабрициуса, он из-за несоблюдения безопасной дистанции врезался в стоявшие перед светофором автомобили. Автобус наехал на «Мицубиси Аутлендер», после чего «Мицубиси» ударил «Тойоту», та стукнула такси «Хёндай Солярис», которое в свою очередь наехало на стоявший перед ним «Фольксваген». Пострадал при столкновении нескольких транспортных средств водитель «Мицубиси». Скорая доставила мужчину в больницу с ушибленной раной лба.

Наехал на самокатчика на улице Маршала Василевского

6 июля около 3 часов дня водитель «Киа Сид» выезжал на улицу Маршала Василевского со двора дома 13, корп. 1. Пересекая тротуар, он сбил катившего по нему на электро-самокате молодого человека, который двигался со стороны площади Академика Курчатова в направлении Щукинской улицы. В результате 22-летнего пострадавшего пришлось госпитализировать с сотрясением мозга и рваными ранами верхней губы и скулы.

ОГИБДД УВД по СЗАО

хроника

Стащил
наушники
в продуктовом
на Сходненской

О пропаже дорогих наушников в продуктовом магазине на Сходненской сообщила в полицию жительница Южного Тушина. Выбирая фрукты, она положила наушники на прилавок, а через минуту обнаружила их исчезновение. По подозрению в краже на улице Героев Панфиловцев был задержан 23-летний молодой человек. Сейчас он находится под подпиской о невыезде.

Раскрыто
ограбление
на Живописной

Полицейские задержали 31-летнего мужчину, подозреваемого в разбое. Сообщение о ножевом ранении пожилого мужчины в его собственной квартире на Живописной улице поступило в полицию вечером 3 июля. Через пару часов полицейские задержали злоумышленника на улице Рогова. Как выяснилось, он напал на пострадавшего у него дома, ударил его ножом, а потом забрал золотую цепочку, наручные часы, ноутбук и 20 тыс. рублей. Ведётся следствие.

Вера ШАРАПОВА

пожары

За неделю в округе произошло 11 пожаров, погибших и пострадавших нет

В Хорошёво-Мнёвниках
тушили плитку

Днём жильцы квартиры дома 40, корп. 2, на улице Маршала Тухачевского заметили, что на кухне загорелась газовая плита. Они сразу вызвали пожарных, но успели потушить огонь до их приезда своими силами.

На улице Свободы
пожар начался
из-за короткого
замыкания

О пожаре в квартире дома 36, корп. 1, на улице Свободы сообщили её хозяева. Причиной возгорания стало короткое замыкание. Прибывшие пожарные оперативно ликвидировали огонь.

Вера ШАРАПОВА

все новости округа
ежедневно на сайте
www.szaopressa.ru

Застряла голова в заборе

Попасть в переделку можно не только на улице, но и в самом безопасном на свете месте — в собственной квартире. О самых характерных опасностях «СЗ» рассказал старший смены аварийно-спасательного отряда №9 ГКУ «Пожарно-спасательный центр г. Москвы» Евгений Ключев.

Телефон держите
при себе

На прошлой неделе в квартире у метро «Планерная» произошла драма. Не сумев дозвониться до пожилого одинокого мужчины, его родственники приехали к нему лично. Но дверь никто не открыл. Заволновавшись, они вызвали спасателей.

— Вскрыв замок, мы обнаружили мужчину на полу возле кровати, — рассказывает Евгений Ключев. — По всей видимости, он умер ночью, но перед этим пытался встать и позвать на помощь. К сожалению, телефона рядом не было.

Именно телефон в подобных ситуациях нередко спасает жизнь.

— Недавно вскрывали квартиру в Северном Тушине: у пожилой женщины скакнуло давление, но она успела набрать номер дочери и сказать, что ей стало плохо. Та сразу вызвала скорую и нас. Мы вскрыли дверь, женщи-

ну успели забрать в больницу, — говорит Ключев.

Телефон спасатель рекомендует всегда держать под рукой. Кроме того, лучше не запирайте входную дверь на шкелду и не оставляйте в замочной скважине ключ. Тогда в случае ЧП родственники смогут открыть дверь своими ключами и это сэкономит бесценное время. Ведь вскрытие двери спасателям надо согласовать с полицией.

**В Щукине
мужчина
зачем-то
засунул
голову между
прутьями
забора**

Для ребёнка
выбирайте
простую мебель

Вызывать спасателям приходится даже тех, кто застрял... в мебели. Бывает и такое!

— Недавно мы спасли двухлетнего мальчика, у которого в кровати застряла нога, — говорит Ключев. — Он играл с сестрой, сунул ногу между боковой стенкой кровати и матрасом, а вытащить не смог. Родители тоже не справились, а когда он стал кричать от боли,



Сергей Корюнов

вызвали нас. Пришлось снять боковую стенку кровати, иначе было не помочь.

Ну а в Щукине вполне взрослый мужчина засунул голову... между прутьями забора. Зачем он это сделал, так и не смог толком объяснить.

— Сказал: «Как-то так получилось», — вспоминает Евгений. — К счастью, его заметили прохожие, решили помочь, вызвали нас. Пришлось разжимать прутья гидравлическим инструментом.

Чтобы не попасть в такую переделку, лучше куда не лазить, а для детей выбирать прочную и максимально просто собранную мебель.

Для кота вызвали
домкрат

Домашние животные, вне всякого сомнения, члены наших семей. А вот за ними-то нужен глаз да глаз.

— В июне нам пришлось доставать кота из-под киоска в Северном Туши-

не на улице Героев Панфиловцев, — вспоминает спасатель. Он убежал из квартиры через окно, потом залез под павильон на ножках и то ли застрял, то ли не мог понять, как выйти. Хозяева, не сумев его вытащить, позвонили в службу «112». Пришлось приподнять киоск домкратом!

В общем, следите за своими четвероногими друзьями. Если у вас дома кот, лучше купите на окно специальную сетку.

Вера ШАРАПОВА

Кто может вешать объявления на информационных стендах у подъездов

Я хотел повесить на стенд у входа в подъезд объявление, что военкомат ищет сотрудников, но работник «Жилищника» сказал, что это запрещено. Почему?

Герман,
ул. Расплетина, 32, корп. 1

Как пояснил руководитель ГБУ «Жилищник района Щукино» Владимир Власов, вешать объявления на информационных стендах могут только

горячая
линия

сотрудники управ или управляющих компаний.

— Здесь можно разместить, например, социальную рекламу, но никак не объявления о покупке-продаже товаров и услуг или о наборе сотрудников, — отметил он.

Михаил КОФАНОВ

ГБУ «Жилищник района Щукино»: ул. Маршала Соколовского, 2, тел. (499) 194-8637. Сайт: <http://гбу-щукино.рф>

Проживаем в муниципальной квартире, в которой прописано много людей. Не все жильцы вносят плату за ЖКУ, а лишь некоторые. Как быть в такой ситуации?

Светлана Владимировна,
бул. Генерала Карбышева

Отвечают специалисты правового центра «Вектор».

Нередко возникают споры относительно оплаты жилищно-коммунальных услуг по одному платёжному документу. Кто-то не проживает в квартире, или же некоторые из жильцов отказываются произ-

Когда не все согласны платить за квартиру

водить совместные с другими жильцами выплаты. В таких случаях можно определять порядок оплаты коммунальных платежей и оплачивать их по отдельным платёжным доку-

ментам. Соответственно, определение порядка расходов на жилое помещение и коммунальные услуги может производиться в добровольном и в судебном порядке.

Вектор © Московский Правовой Центр

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

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

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

ИНН 7715959296

Проведи мастер-класс для детей-инвалидов

Благотворительный фонд приглашает волонтеров

Ребёнку с серьёзными заболеваниями часто недоступны занятия, привычные для обычных детей. Таким ребятам помогает благотворительный фонд «Цвет жизни», расположенный на улице Исаковского. Для ребят здесь устраивают мастер-классы и дополнительные занятия с педагогами, помогают консультациями и их родителям.

Открыли развивающий центр

Основала фонд больше 10 лет назад Елена Хорс. Сотрудница крупной юридической компании, после рождения дочек-двойня-

шек она поняла, что могла бы сделать счастливыми и других детей.

Сначала она усыновила двух мальчиков-сирот. Потом поняла, что помогать детям нужно постоянно, и не только сиротам. Так и появился фонд «Цвет жизни». Благодаря пожертвованиям самых разных людей он постоянно помогает детям с расстройствами аутистического спектра, несвершенным остеогенезом, ДЦП и другими заболеваниями. А ещё с ребятами занимаются психологи, педагоги, тренеры.

— Специально для ребят с ограниченными возможностями мы открыли развивающий центр, — рассказала Елена Хорс «СЗ». — Там их готовят к школе, помогают адаптироваться

в коллективе, приспособиться к новым условиям.

Сшить игрушку, сыграть в шахматы

Развивающие занятия ведут, конечно, профессиональные педагоги. А вот мастер-классы по прикладному творчеству, музыке, шахматам проводят волонтеры.

Кстати, эти мастер-классы фонд проводит и в детских домах, и в коррекционных школах-интернатах.

— Такие занятия помогают детям познакомиться с новыми сторонами жизни, — говорит Елена Хорс. — Помню, с каким восторгом мальчик из детского дома, который никогда не пробовал готовить, сам замешивал тесто, выкладывал его на сковороду, пёк оладьи, пробовал... Это было целое событие!

Занятия помогают ребятам знакомиться с новыми сторонами жизни

Умеешь? Научи!

Если вы можете научить ребят чему-то интересному, фонд «Цвет жизни» ждёт вас в рядах волонтеров! Кстати, мастер-классы можно проводить и через Интернет.

— Волонтер может провести один мастер-класс по какой-нибудь теме, а может помогать постоянно, в зависимости от его желания и возможностей, — говорит президент фонда. — Со своей стороны мы проводим обучение волонтеров, рассказываем о тонкостях работы с детьми. Вера ШАРАПОВА

Чтобы присоединиться к работе фонда, заходите на его сайт www.zvet-zhizni.ru/o-fonde/ и оставляйте заявку в разделе «Стать волонтером» (яркая зелёная кнопка в правом верхнем углу страницы). Фонд «Цвет жизни»: ул. Исаковского, 2, корп. 2, тел. 8-926-220-6282. Эл. почта: fond@zvet-zhizni.ru



Каждый мастер-класс для ребят — большая радость



Смотреть здесь

Предоставлено благотворительным фондом «Цвет жизни»

Клипмейкер Лад Кватания доставил еду пенсионерам из Покровского-Стрешнева

Популярный российский клипмейкер Лад Кватания поработал звёздным курьером еженедельной акции благотворительного проекта «Дари еду!». Он доставил готовые обеды шести пенсионерам из Покровского-Стрешнева.

Списки пожилых людей предоставил районный Совет ветеранов. Все бабушки и дедушки — одинокие инвалиды, поэтому самостоятельно готовить еду им сложно. Лад побывал у Льва Разумова на Большой Набережной улице, Элеоноры Климановой на улице Свободы, Лидии Шишкаловой с улицы Тушинской, Галины Головой с улицы Долгова и у супругов Раисы и Валентина Поветьевых с Волоколамского шоссе.

— Мироощущение этих людей заражает желанием жить и не бояться трудностей, — рассказал Лад Кватания.

Кватания планирует ещё не раз принять участие в доставках.

— Мне хочется передать свой опыт дальше, подключить команду к доставке. Ведь это настолько простое дело, что им может заниматься каждый, — говорит он.

Напомним: проект «Дари еду!» несколько лет назад создал житель Покровского-Стрешнева Игорь Шатунов. А сегодня в магазинах уже 144 городов России можно увидеть специальные боксы. Любой жела-



Предоставлено пресс-службой «Дари еду!»

Лад Кватания хочет и дальше принимать участие в доставках продуктов

ющий может купить продукты для тех, кто в них нуждается, и опустить в эти ящики.

В Москве специальные боксы проекта «Дари еду!» стоят в 58 магазинах, семь из них расположены в СЗАО. Почти все коробки установлены возле касс, так что их легко заметить. Раз в неделю сотрудники и волонтеры развозят собранную еду своим подопечным. Списки предоставляют органы соцзащиты и некоммерческие организации.

Оксана МАСТЮГИНА

С адресами магазинов, где установлены фуд-боксы, можно ознакомиться на сайте проекта darededu.ru. Здесь же могут оставить заявку те, кто нуждается в продуктах, а также те, кто хочет стать волонтерами доставки. Ну а помочь нуждающимся может любой желающий — просто опустите непортящиеся продукты в ящик



Смотреть здесь



Лечение диабетической стопы

Одним из поздних осложнений сахарного диабета является синдром диабетической стопы.

Язвенные дефекты на стопе представляют непосредственную угрозу развития гангрены и, как следствие, ампутации. Мозоль, цара-

пина или небольшая травма во время педикюра у пациентов с сахарным диабетом могут перейти в длительно незаживающую гнойную рану.

Поэтому синдром диабетической стопы не только эстетическая проблема, но и по-настоящему угрожающая жизни ситуация.

Лечение диабетической стопы в нашей клинике проводит врач эндокринолог, хирург,

применяя современные препараты. Лечение язв проводится до полного их заживления.

ВЕДЁТ ПРИЁМ ВРАЧ ЭНДОКРИНОЛОГ, ХИРУРГ, КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК ГАЛСТЯН КАРИНЕ ОГАНЕСОВНА (на фото)

Уточнить стоимость и порядок оказания услуг можно по телефону:
+7 (495) 177-67-67

Наш адрес: г. Москва, ул. Саяма Адиля, дом 7, ГБУЗ «Городская клиническая больница №67 им. Л.А.Ворохобова» ДЗМ

• www.67gkb.ru • E-mail: pnu@67gkb.ru



Лиц. на осуществление медицинской деятельности № ЛО-77-01-019653 от 19.02.2020 г.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Домик в деревне вместо Парижа

Цены на дачи пошли вверх из-за неопределённости с зарубежными поездками

За прошедший год дачи и участки в Подмосковье, по оценкам экспертов, подорожали. За сколько можно приобрести дачу в Северо-Западном направлении от столицы, разбирался «СЗ».

Повлияла пандемия

Как отмечают в риелторской компании «Миэль», в июне этого года число москвичей, купивших дачный домик с участком, выросло на треть по сравнению с июнем 2020-го. А сами объекты подорожали на 20% и более.

— Интерес к загородной недвижимости продолжает расти. На это влияет в первую очередь пандемия, которая закрыла свободный выезд в большинство зарубежных стран, — считает председатель совета директоров сети «Миэль» Марина Толстик.

С её мнением солидарны эксперты «Инком-недвижимости» и агентства «Индикаторы рынка недвижимости» (ИРН). Однако, как отмечает аналитик ИРН Олег Репченко, есть ещё один фактор, который влияет на повышение цен.

— Ещё в прошлом году принят закон о стимулировании строительства и покупки индивидуальных домов. Есть шанс, что на них распространят программу льготной ипотеки. В ожидании этого продавцы могут искусственно завышать стоимость объекта, — говорит он.

При этом все эксперты отмечают: дефицита на рынке загородной недвижимости нет, в Подмосковье можно купить дом в любой ценовой категории.

Едем на машине или на электричке

Изучив предложения агентств ЦИАН, «Миэль», «Авито» и «Инком-Недвижимость» в ближнем Подмосковье, между МКАД и

Что можно купить на Северо-Западе между МКАД и ЦКАД

От 1,4 до 3 млн рублей	От 3 до 5 млн рублей	От 5 до 10 млн рублей
Как правило: <ul style="list-style-type: none"> электричество есть вода в колодце, реже в скважине туалет на улице (выгребная яма) газа нет участок до 6 соток 	Возможны варианты: <ul style="list-style-type: none"> электричество есть скважина своя или коллективная (водопровод) может быть канализация (септик) может быть газ участок от 6 соток 	Как правило: <ul style="list-style-type: none"> есть все коммуникации кирпичный дом

Центральной кольцевой автодорогой (ЦКАД), корреспондент «СЗ» обнаружил более 5 тысяч выставленных на продажу загородных дач.

В Северо-Западном секторе — вдоль Волоколамского и Новорижского шоссе, а также Рижского направления МЖД — сейчас можно купить около 400 загородных домов. Самый дорогой объект из списка — трёхэтажный особняк в 13 км от МКАД на Новорижском шоссе. Это монументальное строение площадью 1 тысяча кв. метров с баней в 500 «квадратов» сейчас можно купить за 370 млн рублей.

Но обычный человек расценит такое предложение скорее как анекдот.

Дороже и ещё дороже

Интересный факт: цены в северо-западной части Подмосковья между МКАД и ЦКАД относительно одинаковые и не зависят от удалённости от столицы.

Самый дешёвый домик с участком в 40 километрах от МКАД продаётся за 1,4 миллиона

На стоимость влияют состояние дома и наличие удобств — газа, света, воды. А всё выставленное на продажу условно можно разделить на три категории.

Цены на самые дешёвые варианты колеблются в пределах от 1,4 до 3 млн рублей. Таких дачек предлагают более сотни. В основном это деревянные «скворечники» на участках площадью 6 соток и меньше. Туалет — на улице, вода — в колодце, реже — в скважине. Электричество есть, но газа точно нет. Самая дешёвая дача — в 40 км от МКАД по

Рижской железной дороге. Цена — 1,4 млн рублей. Не дом, а «фанерное счастье». К стати, подобный домик с участком и участок без всяких построек стоят примерно одинаково.

Вторая категория — дачи от 3 до 5 млн рублей. Здесь уже встречаются вполне приличные варианты. К примеру, двухэтажный дом с газом и электричеством на 12 сотках в СНТ на Волоколамском шоссе, в 20 км от МКАД, продают всего за 4,7 млн рублей. Одна беда: дом деревянный и недостроен, а значит, впереди дополнительные траты.

Третья категория — дачи, сравнимые по цене с квартирами в Москве: от 5 до 10 млн рублей. Таких предложений тоже хватает. Можно купить, к примеру, кирпичный коттедж с мансардой в 15 минутах езды от Истры. Цена — 9,9 млн. Зато здесь уже всё «по-взрослому»: газ, свет, вода, котёл, притом новый. А гараж пристроен к дому в стиле «американской мечты».

Андрей ТОМЦЕВ

горячая линия

В доме на Аэродромной привели в порядок почтовый ящик

Куда обращаться, чтобы починили замок на почтовом ящике? Мой ящик открыт, пропадают извещения.

Михаил Егорович,
ул. Аэродромная, 2,
корп. 1, подъезд 4

Как пояснили в управе района Южное Тушино, по поводу эксплуатации почтовых ящиков жители могут обращаться в единую диспетчерскую ЖКХ Москвы либо в свою управляющую организацию.

— Сотрудники «Жилищника» заменили замок на почтовом ящике жителя. Новые ключи он может забрать в ближайшей ОДС — на улице Фабрициуса, 36, строение 1, — сообщили «СЗ» в управе района Южное Тушино.

Ключи от новых почтовых замков вручают лично жителям, если застанут их дома в момент ремонта. В остальных случаях их оставляют на хранение в ближайшей к дому диспетчерской.

Анна ФОМИНА

Управа района Южное Тушино:
буль. Яна Райниса, 43, корп. 1, тел.
(499) 492-8701. Эл. почта: SZAO-UTUSH@mos.ru.

ГБУ «Жилищник района Южное Тушино»: ул. Свободы, 42, тел.
(499) 492-1112. Эл. почта: dezut@yandex.ru. Единая диспетчерская ЖКХ г. Москвы: (495) 539-5353

Фонтан в «Дубрава» снова стал полноводным

Что происходит с фонтаном в парке «Дубрава»? Тоненькие струйки едва поднимаются ровно на две секунды и исчезают. Дети даже ноги намочить не успевают.

Светлана, Куркино

Сейчас фонтан в парке «Дубрава» работает как положено: водные струи бьют с полным напором.

— Эксплуатирующая организация произвела наладку оборудования фонтана, — пояснили в управе района Куркино.

Это так называемый «сухой» фонтан: у него нет чаши с водой, струи бьют как будто из земли. А по поверхности фонтанной установки можно ходить. В таких фонтанах любят играть дети, особенно в жаркую погоду.

Мария ЛАКАТУШ

Управа района Куркино:
ул. Соловьиная Роща, 8, корп. 1,
тел. (495) 123-5580.
Эл. почта: kurkino@sisp.mos.ru

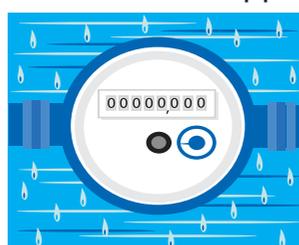
ММП имени В.В. Чернышева ОДК Производство авиационных двигателей

Требуются
ТОКАРЬ, ОПЕРАТОР СТАНКОВ С ПУ ШЛИФОВЩИК, ПОЛИРОВЩИК ЭЛЕКТРОМОНТЁР СЛЕСАРЬ-ИНСТРУМЕНТАЛЬЩИК СЛЕСАРЬ МСР, СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК СЛЕСАРЬ КИПИА, СТРОГАЛЬЩИК ФРЕЗЕРОВЩИК, ЗАТОЧНИК

Оформление по ТК РФ. Стабильная заработная плата. График работы 5/2. 10 минут от ст. м. «Тушинская»

Тел. 8 495 491 54 55, 8 495 491 67 79, hr@avia500.ru

СЧЁТЧИКИ ВОДЫ



ДЕПАРТАМЕНТ ТОПЛИВНО-ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО ХОЗЯЙСТВА ГОРОДА МОСКВЫ

Включи
Эко
Режим

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Миф №1

Поверку можно не проводить

✓ **Реальность:** поверка счётчиков обязательна.
! **Чем грозит:** показания счётчиков, не прошедших поверку, не принимаются.

Миф №2

Сроки поверки — 4 года и 6 лет

✓ **Реальность:** поверка производится в сроки, указанные в паспорте счётчика (дата поверки указана также в ЕПД).

! **Чем грозит:** переплатой в связи с преждевременной поверкой счётчика.

Миф №3

Поверка и техобслуживание приборов учёта — одно и то же

✓ **Реальность:** техобслуживание — это проверка работоспособности прибора, которая не является обязательной.

! **Чем грозит:** техобслуживание не влияет на срок проведения поверки.

Миф №4

Поверку должна производить управляющая организация

✓ **Реальность:** потребитель несёт полную ответственность за своевременную поверку счётчиков.

! **Чем грозит:** показания счётчиков, не прошедших поверку, не принимаются.

Пять вопросов о хип-хопе

Модный танец раскрепощает и развивает чувство ритма

Хип-хоп существует уже больше полвека. Ему посвящено множество фильмов 1990-х и 2000-х, а популярность хип-хопа продолжает расти. О том, что это такое, «СЗ» рассказала тренер митинской творческой студии D.O.M на Пятницком шоссе **Мария Беззубова**.



Из личного архива

требует от занимающихся огромных физических усилий, причём некоторые его направления — сильнее, например брейк-данс со стойками на голове и неестественными резкими движениями. Потому на занятиях сначала занимаются развитием физической формы, а уже потом переходят непосредственно к разучиванию танцевальных движений.

2 В каком возрасте им лучше начать заниматься?

В любом. Начинать занятия лучше в 5,5-6 лет, когда у ребёнка уже налажены координация движений и ориентация в пространстве, то есть он не путает, где лево и где право. Но можно и позже: есть немало примеров людей, начавших танцевать хоп в 25 лет и добившихся в нём успехов.

Кстати, несмотря на то что брейк-данс — это самое физически сложное направление хопа, многие продолжают им заниматься и после 65 лет. Например, Владимир Стужинский, прославившийся в мире современных уличных танцев.

3 Чем полезны занятия?

Хип-хоп развивает чувство темпа и ритма. Также он делает юношей и девушек развитыми физически, причём работают все группы мышц. А ещё он раскрепощает: многие подростки приходят совсем зажатыми, боят-



Танцуют ребята из творческой студии D.O.M

Предоставлено творческой студией D.O.M

Штаны и футболки — не просто так: в них заметны мелкие движения

ся сделать лишний шаг, разворот, прыжок, а хип-хоп эту зажатость убирает.

Также он способствует приобретению хорошей осанки. И хотя некоторые считают, что хоп «ссутиливает» танцоров, это не так. Девочкам мы на тренировках добавляем элементы из женских уличных танцев, например из вога, где много движений с прямой спиной. Так танцы помогли выправить осанку моей

ученице четырнадцатилетней Ульяне. Причём «выпрямилась» она всего за полгода.

4 Нужны ли специальные костюмы?

Нет, спортсмен абсолютно свободен в выборе одежды. Главное — чтобы она не мешала танцу. И конечно, танцоры не просто так выступают в очень свободных штанах и футболках — именно в такой одежде будут заметны даже мелкие движения, которых в современном хип-хопе очень много.

Конечно, выступать иногда приходится и в необычных костюмах, особенно если речь идёт о танцевальных коллективах, специализирующихся на коммерческих шоу. Я сама работала в таком

коллективе, и на выступлениях костюмы иногда становились проблемой. Помню, как было неудобно двигаться в белом латексном комбинезоне. А как-то раз одна из наших танцовщиц свалилась со сцены — это было на шоу, где танцоры выступали с сеточными пирамидами на головах.

5 Сколько стоят занятия?

Занятия по хип-хопу исключительно платные. Средний ценник по столице — 6 тыс. рублей за месячный абонемент занятий, по два занятия в неделю. Но можно найти дешевле, причём раза в два, и качество преподавания будет не хуже, чем в лучших студиях.

Мария ГОРБУНОВА

спортафиша

Разминаемся с инструкторами Центра физкультуры

Разнообразные комплексы упражнений по ОФП предлагают освоить инструкторы Центра физкультуры и спорта СЗАО Москомспорта. Посмотрев видеоуроки, размещённые на стене ЦФКиС «ВКонтакте», вы освоите упражнения на гибкость, а также на укрепление мышц рук и ног, пресса и т.д. Видео доступно по ссылке vk.com/cfkis.szao.

Солистка танцтеатра представит цикл «Здоровое тело»

Солистка танцтеатра Нисс в Северном Тушино Анастасия Кожевникова представляет цикл видеоуроков «Здоровое тело». Курс основан на йоге, содержит упражнения для подкачки тела, упражнения на растяжку, для пресса и других групп мышц. Много упражнений для спины. Во время занятий Анастасия рассказывает, какие группы мышц тренируют эти упражнения. Видео доступно по ссылке dk-alyeparusa.ru/horeografiya.

Укрепляем иммунитет по-восточному

Школа боевых искусств «Мон» культурного центра «Алые паруса» предлагает цикл онлайн-занятий для укрепления иммунитета. В основе курса — базовые восточные оздоровительные системы с элементами боевой техники — ударов руками и ногами. Видеоуроки доступны на сайте КЦ www.dk-alyeparusa.ru в разделе «WEB-трансляции».

Алексей ТУМАНОВ

Стоимость размещения рекламы и коммерческой информации в газете СЗАО г. Москвы «Москва. Северо-Запад»

Формат	Размер (мм, длина × высота)	Стоимость* (руб.)
Целая полоса (страница)	255x305	138 000
1/2 полосы	255x151,5	72 000
1/3 полосы	255x100	60 000
1/4 полосы	255x75	36 000
1/8 полосы	125,5x75	20 400
1/12 полосы	82x75	14 160

*Цены указаны без учёта НДС.

8 (495) 782-82-12

все новости округа ежедневно на сайте www.szaopressa.ru

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
8 (495) 782-82-12
(многоканальный)
www.edinrek.ru

Отличная разборчивость речи по отличной цене!
Чистый натуральный звук обеспечит комфорт и качественное восприятие речи

В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА Вы сможете купить **СОВРЕМЕННЫЙ** бесканальный цифровой слуховой аппарат

До 31 июля 2021 г. всем пенсионерам и инвалидам по слуху — **СКИДКИ!**

НАШ АДРЕС:
м. «Сходненская» (первый вагон из центра, выход №3, при выходе на улицу — налево), ул. Героев Панфиловцев, д. 8., 100 м от метро.

Швейцарское качество!
8 (925) 477-20-47
8 (495) 517-10-71
8 (499) 769-51-29

Сертификат РОСС СН. ИМО2.В16384 от 01.09.2009 ООО «АльфаТон».
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив
8 (495) 294-03-90

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». Вступительный взнос 100 руб. Принимаем сбережения от 50 тыс. руб. по договору займа. Страхование финрисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». ИНН 9703003636, ОГРН 1197746628309 Реклама.

Пейте воду, а не еду!

Диетологи из СЗАО рассказали, как правильно соблюдать водный баланс

Летом жажда наступает нас чаще, и, утоляя её, мы нередко задумываемся: сколько, что и как нужно пить? Разобраться в этом корреспонденту «СЗ» помогли специалисты по здоровому питанию из нашего округа.

Рассчитайте свою формулу

Каждый слышал, что в день нужно выпивать определённое количество воды. Но одни говорят о трёх литрах, другие о двух. Оказывается, единой нормы для всех не существует.



Антон Тихоненко

— Понять, сколько вам требуется воды, можно, умножив свой вес на 25 миллилитров, — объясняет врач-нутрициолог клиники на Пятницком шоссе Антон Тихоненко. — Так, например, если



Чтобы узнать, сколько воды нужно именно вам, умножьте ваш вес на 25 миллилитров

ваш вес — 60 килограммов, старайтесь выпивать полтора литра воды в день. Увеличивайте этот объём при физических нагрузках и в жаркую погоду.

Пить нужно небольшими порциями, не дожидаясь чувства жажды. В напряжённом ритме жизни мы можем не заметить этот сигнал организма.

Между тем хроническая нехватка жидкости вызывает сухость кожи, головные боли, сонливость, вялость и даже проблемы с суставами и с мышцами — артриты и остеохондрозы.

Дождаться чувства жажды не надо

Слишком увлекаться питьём врачи тоже не советуют.

— Здоровые почки взрослого человека могут перерабатывать до одного литра воды в час, — рассказывает коуч по здоровому питанию, коррекции веса и пищевого поведения Юлия Гончарова,

которая живёт на улице Маршала Тухачевского. — Употребление более 4-5 литров воды в сутки заставляет почки усиленно работать и может привести к вымыванию нужных солей и нарушению солевого баланса.

Чай и газировка не в счёт

Если говорить о количестве жидкости, в расчёт берётся только чистая вода: соки, морсы, газировки, молоко, чай её не заменяют.

Но не все могут заставить себя пить чистую воду: многим она кажется безвкусной. По словам Антона Тихоненко, это означает, что вкусовые рецепторы испорчены сладкими напитками и ситуацию нужно исправлять, буквально приучая себя ко вкусу воды.

— Исключите из рациона сладкие напитки, и чувствительность рецепторов восстановится, — советует нутрициолог. — Вода покажется вкуснее, если пить её прохладной. А добавлять туда что-то я не советую. С питательными веществами вода уже становится едой, а не питьём.

Лучше всего пить артезианскую или родниковую воду, но подойдёт и водопроводная. В Москве она хорошего качества, достаточно её только отфильтровать.

Начинайте до завтрака

Основную часть воды нужно пить в первой половине дня.

— Полезно выпить стакан воды минут за 30 до завтрака, — говорит Юлия Гончарова. — Нужно восполнить запасы жидкости, потерянные за ночь, и запустить процесс пищеварения. А вечером лучше пить меньше, чтобы наутро не было отёков.



Юлия Гончарова

Своим клиентам, которые хотят похудеть, Гончарова советует всегда иметь при себе бутылку воды.

— Очень часто, когда нам хочется чем-нибудь перекусить, наш организм на самом деле сигнализирует о желании пить. И выпитая кружка воды это желание вполне удовлетворит, — объясняет коуч.

А вот совмещать еду и питьё не стоит. По словам Антона Тихоненко, во время еды пить не нужно, чтобы не смешивать воду с едой. Но если вы едите что-то сухое, то пару глотков сделать вполне допустимо. Главное — не запивать пищу водой со льдом. Холодный напиток вызовет спазм гладкой мускулатуры кишечника и ухудшит пищеварение.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА

Сотрудники «Жилищника Куркино» спасли птенцов

Бригадир рабочих зелёного хозяйства ГБУ «Жилищник района Куркино» Роза Алиева вместе со своими подчинёнными отправилась в парк «Зелёный театр» на улице Соловьиная Роща, где стихия повалила берёзу, сломав на высоте двух метров от корня.

Рабочие собрались уже ликвидировать аварийное дерево, когда заметили в стволе гнездо.

— Внутри находились птенцы синицы. А рядом кружилась их мама. Она боялась, что мы что-то сделаем с её детьми, — вспоминает Роза Алиева.

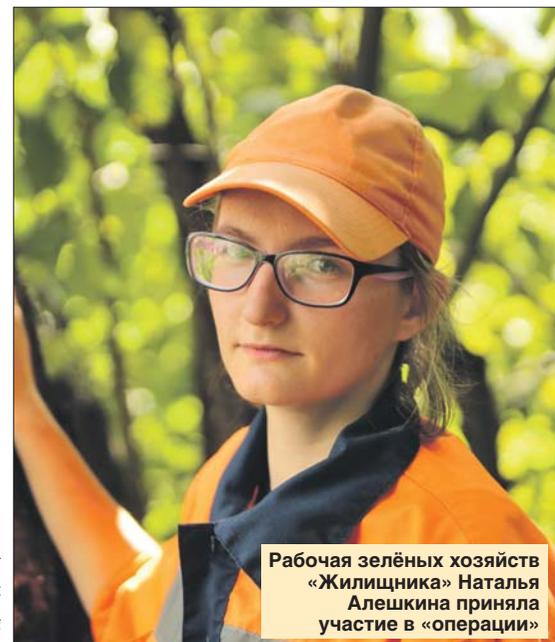
Мальшей решили не оставлять без крова. Хотя по регламенту аварийное дерево нужно спилить под корень, коммунальщики решили убрать только поломанную ветром верхнюю часть. Ствол с гнездом временно трогать не стали.

— Сверху мы накрыли дерево пакетом, чтобы дождь не попадал в дупло. Через пару месяцев, когда птички оперятся и научатся летать, мы спилим оставшуюся часть берёзы, — говорит Роза Алиева.

Михаил КОФАНОВ



Гнездо обнаружили в дупле сломанного дерева



Рабочая зелёных хозяйств «Жилищника» Наталья Аleshкина приняла участие в «операции»

Воспитатель чайников

Востоковед с улицы Народного Ополчения рассказал, как сделать чай волшебным

Уэкономиста-востоковеда, переводчика с китайского языка Сергея Джан-Ша с улицы Народного Ополчения удивительная судьба. Потомок случайно попавшего в СССР китайского мальчика, он всю жизнь пытается отыскать свои корни. А заодно приобрёл необычное хобби: Сергей Джан-Ша собирает китайские чайники. Их в его коллекции около пятисот, и к каждому в этой семье — свой подход.

Язык предков учил в МГУ

О своём отце Сергей знает мало.

— По семейной легенде, ещё в 1920-х годах в СССР приехала на гастроли китайская цирковая труппа. В её составе был маленький мальчик — акробат Сяо Чжан, — говорит он.

— А политическая ситуация была нестабильной. Когда границы закрылись, труппа не смогла выехать.

Мальчика воспитывали сначала цирковые, потом он попал в приёмную семью. Вырос, получил профессию сапожника, женился...

— К сожалению, отец умер молодым и о многих деталях я просто не успел у него спросить. Знаю, что китайского языка отец не помнил, в семье разговаривали всегда на русском, — говорит Сергей.

Сам он выучить китайский мечтал с детства. Поэтому после школы поступил в Институт стран Азии и Африки при МГУ. А сейчас пытается найти истоки своей родословной.

Случай в пекинской лавке

В Китае Сергей Джан-Ша смог попасть только в 1988-м, когда между СССР

и КНР началась нормализация отношений.

Из первой же поездки он привёз сувенир — миниатюрный глиняный чайник. Тогда Сергей ещё не знал, что это станет началом его коллекции. Но через год в Пекине снова зашёл в чайную лавку. Там шла чайная церемония.

— По её окончании продавец предложил мне купить чайник прямо со стола. Он сказал, что это уже «хорошо воспитанный» для зелёного чая чайник.

Эти слова Сергея поразили. Получается, чайники надо «воспитывать»?

Под каждый сорт — свой заварник

Оказалось, именно так и делают в Китае. И каждый чайник «воспитывают» под определённый вид чая.

— Если чайник новый, перед чаепитием его стоит проварить в чайной завар-

ке примерно два часа. Таким образом уходит запах глины, а чайник наполняется ароматом чайных листьев, — объясняет Сергей.

Ну и заваривать в одном чайнике то чёрный чай, то зелёный тоже не стоит.

Глина впитывает вкус и запах конкретной заварки

— Пористый материал впитывает вкус, запах и ароматические масла конкретной заварки. То есть для каждого вида чая — только свой чайник, — объясняет Сергей.

Чай с настроением

Сам он за годы скопил огромную коллекцию чайников — круглой, кубиче-



Татьяна Белоножкина

В коллекции Сергея Джан-Ша около 500 китайских чайников

ской формы, в виде груши и в виде тыквы...

Чтобы хранить всё это великолепии, ему пришлось соорудить полки во всю стену в доме на даче.

— Спасибо, жена не ворчит, что всё это надо протирать, относится с по-

ниманием, — улыбается Джан-Ша.

Зато чай в этой семье пьют исключительный — с настроением. Ведь под каждый сорт можно подобрать уже «хорошо воспитанный» чайник.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Каждому человеку во времена трудных испытаний и напастей нужна Вера. Это наша духовная опора и поддержка, позволяющая не впасть в грех уныния, но сохранить искру Божию в себе. Православный фонд помощи пенсионерам «Вера» — сообщество, основной целью которого является помощь самым незащищённым людям в России: престарелым и инвалидам.

Несколько слов о Православном фонде «Вера». Наша организация учреждена уже более 10 лет назад и по сей день осуществляет свою милосердную деятельность на территории Москвы и Московской области. За прошедшие годы работы сформирована команда неравнодушных профессионалов, искренне стремящихся помочь ближнему своему. Наши подопечные — как новоявленные христиане, так и давно воцерковленные. Наша миссия — улучшать качество жизни верующих пенсионеров и инвалидов. Если Вы чувствуете себя одиноким и беззащитным, если материальные и иные проблемы одолели вас, приходите в наш Православный фонд. Вместе, с Божией помощью, мы постараемся найти выход из любой сложной ситуации, дать правильный совет и оказать самую деятельную помощь!

О ЮРИДИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПРАВОСЛАВНОГО ЮРИСТА

Фонд «Вера» оказывает всестороннюю юридическую поддержку христианам, права которых были попораны. Наши православные юристы знают не только светские законы, но и церковный Устав, правила и каноны. И потому смогут помочь вам в следующих ситуациях:

- Оскорбление чувств верующих
- Дискриминация по религиозному признаку
- Действия, порочащие репутацию христиан
- Ущемление христиан в области прав потребителя
- Неправомерные действия сотрудников государственных инстанций
- Сопровождение бракоразводных процессов после венчания в церкви

- Взыскание алиментов и раздел имущества между бывшими супругами
- Вандализм по отношению к церкви и её собственности

Помимо этого, специалисты фонда подробно проконсультируют вас в самых насущных для каждого человека вопросах: семейное, трудовое и жилищное право; гражданство и паспорт; регистрация и прописка; социальная защита и наследство.

О ПРАВОСЛАВНОМ ТАКСИ И ПАЛОМНИЧЕСКИХ ПОЕЗДКАХ

Для пенсионеров, чьё состояние здоровья часто оставляет желать много лучшего, любой выход из дома — настоящее испытание. А ведь нужно ещё попасть к врачу, навестить могилы близких или посетить храм... Для того чтобы спокойно и не нервничая совершить любую поездку, Фонд «Вера» предлагает Вам воспользоваться услугами такси, сотрудничающего с нами — мы предоставляем только проверенных водителей и надёжные автомобили.

О ПРАВОСЛАВНОЙ МЕДИЦИНЕ, ПАТРОНАЖЕ НА ДОМУ И ПАНСИОНАТЕ ДЛЯ ПРЕСТАРЕЛЫХ

Православный фонд помощи пенсионерам «Вера» поддерживает доверительные партнёрские отношения с различными клиниками и медицинскими центрами по всей России. География мест, где наши клиенты уже получают квалифицированную врачебную помощь, очень широка: от ЦКБ святителя Алексия, митрополита Московского до Епархиальной православной церковной благотворительной больницы святой блаженной Ксении Петербургской;

Православный фонд помощи пенсионерам «Вера»: вместе мы выдержим все испытания

и от Общества православных врачей во имя святителя Антония (Смирницкого) в Воронеже до хосписной службы Екатеринбургской епархии.

Православный патронаж — вот ещё одно активное направление нашей деятельности.

И наш Православный фонд основал свой патронажный отдел, где служат только профессиональные сиделки. Работа сиделки — это тяжёлый и ответственный труд, требующий высокой самоотдачи. Наши сотрудницы ощущают свою миссию в служении Богу через помощь престарелым. Все они имеют высокую квалификацию, выполняют врачебные назначения, осуществляют самый скрупулёзный уход за пациентом (смена белья, поддержание гигиены тела, мониторинг самочувствия и др.), а также всегда готовы утешить и ободрить страждущего.

ПОЖИЗНЕННАЯ РЕНТА И ПОЖИЗНЕННОЕ СОДЕРЖАНИЕ С ИЖДИВИЕНИЕМ

Для Фонда «Вера» отнюдь не секрет, что не хватает скромных пенсий нашим пенсионерам. К постоянной нехватке денежных средств добавляются проблемы со здоровьем, с невозможностью самостоятельно решать многие бытовые вопросы... Есть ли выход из такой ситуации? Наши специалисты с уверенностью отвечают — да! Именно исходя из нужд немощных и не слишком обеспеченных пожилых людей, которым неоткуда ждать помощи, мы разработали ещё одну программу, которая является настоящим ответом на молитвы отчаявшихся. Это — пожизненная рента, или рента пожизненного содержания с иждивением.

Каковы условия программы? Они весьма просты и прозрачны: вы заключаете с Православным фондом помо-

щи пенсионерам «Вера» официальный договор ренты в обмен на своё жильё, который заверяет нотариус. Это едва ли не единственный способ абсолютно законно и в короткие сроки получить крупную сумму денег, а в дальнейшем — ещё и значительные ежемесячные пособия, а также другую необходимую помощь. При этом Вы пожизненно будете проживать в собственной квартире, никто не имеет права подселить туда других людей, или, допустим, ухудшить Ваши жилищные условия. Заключение договора происходит в строгом соответствии с законодательством, что регулируется Главой 33 ГК РФ и проходит Государственную регистрацию в Федеральной регистрационной службе. За соблюдением закона зорко следят контролирующие органы, пресекающие все нарушения, да и сам договор можно будет расторгнуть, если Вы окажетесь недовольны своим решением.

Впрочем, за 10 лет работы Фонда «Вера» такого не случалось, благодаря высокому профессионализму наших сотрудников, большому техническим возможностям и ревностному христианскому отношению к нуждам ближнего своего. Мы чаще рекомендуем нашим подопечным пожизненное

содержание с иждивением, а в такой договор, помимо материальных благ, входит ещё масса полезных опций, вновь делающая Вашу жизнь спокойной и удобной. И так, вот что мы сможем сделать для Вас:

- Покупка медикаментов, оплата лечения, операций
- Обеспечение продуктами питания, одеждой
- Оплата всех коммунальных услуг
- Ремонт и замена бытовой техники
- Поддержание чистоты в квартире
- Приготовление пищи
- Генеральная уборка
- Сопровождение на прогулках и в поездках
- Уход за могилами близких людей
- Посещение лечебно-профилактических учреждений
- Помощь в проведении санитарно-гигиенических процедур
- Круглосуточный уход за лежачими больными

С Божией помощью мы помогаем каждому, кто в этом нуждается. Если Вы нуждаетесь в поддержке и опоре, найдите ответы на самые трудные вопросы, обращайтесь к нам. Вместе мы преодолеем многое!

Услуги:
рента и пожизненное содержание;
предусмотрены:

- единовременные выплаты
- ежемесячные выплаты

8 (495) 166-59-59
www.фонд-вера.рф

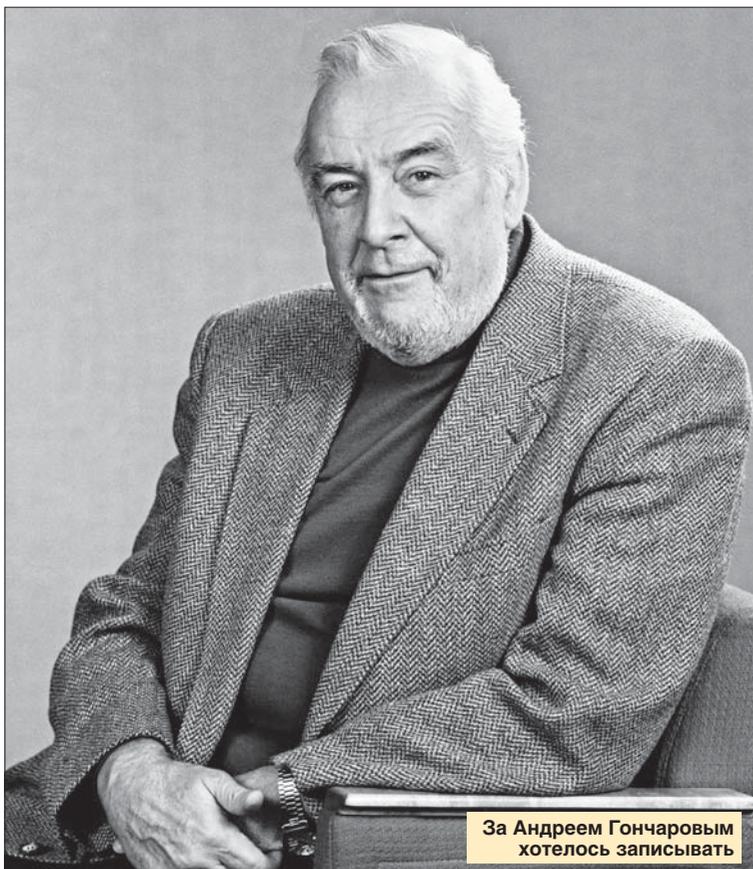
ООО «Фонд Вера», ИНН 7725838480, ОГРН 1147746917532

Православный Фонд
«ВЕРА»



Кричал на репетициях и помогал студентам деньгами

Легендарный режиссёр Андрей Гончаров жил на даче в Серебряном Бору



За Андреем Гончаровым
хотелось записывать

Валентина Чередицева / Фотохроника ТАСС



На репетиции с молодыми актёрами
в Театре имени Маяковского. 1977 год

Людмила Пахомова / Фотохроника ТАСС

**В своём доме
напротив
Бездонного
озера он устроил
что-то вроде
пансионата
для артистов**

оставлять театр даже ненадолго, — рассказывает Анатолий Скорякин. — Говорил: «Ага, я уеду, а тут какой-нибудь, — тут следовало имя театрального режиссёра, известного своими эпатажными постановками, — заведётся». И в общем-то он был прав: театр требует единоначалия и постоянного контроля. Кстати, я тоже один раз воспользовался отсутствием главного на спектакле.

нее прочитали. Там написано, что я проповеди читаю, а дьяки-то на это права не имеют. Зал был в восторге.

**«Это кто сказал,
Чехов?»**

Есть люди, за которыми хочется записывать. Гончаров был из их числа.

— Я понимал, рядом с каким человеком каждый день находиться, — рассказывает Анатолий Скорякин. — У меня с собой всегда были блокнот и ручка. Он говорит что-то о роли или о ходе спектакля, а я записываю. Однажды он спросил: «Что вы там всё пишете?» — «Андрей Александрович, я сторонник вашего подхода к театру, хочу ничего не забыть». — «И что вы сегодня записали?» Я перелистнул страницу назад и читаю: «Слова не более чем причудливые узоры на канве поведения». — «Это что, я сказал?» — «Вы. А вот ещё: «Не всегда правдоподобие есть правда, и не всегда правда жизненная». — «Это Чехов?» — «Нет, Андрей Александрович, это вы». — «И много такого записано?» — «Каждый день пишу». Одно время была идея — сделать на основе этих записей книгу. Сейчас я использую их в своей педагогической деятельности, когда работаю с молодыми актёрами.

Марина МАКЕЕВА

«Человек из Ламанчи», «Театр времён Нерона и Сенеки», «Трамвай «Желание» — постановщик этих и других гремевших на всю Москву спектаклей главный режиссёр Театра им. Маяковского Андрей Гончаров (1918–2014) летом часто приезжал в Серебряный Бор на дачу. О выдающемся режиссёре «СЗ» рассказал его ученик — житель Щукина артист Анатолий Скорякин, он служил в Маяковке в 1976–1982 годах.

Здесь жили артисты театра и студенты актёрско-режиссёрского курса, который он вёл в ГИТИСе. Кто-то приезжал на пару дней, кто-то жил неделями.

— Андрей Александрович вообще был к людям очень внимательным, — говорит Анатолий Скорякин. — Студенты его мастерской рассказывали, что, когда репетиции кончались поздно, метро уже не ходило, он давал им деньги на такси до Трифоновской, где было общежитие. Они, правда, всё равно шли пешком, а на следующий день на эти деньги устраивали хороший обед.

Никакой раскочки

Анатолий Скорякин пришёл в Театр им. Маяковского в 1976 году, до этого работал в театрах в Саратове, Свердловске, Челябинске.

Первый спектакль, в котором он вышел на сцену, — «Дума о Британке».

— Британка — это село на Украине, была такая пьеса о Гражданской войне, — говорит артист. — У Гончарова тогда этот спектакль горел: накануне он за пьянку уволил двух актёров. В итоге оголилась роль персонажа, о нём в пьесе сказано, что это богатырь, который возьмёт на плечи жёрнов и три раза обнесёт вокруг кузницы. Гончаров посмотрел на меня: «Как думаешь, обнесёшь?» — «Обнесу, Андрей Александрович». Он ценил, когда всё делалось сразу, без раскочки и в полную силу.

«Уеду, а тут кто-нибудь заведётся»

Постановки Андрея Гончарова были хорошо известны за рубежом, ему много раз предлагали ставить спектакли в Европе и в США.

— Он отказывался: не хотел

**«Дьяки проповедей
не читают»**

В Маяковке долгое время шёл спектакль «Аристократы» по пьесе Погодина — о жизни в колонии, где перековываются классовые враги.

— Евгений Лазарев играл начальника колонии, а я — дьякона, который не хотел отречься от веры, — вспоминает Скорякин. — Спектакль играли много раз, но никто не замечал ошибку: дьяконы проповедей не читают, это им не по чину. Однажды на выездном спектакле в Театре оперетты, когда Гончаров болел и его жена Вера Николаевна тоже туда не поехала, я сказал Лазареву: «Давай это дело исправим». И мы сыграли так.

Начальник колонии: «За что сидишь? За проповеди против советской власти?»

Дьякон, заключённый: «Вы бы донос на меня повниматель-

Московский
Межведомственный
Правовой Комитет

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая
помощь
населению



Работаем
до результата!

ИНН 7743236457

ЗВОНИТЕ! 8 (499) 399-00-67

Не принесли очередной номер газеты?

Звоните! ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА ДОСТАВКИ: (499) 647-6828

Сергей Чирков: «В пандемию я понял, что у меня крепкая семья»

Звезда сериалов «Душегубы» и «Горюнов» рассказал о себе и о своей новой картине

Сергея Чиркова даже маленькие зрители знают по роли нереального существа в фильме «Домовой», а их родители — по фильмам и сериалам «На игре», «Геймеры», «Остров ненужных людей», «Ангел или демон» и многим другим. А на днях на большие экраны вышел фильм «Сердце и как им пользоваться», где артист исполнил роль московского стендап-комика Ильи Погорелова. Узнав, что у него серьёзные проблемы с сердцем и жить ему, возможно, осталось совсем немного, он отправляется в экстремально-романтическое путешествие, чтобы успеть исполнить все свои мечты...

Открыл для себя Калининград

— Сергей, сюжет фильма «Сердце и как им пользоваться» может на первый взгляд показаться классическим: парни, которым осталось

жить не так много, ищут ключений, чтобы провести остаток дней весело...

— Мы старались, чтобы наш проект не был похож, скажем, на фильм «Достучаться до небес». Их не надо сравнивать. У нас всё это происходит в наши дни, рассказано современным языком. Сценарий был достаточно острым на язык и на события — это, когда я его читал, меня и зацепило. Было и смешно, и очень весело — в моей фильмографии ещё не было такого проекта. Тем более что режиссёром стал Дмитрий Губарев. Мне хотелось с ним поработать.

— Ваш герой по сюжету стендап-комик. Пришлось как-то готовиться к роли?

— Показать его как артиста не было самоцелью. Нам хотелось, чтобы зритель увидел его с другой стороны. Потому что у каждого артиста есть своя личная жизнь, и то, что в ней происходит, понятно только ему и очень узкому кругу людей. Что же касается стендапа, то я со школы

играл в КВН, поэтому мне просто надо было вспомнить этот навык.

— Чем вам больше всего запомнились съёмки?

— Они проходили в Калининграде. Для меня этот город до съёмки был неизведанным уголком нашей страны. Впрочем, возможностей для прогулок по городу было очень мало, потому

Я со школы играл в КВН

что мы жили на окраине и снимали большинство сцен на берегу Балтийского моря. Оно — тоже отдельная история. Потому что, глядя на него, всё забываешь и приходишь текст учить заново.

Магия кино

— На телеканале НТВ недавно завершился второй сезон сериала «Горюнов». Это история командира атомной подводной лодки

и её экипажа. Для подготовки к роли вам пришлось изучать корабельный устав, устройство лодки и так далее?

— Я всегда готовлюсь к любой роли. Но всегда иду от внешнего к внутреннему: мне важно показать чувства, эмоции своего героя, его характер. А его профессия — это уже немного другое. Хотя у нас на съёмочной площадке всегда были консультанты, которые помогали, подсказывали разные нюансы...

— Завершился ещё один сериал — «Душегубы», всё на том же НТВ. Второй сезон не ожидается?

— Пока не могу сказать, просто не знаю ответа на этот вопрос. Если эта история продолжится, будет замечательно, потому что сериал получился хороший — благодаря команде и тому, что в работе над ним было много неравнодушных людей.



— В основу картины легла реальная история расследования преступлений «витебского душителя» Геннадия Михасевича, который орудовал в восьмидесятых. Вам интересно было перенестись в то время?

— Во второй половине 80-х годов мне было тогда четыре. Но я немного помню то время. У меня долго в шкафу висела одежда того времени: и джинсы из микровельвета, и олимпийка, стояли замшевые кроссовки Adidas... А на съёмочной площадке я ощущал магию кино: вдруг ты увидел такую же аллею в парке Москвы, и там — женщина, которая продаёт мороженое, автомат с газировкой, когда все пили из одного стакана и ничего не боялись... И было такое ощущение, что детство вернулось...

Надо поскорее приходиться в себя

— Мы все уже второй год живём под знаком панде-

мии. Это как-то изменило ваше отношение к жизни?

— Я понял, что у меня крепкая семья, что у меня есть настоящие друзья. Вот что я понял благодаря — как ни странно это звучит — пандемии. А так, конечно, надо из неё выходить — надо работать, надо снимать кино, радоваться и радоваться... Надо поскорее приходиться в себя...

— Приходить в себя с помощью работы? Сейчас у вас, наверное, много проектов?

— Да. Начались съёмки фильма «Колыбельная для Евы» для телеканала «Россия» — там будет четыре серии. И готовлюсь с середины июля приступить к исторической картине, но вот про это говорить пока не могу... Так что лето для меня хорошо началось!

Беседовала
Валерия Хвощевская

Фото Вадима Тараканова
и из архивов пресс-служб НТВ
и «Централ Партнершип»
(ИА «Столица»)



Сергей Чирков с Нонной Гришаевой и Игорем Углыниковым на съёмках фильма «Сердце и как им пользоваться»

Не знаешь — не бери

Житель Митина рассказал о тонкостях сбора грибов

Грибной сезон в разгаре. Тонкостями тихой охоты с начинающимися поделился заядлый грибник житель Митина Ярослав Тихомиров.

В ботинках и с корзинкой

По словам Тихомирова, как раз сейчас пошли самые ценные грибы — белые, а также подберёзовики, подосиновики. Можно встретить их даже в лесопарках округа.

— Но лучше отправиться по Ленинградскому направлению в Солнечногорский, Клинский районы, за Центральную кольцевую автомобильную дорогу — ЦКАД, бывшая «бетонка», — около 70 километров, час с небольшим на поезде. Там много грибов. А можно поехать по Рижскому направлению, тоже за 50-70 километров. Кстати, именно там я нашёл гигантский строчок, который видите на фото.

Сейчас пошли самые ценные грибы

Главная экипировка грибника — плотная закрытая обувь, палка (она поможет отпугнуть змею) и корзина.

— В корзине грибы проветриваются и дольше сохраняют свои вкусовые качества. А в полиэтилено-



Этот строчок Ярослав Тихомиров нашёл в лесу, отъехав 50 километров по Рижскому направлению

Среди грибников бытует мнение, что червивый гриб — пустяк: положи его в солёную воду, и черви вылезут. Однако угрозу представляют не они, а их выделения, которые остаются в прогрызенных ходах внутри гриба. Даже если выгнать личинок, от этой гадости не избавиться. Так что сильно червивые грибы тоже не надо брать.

Оставь, где стоит

А ещё, по словам Тихомирова, не стоит брать огромные грибы-переростки, чтобы продемонстрировать редкий трофей домашним.

— Такие грибы мягкие, часто трухлявые и совершенно невкусные. Всё равно выкинете. А несорванный переросший гриб принесёт пользу — даст споры. Просто сфотографируйте и оставьте там, где он стоит, — рекомендует Ярослав.

И конечно, нельзя рвать грибы вдоль автострад и железных дорог: концентрация вредных веществ в них будет просто зашкаливать.

По этой же причине не стоит покупать грибы с рук: кто знает, где они были собраны.

Алексей ТУМАНОВ

вом пакете грибы начинают «гореть», быстро вянут от недостатка воздуха, — поясняет Тихомиров.

Пережди жару

Главное правило грибника: любой незнакомый

гриб ядовит. Если сомневаетесь хоть немного, не берите.

— Не собирайте свинушки. Раньше они считались условно съедобными. Но сегодня доказано: в них есть антиген, который накапливается в ор-

ганизме, поражая почки, печень.

Плохо действует на грибы и жара. Так что в жару лучше не рисковать и не собирать грибы: они могут причинить вред организму.



Смотреть здесь

Полезную информацию о тихой охоте можно найти на стене сообщества «Грибы в Подмосковье-2021» vk.com/club66108993.

афиша

В Митине расскажут об археологических древностях

Прослушать серию бесплатных видеолекций ведущих учёных-археологов приглашает ландшафтный парк «Митино». Лекции приурочены к европейским дням археологии и посвящены различным темам: от палеолита до Средневековья. Также зрители смогут принять участие в мастер-классе и попробовать сделать наскальные рисунки в технике каменного века.

Ссылки на лекции и мастер-класс доступны на странице парка в соцсети «ВКонтакте» vk.com/parkmitino.

Мосприрода объявила конкурс о Москве-реке

Принять участие в конкурсе рисунков «Москва-река», приуроченном ко Дню Москвы-реки, могут взрослые и дети старше трёх лет. Работы нужно отправить **до 21 июля** в электронном виде на почту skvorechnik2014@mail.ru.

Победители и призёры получат призы.

Подробности по тел. (499) 782-7823, 8-916-580-6709 и на сайте Мосприроды www.mospriroda.ru (раздел «Конкурсы»).

В Северном Тушине расскажут об известном художнике

Культурный центр «Алые паруса» и клуб любителей живописи «Краски жизни» приглашают на видеолекцию, посвящённую 245-летию со дня рождения английского художника-романтика Джона Констебля. Зрители увидят работы живописца, узнают об интересных моментах его биографии и творческого пути.

Запись доступна по ссылке <https://www.dk-alyeparusa.ru/>. Наталья АНОХИНА

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ СО СТР. 20

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

В Митине открылась фотовыставка, посвящённая врачам

В ландшафтном парке «Митино» открылась фотовыставка под открытым небом «Я и мой доктор. Так победим». Здесь представлены фотографии врачей онкологических клиник и их выздоровевших пациентов.

— Часто врачи становятся доверенными лицами и по-настоящему близкими людьми своих пациентов, — рассказали

«СЗ» в пресс-службе ландшафтного парка. — Идея фотопроекта родилась из желания рассказать о людях — врачах и пациентах, — нашедших друг друга. Посещение выставки бесплатное. Соблюдение мер индивидуальной защиты обязательно.

Наталья АНОХИНА

Ландшафтный парк «Митино»: Новотушинский пр., 5, стр. 1-3



Проект родился из желания рассказать о людях — врачах и пациентах, — нашедших друг друга

реклама T032
Пресс-служба ландшафтного парка «Митино»

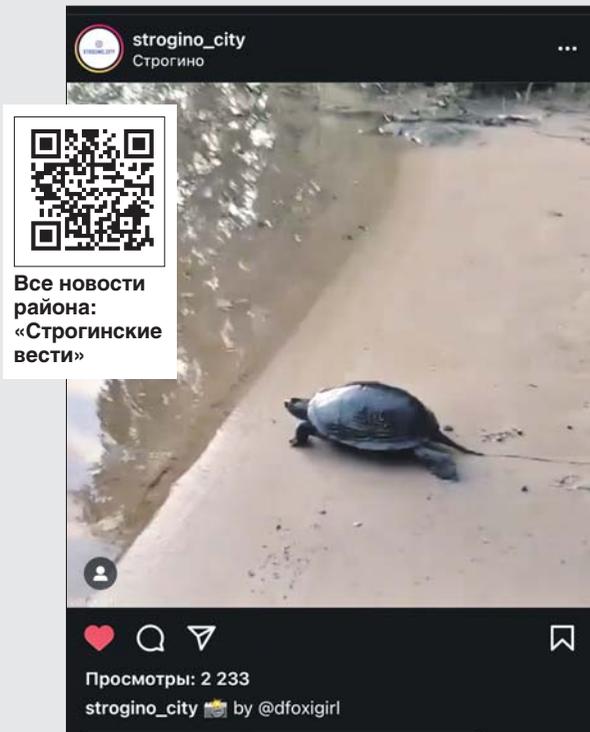


Уничтожим тараканов, клопов, клещей, грызунов и плесень с ГАРАНТИЕЙ, раз и НАВСЕГДА!

Сертифицированные дезинфекторы. Эффективные и безопасные средства, без запаха. **СТОИМОСТЬ — от 800 руб.** Конфиденциально. Бесплатный выезд (Москва и МО) ООО «Конструктив» ОГРН 1197746597399 **Остались вопросы, звоните 8 (499) 495-41-43**

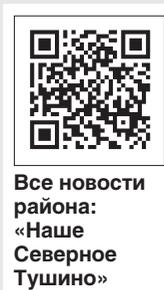
прочитано в районной газете

Из кустов в Строгинской пойме
выпрыгнула экзотическая черепаха



Все новости района: «Строгинские вести»

Нетипичную для Москвы черепаху заметили в районе Строгинской поймы. Об этом со ссылкой на публикацию в группе **strogino_city** в «Инстаграме» сообщает интернет-издание «Строгинские вести». Как пояснили сотрудники Мосприроды, это болотная черепаха, включённая в приложение к Красной книге Москвы. Обычно эти рептилии живут южнее столицы, но болотная черепаха — давний обитатель парка «Серебряный Бор».



Вандалы облили кислотой
остановку «Братцево»

Об этом со ссылкой на публикацию в группе «**Тушино online**» в «Фейсбуке» сообщило интернет-издание «Наше Северное Тушино». Сотрудники ГУП «Мосгортранс» отреагировали на обращение оперативно, однако выяснилось, что стекло залито не краской, а кислотой. Оттереть её невозможно, стекло придётся менять. Но сделать это получится не раньше конца сентября.

Пропавшего на улице Фабрициуса кот спас слесарь

Где только не разместили объявления о пропаже любимого кота Дизи Татьяна и Александр Демченковы из Южного Тушина! Короткошёрстный кот бурманской породы как в воду канул.

— В поисках Дизи мы обследовали подвал не только нашего дома, но и всех соседних. Но он словно сквозь землю провалился, — рассказал «СЗ» Александр. — Не смог я проникнуть только в один закрытый отсек в подвале. Как выяснилось позже, наш кот нашёл себе пристанище именно там.

Найти животное помог счастливый случай. После обрушившихся на столицу дождей обследовать подвал отправился слесарь Иван. Там и обнаружил животное.

— Достав кота из «застенков», Иван сразу понял, что он домашний.



Теперь Дизи наконец-то дома

Показал его своей знакомой, а её дочка оказалась нашей соседкой. Она сразу же связалась со мной. В этот момент я расклеивал

новую партию объявлений, — говорит Александр.

Кот-экзот вернулся домой не в самом презентабельном виде: блохастый, грязный,

со включенной шерстью. Однако осмотр ветеринара показал, что проблем со здоровьем у животного нет. Олег УЛЬЯНОВ

Многие жители округа оценили веломаршрут «Вековые сосны» в Покровском-Стрешневе

Веломаршрут «Вековые сосны» протяжённостью 3,1 км в парке «Покровское-Стрешнево», по оценке Мосприроды, вошёл в восьмёрку лучших в столице. «А вы уже освоили этот маршрут?» — спросили мы у наших читателей на прошлой неделе.

Как показали итоги опроса, 30% респондентов пользуются маршрутом «Вековые сосны» и считают, что кататься здесь — одно удовольствие. Лишь 5% участников опроса считают трёхкилометровую трассу слишком короткой, а 45% отметили, что парк «Покровское Стрешнево» находится далеко от их дома. Ещё 20% респондентов не катаются на велосипеде.



ВАШЕ МНЕНИЕ

На природных территориях СЗАО, в парках «Покровское-Стрешнево», «Тушинский» и «Серебряный Бор» обустроены пикниковые точки с мангалами, где можно легально пожарить шашлык.

Наш следующий вопрос:
Вы пользуетесь этой возможностью?

Варианты ответов

- ▶ Да, люблю пожарить шашлык на природе.
- ▶ Да, если удастся найти свободную беседку с мангалом.
- ▶ Нет, я готовлю шашлык только на даче.
- ▶ Не люблю шашлык.



голосуйте на сайте szaopressa.ru

реклама и частные объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Абсолютно **быстро** аренда/продажа. Т. 8-915-459-6950
- Аренду жильё. Т. 8-964-635-0700
- Жители Москвы снимут квартиру. Т. 8-967-066-1442
- Продаю полдома в хорошей деревне, 45 минут по Новорижскому шоссе. Т. 8-925-781-1284

- **Москвичи** снимут квартиру. Т.: 8 (495) 496-4170, 8 (495) 928-0707

ОБУЧЕНИЕ

- Математика. Т. 8-926-853-4130

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- **Обивка мебели** Т. 8 (495) 585-6385
- **Ремонт стиральных машин, холодильников и электроплит.** Диагностика бесплатно. Т. 8 (499) 964-6964

- Ремонт стиральных машин и холодильников на дому. Т. 8-969-777-2896

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- Автогрузоперевозки. Недорого. Т. 8 (495) 728-6981
- Авто + грузчики. Т. 8 (495) 589-0078
- «Газель» на дачу. Т. 8 (499) 394-3060
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-7852
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 778-7366

АВТОМОБИЛИ

- Автовыкуп. Т. 8 (495) 227-5655

КОМИССИОНКА

- Антиквариат, значки куплю, статуэтки, подстаканники, серебро, иконы, янтарь, самовары. Т. 8 (495) 643-7212
- **Антиквариат, книги, открытки, предметы времён СССР.** Т. 8-916-671-2583
- **Библиотеку домашнюю.** Т. 8 (495) 724-3045

- Букинист купит книгу, журнал до 1927г. за 50 000 р. Архивы. Т. 8-925-795-5797

- Купим книги, журналы, архивы, фотографии до 1940г. Т. 8-985-275-4333

- Куплю радиодетали. Т. 8-903-125-4010
- Покупаю ноутбуки и ТВ в любом состоянии. Т. 8-905-545-7897
- Ткани, духи. Т. 8-916-993-3664
- Часы (любое состояние), значки. Т. 8 (495) 723-1905

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-2563

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Абразивная циклёвка и ремонт паркета. Укладка массива, ламината. Ремонт квартиры поэтапно. Натяжной потолок. Окна и остекление балконов. Т. 8 (495) 978-0344
- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Маляры. Т. 8-926-317-0315

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

ЗАМКИ, ДВЕРИ:
ремонт, замена, вскрытие, обивка, реставрация, сварка, панели МДФ.
Т. 8-906-770-73-78

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»
ОКНА ПВХ
ОСТЕКЛЕНИЕ
БАЛКОНОВ
и **ЛОДЖИЙ**
САЙДИНГ
ОТДЕЛКА
БАЛКОНОВ,
КРЫШИ,
ВЫНОС,
ЖАЛЮЗИ
ВНИМАНИЕ! Акция!
Только до 31 июля
москитная сетка
в ПОДАРОК!
Подорожности по тел.
Без вых., гарантия, договор
8 (495) 532-71-88

Завод «СтройБалконСервис»
ОКНА ПВХ
БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ
ЗАВОДСКОЕ
ОСТЕКЛЕНИЕ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
ПЕНСИОНЕРАМ
Льготные условия
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
www.balkona.ru
8 (495) 543-53-97
8 (495) 782-54-48

ОКНА ПВХ
РАЗДВИЖНОЕ
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
Благоустройство
БАЛКОНОВ и ЛОДЖИЙ.
ОБРАЗЦЫ.
8 (495) 774-72-33

- Поклейка обоев и другой ремонт. Недорого! Т. 8-967-555-8049
- Циклёвка. Т. 8-985-994-4810

РАБОТА

- Подработка. Упаковщик, грузчик, кассир до 2000 руб./смена. Оплата сразу. Т. 8-905-700-3366
- Частной школе требуются: водители кат В, D, мойщица посуды, медсестра, водитель со своим а/м с занятостью утро/вечер. Т. 8 (499) 740-2201

ЗНАКОМСТВО

- Сваха. Т. 8-925-500-8064
- Сваха. Гарантированно! Т. 8-985-985-6025

РАЗНОЕ

- Дезинфекция. Т. 8-985-964-8854
- Дезинфекция. Т. 8 (495) 601-2748
- Уничтожим насекомых. Т. 8 (495) 978-6006

