



НОВОСТИ МОСКВЫ

Стаж работы на «Микроне» почти 100 лет

СТР. 3



ОБЩЕСТВО

Серебряная королева из Зеленограда

СТР. 7



фото mos.ru

СЕРГЕЙ СОБЯНИН:

Москва выполнила задание по мобилизации.

Стр. 2

О К Р У Ж Н А Я Г А З Е Т А З Е Л Е Н О Г Р А Д А

СОКОЛ ОДИН



Издается с июля 1990 года

zela.ru, id41.ru № 37 (783) | Пятница, 21 октября 2022 года

ОДНОЙ СТРОКОЙ

Зеленоградский «Фаворит» стал бронзовым призером всероссийских соревнований по регби-8 «Кубок Соколова», прошедших в Сочи, одержав пять побед в шести матчах.

С 28 по 30 октября на площадке «Алабушево» Технополиса «Москва» пройдут всероссийские соревнования по перспективным направлениям развития радиосвязи «Радиофест-2022», регистрация на сайте мероприятия.

26 октября с 15.00 до 18.00 в семейном центре «Зеленоград» (корпус 1426 и корпус 1137) состоится День открытых дверей.

В округе завершился капитальный ремонт трех участков мировых судей, в корпусах 1543, 1820 и 1443 уже проходят заседания.

Подростковый клуб Орел спасе семейного центра «Зеленоград» стал победителем в городском конкурсе лайфхак-роликов «Рецепт поколений».

Музей истории МИЭТ приглашает на экскурсии по архитектурному комплексу 22 октября в 15.00 и 27 октября в 19.00, регистрация на сайте вуза.

Фото Дмитрия ЕРОХИНА

ЦИФРА НЕДЕЛИ

100

лет исполнилось жительнице района Савелки, участнице Великой Отечественной войны Надежде Алексеевне Журавлевой.



ЗНАТОК КИРПИЧНОЙ КЛАДКИ

Зеленоградец Константин Яковцов – победитель чемпионата «Абилимпикс-2022». Стр. 6



УЧИТЕ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ!

В полиции назвали самые опасные перекрестки округа. Стр. 12



**СОБЯНИН:
В МОСКВЕ
ПРИНЯТЫ ВСЕ
МЕРЫ ПО ОХРАНЕ
ОБЩЕСТВЕННОГО
ПОРЯДКА И
СТРАТЕГИЧЕСКИХ
ОБЪЕКТОВ**

Уважаемые москвичи, президент Российской Федерации Владимир Путин подписал указы о дополнительных полномочиях глав субъектов Федерации.

Во исполнение этих указов мы примем необходимые меры по повышению безопасности гражданских объектов и объектов жизнеобеспечения.

При этом должен сказать, что в настоящее время никаких мер, ограничивающих обычный ритм жизни города, не вводится.

Задачи по обеспечению устойчивости экономики, мерам безопасности, координации сил и средств реагирования, гражданской обороне, защите от чрезвычайных ситуаций и другие будут решаться соответствующими федеральными и городскими службами и в основном в рабочем режиме.

ЗАДАЧИ ПО ЧАСТИЧНОЙ МОБИЛИЗАЦИИ В СТОЛИЦЕ ВЫПОЛНЕНЫ

■ По информации военного комиссара Москвы, задачи по частичной мобилизации, установленные на основании указа президента и задания Министерства обороны, выполнены в полном объеме.

Пункты сбора мобилизованных закрылись. Повестки, разосланные в процессе мобилизации по месту жительства и предприятиям, прекратили свое действие.



Мэр Москвы Сергей Собянин написал в своем блоге:
– Мобилизация стала огромным испытанием для тысяч московских семей, чьи отцы, мужья и сыновья

сегодня идут в действующую армию. Тем не менее выполнение задачи по частичной мобилизации стало возможным в первую очередь благодаря ответственности, чувству долга и патриотизму москвичей.

Дорогие мои, говорю вам слова благодарности и признательности. Мы все волнуемся и переживаем за вашу судьбу, за трудности и опасности, которые вам предстоит и с которыми вы уже сталкиваетесь. Будем надеяться и молиться, чтобы вы вернулись живыми и здоровыми. Вернулись с победой. Отстояли безопасность и независимость нашей страны.

Москва позаботится о ваших семьях и близких. Мы по-прежнему будем оказывать прямое содействие Минобороны в материально-техническом обеспечении. Вместе с руководством регионов, где проходят службу москвичи, будем содействовать улучшению быта в воинских частях.

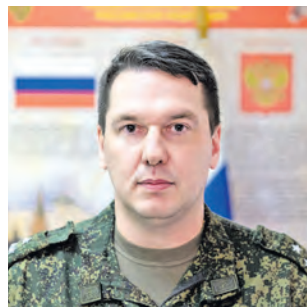
Военный комиссар Москвы полковник Максим



Опытные люди знают, как экипироваться

Локтев отметил, что с началом частичной мобилизации у жителей города возникло множество вопросов.

– Хочу сказать спасибо правительству столицы



за то, что смогли оказать содействие, открыли временные мобилизационные пункты и запустили горячие линии для горожан и предпринимателей, где разъяснялся порядок частичной мобилизации. Более того, правительство Москвы организовало помощь и поддержку мобилизованным и членам их семей. Это касается денежных выплат, ряда льгот. Комплекты формы и другие необходимые вещи получил каждый

мобилизованный. Ребята и их семьи чувствуют поддержку, знают, что за ними крепкий и надежный тыл, – добавил он.

Локтев подчеркнул, что москвичи продолжают записываться в добровольцы, в столице их количество исчисляется сотнями.

Военком поблагодарил всех москвичей, всех граждан, кто достойно и с честью взял на себя почетную обязанность по защите нашей Родины.

Фото Дмитрия ЕРОХИНА

КАДЕТЫ НА СВЯЗИ С УЧИТЕЛЕМ



■ В конце сентября восьмиклассники школы №1912 имени Героя Советского Союза Бауыржана Момышулы провожали у военкомата своего учителя по кадетству Дмитрия Абрамова, мобилизованного по повестке. Ребята на постоянной связи с наставником.

– Мы общаемся с Дмитрием Юрьевичем примерно раз в три дня. Отправляем ему сообщение, и он выходит на связь, если есть время. Сейчас он проходит подготовку в Наро-Фоминске. Говорит, что интересно, несложно, все по-армейски. Встретил там своего сослуживца. – поделились командир взвода Камилла, кадеты Анна и Влад.

– О чем вас спрашивает учитель?

– Он интересуется, как дела в классе, чем мы занимаемся, прислал расписание подготовок. Мы очень скучаем...

Ребята рассказали, что Дмитрий Юрьевич смог наладить отношения с их классом и признались, что сделать это было достаточно сложно.

– Он справлялся, нашел с нами общий язык и постоянно поддерживал. Да, ру-

гал, но за дело, – сообщили кадеты.

– Кто же заменил Дмитрия Юрьевича?

– Камилла, ей помогают педагоги, – пояснила заместитель директора Мария Меньшикова.

– На подмену будете приглашать учителя?

– Нет, мы ждем Дмитрия Юрьевича, – твердо сказала Мария Николаевна.

А кадеты добавили, что в действующую часть будут отправлять Дмитрию Юрьевичу письма с фотографиями по почте.

Светлана БАБАЕВА,
фото автора

– Эскалатору на Воробьевых горах скоро будет уже 60 лет, из которых 40 он простоял закрытым. Существовал, по сути, всего 20 лет. Из-за того что случились оползни и из-за технических причин, неправильного проектирования, ошибок при строительстве его пришлось закрыть. Простоял 40 лет – боялись к нему приступить в силу сложности работ, которые необходимо было проводить. В 2020 году после консультации с экспертами, после подробнейшего геологического изучения пород приняли решение о восстановлении эскалатора на Воробьевых горах – одного из знаковых объектов Москвы, который в свое время был очень любим и студентами МГУ, и москвичами, – отметил Сергей Собянин.

По его словам, чтобы укрепить склоны Воробьевых гор, забили около 700 свай на глубину 30 метров и более. Для подъемника поставили новые эскалаторы, производительность которых в два раза выше прежних.

– Восстановили всю инфраструктуру. В этом году будут закончены все основные строительные работы. Надеюсь, в январе уже поедут пассажиры, – сказал мэр Москвы.

Как и прежде, нижний вестибюль эскалаторной галереи будет расположен примерно в 150 метрах от южного выхода станции «Воробьевы горы». Из верхнего вестибюля можно выйти на улицу Косыгина.

Внутри двухэтажные здания вестибюлей облицуют мрамором и гранитом. На крыше верхнего появится смотровая площадка с отличным видом на Москву-реку, спорткомплекс «Лужники» и центр столицы.

В галерее смонтированы три эскалатора российского производства длиной 68 метров. Высота подъема составит 34 метра, что сопоставимо с 10-этажным домом.

Общая площадь остекления галереи превысит тысячу квадратных метров. Через прочные светопрозрачные конструкции пассажирам будет открываться живописный вид на лесопарковую зону Воробьевых гор.

Сейчас на объекте ведутся отделочные и финальные пусконаладочные работы, монтаж остекления и инженерных систем, в том числе вентиляции и кабельных линий. Более 200 человек трудятся в три смены.

Открытие эскалаторной галереи значительно сократит время в пути

Сергей Собянин: Эскалатор на Воробьевых горах – один из знаковых объектов столицы



ГАЛЕРЕЯ ПРИМЕТ ПАССАЖИРОВ

■ В 2023 году на Воробьевых горах после восстановления откроется эскалаторная галерея и вновь станет популярной достопримечательностью столицы.

от станции метро «Воробьевы горы» до таких известных городских объ-

ектов, как МГУ, Дворец пионеров на Воробьевых горах, смотровая площад-

ка, природный заказник «Воробьевы горы», храм Живоначальной Троицы, комплекс зимних видов спорта, канатная дорога, научные институты Российской академии наук.

Для посетителей смотровой площадки, канатной дороги и горнолыжного комплекса время пути от метро сократится в два раза – с 22 до 11 минут.

Согласно оценкам, в рабочие дни пассажиропоток галереи составит около 15 тыс. человек, а в выходные, праздники и дни спортивных турниров – до 20 тыс.

Никита АФАНАСЬЕВ, фото пресс-службы мэра и правительства Москвы

ВЕКОВОЙ СТАЖ

■ История семьи Маркиных представлена на тематической фотовыставке к Дню московской промышленности на Арбате.

Есть такие семьи, члены которых из поколения в поколение связывают судьбу с каким-нибудь одним общим делом. Пример такой династии – зеленоградцы Маркины, у которых в сумме почти 100 лет стажа работы на «Микроне».

Основатель династии – Александр Маркин. Он устроился на завод «НИИМЭ и Микрон» технологом участка диффузии в 1977 году, сразу после окончания МИЭТа. Затем долгие годы Александр трудился на ру-

ководящих должностях на кристалльном производстве. Занимался техническими, инженерными вопросами, оценками и требованиями при строительстве новых корпусов цеха кристалльного производства на пластинах диаметром 200 миллиметров и цеха сборки RFID-изделий и чип-модулей.

В 1980 году к Александру присоединилась супруга Елена. Она устроилась на завод оператором фотолитографии кристалльного производства.



Затем перешла на должность бухгалтера.

Сын Александра и Елены – Алексей Маркин – пошел по стопам родителей. Окончив МИЭТ в 2006 году, устроился на «Микрон».

С 2013 года он возглавляет лабораторию по разработке и освоению RFID-изделий. Под его руководством ежегодно создаются десятки новых видов изделий, в том числе RFID-метки для со-



циальных и транспортных карт «Тройка», карт «Тройка», банковских карт НСПК «Мир», ски-пассов для горнолыжных курортов, RFID-бирок на одежду, комплексные решения для инвентаризации и многое другое.

– Самый узнаваемый проект, к которому я приложил свои знания и умения,

– карты «Тройка» и «Единый», – считает Алексей. – Это мой вклад в развитие нашего города для обеспечения безопасности, удобства, скорости прохода пассажиров в общественный транспорт.

Алиса ФРОЛОВА, фото АО «Микрон» и Лидии СИМОЧКИНОЙ



■ Мы попросили префекта ЗелАО Анатолия Смирнова рассказать о наиболее значимых событиях в Зеленограде.

Самым главным вопросом сейчас является готовность к встрече зимы – первых заморозков, снегопадов. В целом мы готовы, поскольку начали заниматься этими вопросами еще с апреля. Проверены сети водо- и теплоснабжения, утепление зданий. Подготовлена снегоуборочная техника.

Всего в округе, в ГБУ «Автомобильные дороги» и «Жилищник», 298 единиц зимней уборочной техники. Из них собственно уборкой снега будут заниматься 140 машин, погрузкой – 43, и 41 грузовик будет направлен на вывоз снега. Практика прошлой, очень снежной, зимы показала, что этого количества на нужды округа хватает. В ГБУ «Жилищник» имеется 722 единицы средств малой механизации – для расчистки пешеходных дорожек и дворов. Вся техника готова к работе.

В достаточном количестве заготовлены противогололедные реагенты – как жидкие, так и твердые. Окружные хранилища рассчитаны на 8,5 тыс. тонн и к 1 октя-

ВСТРЕЧАЕМ ЗИМУ ПОДГОТОВЛЕННЫМИ



ФОТО ДМИТРИЯ ЕРОХИНА

бря были заполнены на 91%. При необходимости будем их пополнять.

Не все дворы, особенно парковочные карманы возле домов, удастся расчистить с помощью средств механизации. Часто мешают припаркованные машины, которыми в зимнее время хозяева не пользуются. Кроме того, есть и другие труднодоступные участки, которые без ручного труда не расчистить. Поэтому,

конечно, нужен штат дворников. Для того чтобы обеспечить все потребности Зеленограда, необходимо 725 человек. В прошлом году к началу сезона у нас был недобор дворников, что вызвало отдельные сложности. Но к 1 ноября этого года штат должен быть укомплектован полностью.

Когда мы входили в отопительный сезон, были обращения от жителей как по поводу холода, так и по поводу жары

в квартирах. «Жилищник», МОЭК, управы районов отработали целый ряд таких заявлений. Вывод один: системных ошибок нет, в каждом случае надо разбираться индивидуально. В одном доме, в одном подъезде в соседних стояках отопления, даже в соседних квартирах температурные показатели могут отличаться из-за того, что в одной отдельной квартире в плохом состоянии либо сами отопительные

системы, либо утепление. В таких ситуациях надо обращаться в диспетчерскую службу – специалисты проведут замеры температурного режима, выяснят проблемы и либо сами устранят их, либо дадут рекомендации, как их решить. При этом замечу, что серьезных аварий зимой на теплосетях в последние годы в округе не было. Есть все основания полагать, что и нынешнюю зиму мы переживем спокойно.

Важный вопрос – утилизация вывезенного снега. Наш стационарный снегосплавный пункт способен перерабатывать до 3500 куб. м снега в сутки. Прошлой зимой были очень сильные снегопады, но практика показала, что и с этим мы справляемся. Использовалась так называемая буферная зона, которая позволяла повысить мощность до 5000 куб. м в сутки. Так что и здесь мы готовы.

Но это перспектива: первый снег еще не выпал. Сейчас мы решаем не менее важную и актуальную задачу: уборку города перед зимой. С 1 октября в округе традиционно проводится осенний месячник благоустройства. Одна из главных его целей – оперативная уборка улиц и дворов от опавшей листвы, в том числе очистка решеток ливневой канализации. На это время выделяется дополнительная техника для вывоза листвы и мусора.

Пока работа ведется силами ГБУ «Автомобильные дороги» и «Жилищник». Будет ли в этом году в Зеленограде общегородской субботник с привлечением жителей – вопрос еще окончательно не решен. Если нам понадобится помощь добровольцев, мы обязательно об этом известим.

26 октября я намечаю провести окружную коллегию по готовности округа к зиме. В целом же оцениваю работу наших коммунальных служб за лето положительно. Но при этом призываю не расслабляться: погода – явление капризное, и нужно быть в постоянной готовности включить все ресурсы, чтобы обеспечить в городе нормальную, спокойную жизнь зимой.

ПРЕСС-КОНФЕРЕНЦИЯ

■ Более тысячи столичных жителей выразили желание стать добровольцами и помочь пострадавшим в ходе конфликтов в зоне военных действий.

– Сейчас самое время проявить любовь и заботу по отношению к нуждающимся. Многие люди подвергают себя риску и отправляются в зоны военных конфликтов, чтобы оказать поддержку, – отметил пресс-секретарь Синодального отдела по церковной благотворительности и социальному служению Московского Патриархата Русской

ГЛАВНАЯ ТЕМА – СОЦИАЛЬНОЕ СЛУЖЕНИЕ

Православной Церкви Василий Рулинский на пресс-конференции в Информационном центре правительства Москвы.

Как подчеркнул глава департамента национальной политики и межрегиональных связей столицы Виталий Сучков, тема социального служения особенно актуальна на фоне пандемии, геополитических изменений, и вклад религиозных организаций в формирование среды сотрудничества не оценим.

Эта тема станет главной на VIII Московском международном форуме «Религия и Мир».

– Только в Москве 1158 религиозных организаций, которые становятся центрами социальной помощи. Вся Россия делает все возможное для обеспечения гуманитарной помощи, в том числе для граждан Донбасса, Херсонской и Запорожской областей, – отметил Виталий Сучков.

По его словам, в дискуссиях на форуме примут участие российские и зарубежные экспер-

ты, общественные и религиозные деятели из России, Сирии, Ливана, Ирана, Армении, Сербии, Казахстана, Узбекистана, Израиля, Греции, Приднестровья и Молдовы.

– Также в качестве спикеров выступят глава представительства ДНР в Российской Федерации Ольга Макеева и советник главы ЛНР Анна Сорока, – уточнил Виталий Сучков.

Лидия СИМОЧКИНА



Всему Зеленограду известно, что знаковым объектом в районе Старое Крюково в этом году стала Аллея вязов – бульварная зона, проходящая через 9-й мкрн. Однако в первую очередь Людмила Ивановна назвала другую точку – двор корп. 841.

– Это двор, который был выбран жителями по результатам голосования на портале «Активный гражданин». В феврале-марте прошло голосование, в том числе и за то, какое оборудование поставить в обновленном дворе, и уже к началу сентября жители получили современную площадку.

С жителями – в постоянном диалоге
– А в других проектах, не анонсированных в «Активном гражданине», жители участие принимают?

– Еще как! У нас целая когорта таких – постоянно приходят в управу, советуют и советуются, предлагают идеи. Крайне редко бывают неосуществимые, например, проложить дорожку прямо от подъезда в лес. Здесь важно самим выехать на место, посмотреть: может, что-то все же удастся сделать, поговорить с жителями. Чаще – простые просьбы, которые мы можем выполнить быстро: установить лавочку, перила, отремонтировать пандус. Бывают и более серьезные вопросы – реконструировать такой-то двор, благоустроить такую-то территорию. Тут опять же надо выезжать на место, смотреть своими глазами. Что-то мы можем сделать оперативно, что-то придется откладывать в планах на сезон, на два. Но ведь делаем! Жители – это наши глаза и уши.

– Дала ли программа «Мой район» дополнительные нагрузки? Проще или сложнее стало работать?

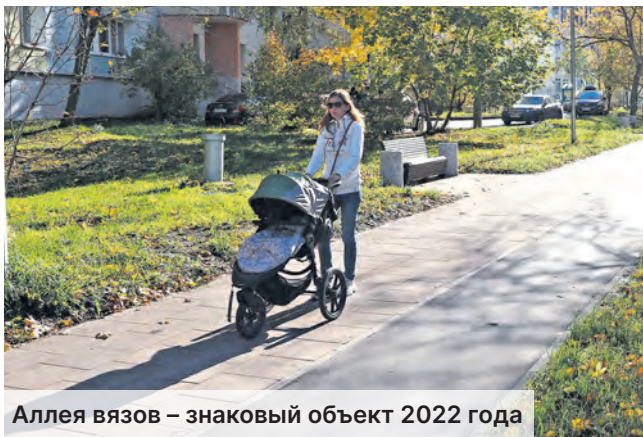
– Наш принцип – делать все последовательно и комплексно. Вот пешеходная зона в 8-м микрорайоне, от памятника Пушкину. Сначала проложили дорожки, затем подключили к ним окрест-



Глава управы района Людмила Петрова обсуждает с активными жителями итоги благоустройства двора у корп. 841

СТАРОЕ КРЮКОВО ПРЕОБРАЖАЕТСЯ

■ В день встречи с главой управы Людмилой Петровой хлестал такой ливень, что речи о прогулке по району и быть не могло – фотосессию делали уже на следующий день и беседовать пришлось в офисе. Но Людмила Ивановна очень подробно и точно рассказала о ключевых объектах этого года, предыдущих годов, планах на будущее.



Аллея вязов – знаковый объект 2022 года

ные дворы, обновили спортивные и детские площадки – шаг за шагом сделали прекрасную прогулочную зону. Не в один год, не сразу, и объект уже не новый, но пользуется популярностью у жителей.

– А что из достижений нынешнего года вы хотели бы отметить?

– Конечно, знаковый объект – Аллею вязов. Здесь так же работали комплексно – подключали с помощью от-

ветвлений пешеходных дорожек соседние дворы и площадки. Причем завершена только первая очередь. На следующий год мы продлим аллею за клуб «Восток» (корп. 907) до корп. 919, сверх плана по проекту АНО «Мой район» планируем облагородить прилегающие территории. Сделали новые дворы у корпусов 909 и 914, во дворах уложили 17 000 квадратных метров асфальта.

– Вернутся ли на Аллею вязов памятные всему Зеленограду скульптуры?

– Они сейчас украшают пешеходную зону в 8-м микрорайоне, хорошо там вписались, и нет смысла снова переносить их куда-то. Тем более Аллея вязов – гораздо более современное пространство, и они там просто не подойдут по стилю.

– Что еще удастся сделать, как вы сказали, сверх плана?

– Остаются сэкономленные средства, которые тоже идут на нужды района. Так, в 2010 году мы получили грант мэра Москвы на развитие территории и вложили средства в строительство спортивной площадки около корпуса 830, на месте снесенной пятиэтажки. Сделали хорошо, надежно – десять лет эта площадка требовала только косметического ремонта, хотя нагрузка на нее была немалая.

Но срок все-таки большой. И в этом году за счет сэкономленных средств мы ее полностью обновили.

– Как складываются взаимоотношения с муниципальными депутатами, префектурой?

– Здесь царит полная поддержка и взаимопонимание. Муниципальные депутаты –

наши первые помощники, контролеры, советчики. В этом году у нас значительно обновился состав совета депутатов, но убеждена, что он продолжит хорошие традиции сотрудничества. Что касается префектуры – мы на уровне управлений, заместителей префекта, самого префекта Анатолия Смирнова всегда встречаем помощь в решении тех вопросов, с которыми в силу каких-то причин не можем справиться сами. Можно только радоваться такому плодотворному сотрудничеству.

Два вопроса главе управы

– Чем вы гордитесь?

– Мы живем и работаем в районе Старое Крюково, но нельзя один район отделять от всего округа. Мы гордимся Зеленоградом, его жителями, которые советуют нам, что и как лучше сделать. Это неравнодушные люди. И многие из них не только предлагают, но и сами готовы помочь – провести опрос, организовать встречу с людьми. Это дорогого стоит.

– Что тревожит?

– Единственное – хотелось бы делать больше. Есть замыслы, есть понимание, как мы можем их осуществить. К сожалению, не всегда удается это сделать сегодня и сейчас.

**Иван ЛАЗАРЕВИЧ,
фото Дмитрия ЕРОХИНА**

МНЕНИЯ



**Нина Карасева,
жительница корп. 840:**

– Конечно, стало удобно и красиво. Главное – на площадке возле корпуса 841 песок заменили на резиновую плитку. Стало гораздо чище: раньше дети, внуки после прогулки приносили домой груды песка.



**Татьяна Слуцкая,
активный житель района:**

– Сделано все очень хорошо, красиво, по уму. Главное – когда обновляются территории, становится гораздо меньше грязи и вандализма: жители сами начинают бережнее относиться к газонам, лавочкам, игровым и спортивным комплексам.



ПОБЕДИТЕЛЬ – ЗЕЛЕНОГРАДЕЦ!

■ Константин Яковцов, студент политехнического колледжа №50 имени дважды Героя Социалистического Труда Н.А. Злобина, занял 1-е место в компетенции «Кирпичная кладка» Объединенного национального чемпионата профессионального мастерства среди людей с инвалидностью и ограниченными возможностями «Абилимпикс-2022».



– Константин поступил в колледж после 9-го класса на рабочую профессию «мастер общестроительных работ», – сообщила куратор проекта Людмила Бондаренко. – После окончания перешел на курс среднего специального образования. Сейчас он учится последний год. И трижды за это время (!) принимал участие в чемпионате. Первый раз он занял 2-е место, через год не вошел в тройку претендентов, и вот, наконец, он первый!

– Я выбрал эту профессию самостоятельно, – рассказал Константин. – Никто из моих родственников не трудился в строительной сфере. Мне будущая профессия очень нравится, хотя требует сосредоточенности, серьезной физической подготовки и главное – выносливости. Я планирую работать именно по строительной специальности.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Это еще не совсем финал

Директор политехнического колледжа №50
Андрей Бучкин:

– Завершающим этапом Национального чемпионата «Абилимпикс» станет технологический фестиваль, который пройдет с 27 октября по 1 ноября в Москве. На него приглашены все победители этапов первенства, гости из стран БРИКС и СНГ. Пройдут мастер-классы, круглые столы и многие другие мероприятия. Тогда же победителям Национального чемпионата будут тожественно вручены заслуженные награды.

– Костя очень трудолюбив и дисциплинирован, – констатирует тренер Игорь Шилин. – Подготовка к чемпионату длилась более двух месяцев. И хотя соревнования проходили в очно-дистанционном формате, тренировки в колледже продолжались по восемь часов

в день! Не каждый выдержит такие нагрузки, но Костя стремился к победе. Он просто молодец!

Поздравляем Константина, его тренера, коллектив колледжа с победой. И желаем так держать!

Лариса ПЕТРОВСКАЯ,
фото Дмитрия ЕРОХИНА

■ Бабу Надю в Зеленограде знают многие. При содействии местных жителей она организывает помощь тем, кто оказался в трудной жизненной ситуации, – людям в различных регионах России.

Когда-то она вела успешный бизнес, который, как это не раз бывало, отобрали «сильные люди». На фоне стресса заболела, в том числе онкологией. Когда ее парализовало, выкарабкалась благодаря неравнодушным людям и поняла, что ее призвание – помогать тем, кто нуждается в поддержке.

– Мне стали приносить вещи, – рассказывает баба Надя, – которые забирали нуждающиеся люди. Так началась моя волонтерская деятельность. Со временем расширялась и география, и сфера деятельности. Мы начали помогать организовывать подсобные хозяйства в деревнях в различных регионах. Это опустевшие деревни, где нет

ХОТИТЕ ПОМОЧЬ БЛИЖНЕМУ? СПРОСИТЕ БАБУ НАДЮ



Баба Надя просит откликнуться тех, кто поможет найти волонтеров в Конаково. Тел. 8 (903) 753-9342.

работы, но откуда не все могут уехать, поскольку некуда. Приходится здесь жить и многодетным семьям. Благотворители помогают при-

обрести домашнюю живность, ухаживать за огородами, ремонтировать дома.

Так, в Тверской области волонтеры в одной из забро-

шенных деревень помогают восстановить телятник и приобрести телят. У бабы Нади много друзей среди священнослужителей. А отцу Алек-

сандру из поселка, что рядом с Гусь-Хрустальным, у которого недавно родился восьмой ребенок, помогают строить дом, ведь до этого большая семья жила в одном из отделений церкви, где отец Александр служит.

– Деньги я не принимаю, – говорит баба Надя, – но даю координаты тех, кому они нужны. Так мы собрали почти полтора миллиона рублей на строительство дома для семьи отца Александра.

...Небольшая квартира бабы Нади заполнена вещами, которые она помогает переправить нуждающимся. Ее младший сын, год назад вернувшийся из армии, был очень недоволен этим обстоятельством. До тех пор, пока не отправился в армию по повестке в связи с частичной мобилизацией. Обстоятельства сложились так,

что ему было поручено получать гуманитарную помощь и переправлять к местам дислокации наших частей. Он понял, как много значит такая помощь, и по-другому начал относиться к волонтерской деятельности мамы.

– Знаете, – говорит баба Надя, – помощь людям заключается не только в том, чтобы обеспечить вещами или оказать материальную поддержку. Есть очень много одиноких, которым нужно простое общение. И многие наши волонтеры опекают таких людей. Мой жизненный девиз: «Давайте помогать друг другу!» поддерживают все наши волонтеры. Среди них немало зеленоградцев, которым я хочу сказать большое спасибо за неравнодушие!

Лариса РОМАНОВА,
фото Дмитрия ЕРОХИНА

■ Активистка центра московского долголетия «Крюково» Вера Терешонок представила Зеленоград на первом общегородском конкурсе красоты «Серебряная королева».

Москвички старше 55 лет целый месяц демонстрировали свои таланты и интеллект, удивляли зрителей красотой и индивидуальностью.

Окружной этап конкурса прошел в центре московского долголетия «Крюково». Вдохновленные золотым временем года участницы выступили в тематических номинациях, которые стали лейтмотивом их образов: «Осень», «Вдохновение», «Нежность», «Загадка», «Хозяйка», «Царевна», «Хулиганка» и «Сказочница». Серебряные красавицы блестяще прошли три этапа конкурса.

Открывали мероприятие визитками – рассказами

о своих увлечениях, интересах и достижениях. У каждой конкурсантки своя изюминка: Вера Терешонок и Татьяна Чаброва нашли себя в спорте, Лидия Пантелеева и Марина Кравченко – в творчестве, а Ирина Андреева, Марина Королькова и Мария Клевакина – в литературе и театре.

Грандиозный финал конкурса красоты «Серебряная королева» состоялся в центре московского долголетия «Печатники». За звание самой красивой, интеллектуальной и артистичной поборолось 11 красавиц из всех округов Москвы, в их числе Вера Терешонок, обладательница приза зрительских симпатий на окружном этапе.

Конкурсантки представили танец-дефиле, творческие номера, приняли



участие в интеллектуальном состязании. В состав жюри вошли руководитель сети клубных пространств «Центры московского долголетия» Елена Громова, профессионалы мира моды и красоты.

**ЦМД «Зеленоградский»: корп. 205А.
ЦМД «Крюково»: корп. 2014.
Телефон единой справочной службы столичного департамента труда и социальной защиты населения 8 (495) 870-4444.**

этично рассуждала о любви. По результатам конкурса Вера Терешонок признана победительницей в номинации «Мисс Стиль».

Можно петь, танцевать, играть в бильярд, писать стихи и даже ощутить себя королевой! – поделилась мисс Стиль.

СТАТЬ СЕРЕБРЯНОЙ КОРОЛЕВОЙ

Вера Астафьевна на творческом конкурсе исполнила романтический танец с зонтиком – она порхала по сцене, ловко закручивая зонт, словно в осеннем листопаде, а в интеллектуальном состязании по-

У Веры Астафьевны множество интересов и талантов, которые она с радостью реализует в ЦМД «Крюково».

– В центре московского долголетия «Крюково» я открыла для себя новую яркую страницу жизни. Оказалось, что можно вновь быть молодой, беззаботной, радостной, дерз-

Участие в конкурсе подарило ей уникальный опыт, множество новых друзей и возможность испытать богатую, яркую палитру эмоций: волнение перед выходом на сцену, неповторимую радость от аплодисментов и счастье от того, что она стала частью такого великолепного события.

■ Более 600 школьников посетили центры московского долголетия «Зеленоградский» и «Крюково».

В рамках проекта «Разговоры о важном» в центрах московского долголетия по всей столице прошли увлекательные экскурсии-квесты для школьников 1-11-х классов. Юные гости побывали в клубных центрах и узнали, как интересно и насыщенно проводят свободное время, занимаясь любимым хобби, люди «серебряного» возраста.

Школьники были приятно удивлены, что круг интересов посетителей центров московского долголетия настолько широк и охватывает все сферы жизни: спорт и ЗОЖ, кулинария, творчество, путешествия, компьютерная грамотность, изучение иностранных языков. Активисты с удовольствием посещают дискотеки, осваивают аэробику, пилатес, растяжку, йогу, фитбол, тренажеры. Этим открытием ребята поделились со своими бабушками и дедушками.

РАДОСТЬ ОБЩЕНИЯ – ВНЕ ВОЗРАСТА



**Центры московского долголетия – городские клубные пространства для жителей столицы старше 55 лет. Это места живого общения и добрососедства. Главные организаторы активностей – сами участники центров.
ЦМД «Зеленоградский»: корп. 205А, 8 (966) 069-1777
ЦМД «Крюково»: корп. 2014, 8 (999) 338-2014**

В ЦМД «Крюково» пришли воспитанники детской музыкальной школы, и преподнесли участникам клубов прекрасный музыкальный подарок к Дню пожилого человека – инструментальный концерт

учеников и педагогов. В домашней уютной атмосфере дедушки и бабушки слушали гусляров и вокалистов, саксофон и домру, а дети с удовольствием погружались в рассказы активистов о былом.

Тепло принимали учеников школы №609 в ЦМД «Зеленоградский». Лидер клубов «Оптимист» и «За чашкой чая», первоостростритель Зеленограда Станислав Лавров показал детям основы игры на гитаре и ознакомил их со своей художественной выставкой, посвященной родному городу.

Руководитель клуба «Линия танца» Ирина Медведева исполнила зажигательный танцевальный мастер-класс. Ребята помладше изучали линейные танцы и простые движения сиртаки, а ученики кадетского класса осваивали вальс.

Школьники составили компанию активистам ЦМД: играли с ними в настольный теннис, шахматы и бильярд, рисовали, рукодельничали, готовили полезные блюда. Тех, кто не умел, бабушки и дедушки учили. Зеленоградцы «серебряного» возраста стали прекрасными наставниками

МНЕНИЯ



Ирина Геннадьевна Кузнецова, классный руководитель кадетского класса 8«Б» школы №609:

– Наш класс пришел на экскурсию в ЦМД «Зеленоградский», посвященную Дню пожилого человека. Группу встретили домашнему тепло и приветливо. Ребятам рассказали о важности центров московского долголетия, показали уютные залы и комнаты для занятий. Познакомили с интересными людьми, провели мастер-классы по танцу и игре в бильярд. Дети были в восторге и не хотели уходить. Такие мероприятия способствуют развитию преемственности поколений, воспитывают в наших детях доброту, уважение. Спасибо центру «Зеленоградский» за приглашение.



Станислав Иванович Лавров, лидер клубов «Оптимист» и «За чашкой чая»:

– С удовольствием встретился с группой школьников. Любознательные глазенки, искренний интерес ко всему происходящему. Как это может оставить взрослого человека равнодушным?! Задают вопросы, перебивая друг друга. Очень рад, что могу ответить на некоторые из них, рассказать о начале строительства нашего города. Вся жизнь с ее бескрайними возможностями перед ними.

для школьников, а у детей родилась идея приходить в центры московского дол-

голетия и проводить мастер-классы для старшего поколения.



РАЗДЕЛЯТЬ БОЛЬ

В системе здравоохранения столицы реализуется масштабный проект, благодаря которому оказание экстренной помощи выйдет на новый уровень.

На базе шести многопрофильных стационаров создаются скорпомощные стационарные комплексы, они будут работать по новому стандарту.

В центре оказания помощи будет пациент с его медицинскими, социальными и личностными вопросами. В приемных отделениях больному не придется самостоятельно передвигаться между кабинетами, необходимые диагностические процедуры будут выполняться у его постели.

Социальные координаторы помогут пациентам и их родственникам в стационарных скорпомощных комплексах. Врачи смогут посвятить больше времени оказанию медицинской помощи.

Снять тревогу и решить проблемы

Срочная госпитализация – стресс для заболевшего и его близких. После запуска новых скорпомощных комплексов социальные координаторы помогут пациентам и их род-

ственникам снять тревогу, морально справиться со сложившейся ситуацией. Они решат проблемы, которые могут стать причиной тревоги пациента (например, если тот не забрал детей из школы, не может дозвониться мужу, или дома остался питомец, о котором больше некому позаботиться).

Соцкоординаторы помогут собрать нужную немедицинскую информацию о пациенте и выявят потребность в социальной помощи после выписки. В первую очередь это касается пожилых, пациентов с инвалидностью,

бездомных, многодетных, матерей-одиночек и других.

До начала работы профессионального психолога соцкоординаторы выявят потребность в психологической помощи и пригласят специалиста, который поможет в особенно сложных ситуациях, связанных с потерей близких, неприятием случившегося и психотравмирующими ситуациями.

Позитивный эффект

Вместе с соцкоординаторами в ССК будут работать и специалисты Московской службы психологической помощи. Их главная задача – заботиться о моральном благополучии пациентов и их родственников. Психологи поддержат также врачей и медперсонал, помогут в урегулировании конфликтных ситуаций.

Опыт работы психологов в резервных госпиталях Москвы в «красных» и «зеленых» зонах во время пандемии COVID-19 показал позитивный эффект. Благодаря психологической под-

держке ускорилась адаптация пациентов к процессу лечения, улучшился психоэмоциональный фон, усилилось доверие к лечению и улучшилось соблюдение рекомендаций врачей.

Люди самостоятельно принимают решение о том, хотят ли они общаться со специалистом.

Условия для ожидания

Впервые для родственников пациентов будут созданы все необходимые условия: комфортные комнаты ожидания, кабинеты психологической поддержки, кафе.

В комплексах организуют систему получения информации о состоянии пациента, планируемых манипуляциях, переводе в другие отделения и госпитализации. На территории каждого комплекса будет работать контакт-центр для оперативной связи с родственниками пациентов. Функции операторов на себя возьмут сотрудники соцзащиты.

Надежда НИКИТИНА

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Антонина Храмцова, руководитель социальной службы ГКБ имени С.П. Боткина:

– К нам однажды поступил мужчина, у которого парализовало ноги. Родных, которые ухаживали бы за ним, не было. Мы помогли оформить ему инвалидность, а затем путевку в геронтологический центр. Он был рад, что в трудной ситуации не остался один. Мы помогаем людям и видим результаты своих трудов.



Шуанет Абдуллаева, психолог ГКБ имени С.П. Боткина:

– Вместе с командой социальных координаторов мы помогаем тем, кто остался без защиты и поддержки. Как-то у меня была клиентка – красивая 60-летняя женщина, перенесшая два онкозаболевания, потерявшая способность ходить. В больнице она ждала операции на почки. Ее жизнь была наполнена болью и страхом, но после нашего разговора она призналась, что во время консультации смогла улыбнуться впервые за три года, как потеряла мужа. Такие истории трогают и пронзают до глубины души. В этом и заключается моя работа – разделять боль и помогать найти место для радости и новых смыслов в жизни.

ПРЕСС-КОНФЕРЕНЦИЯ

ПЕРВЫЙ ШАГ К КАРЬЕРЕ МЕЧТЫ

Заместитель руководителя столичного департамента образования Наталия Киселева и директор школы №1474 Ирина Курчаткина рассказали об особенностях обучения в предпрофессиональных классах.



Инженерный класс школы №1474

В текущем учебном году в проекте предпрофессионального образования участвуют 136 школ московских школ (11 из них находятся в Зеленограде). В спецклассах дети постигают азы будущей профессии и получают навыки медиков, предпринимателей, инженеров, педагогов и др.

В ходе пресс-тура, организованного департаментом образования и науки города

Москвы и Информационным центром Правительства Москвы, на примере ховринской школы №1474 журналистам показали, как строится работа в предпрофессиональных классах.

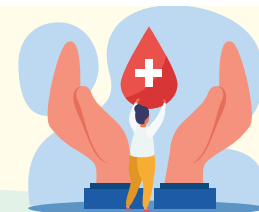
– Ученики спецклассов работают с современным лабораторно-исследовательским оборудованием, проводят научные исследования и посещают тематические экскурсии на площадках партнеров – РНИМУ имени Н.И. Пирогова, МГМСУ имени А.И. Евдокимова, РУДН и Первого МГМУ имени И.М. Сеченова, – сообщила Наталия Киселева.

Таким образом, школьники получают возможность «погрузиться» в будущую профессию и получить навыки, необходимые для учебы и жизни.

– Ежегодно под эгидой проекта проходят открытые научно-практические конференции «Старт в медицину», «Инженеры будущего», «Наука для жизни», – добавила Ирина Курчаткина. – На этих конференциях школьники представляют свои проектные и исследовательские труды. Победители и призеры получают дополнительные баллы при поступлении в вузы-партнеры проекта.

Лидия СИМОЧКИНА, фото автора

КАК СТАТЬ ДОНОРОМ КРОВИ?



ВЫ МОЖЕТЕ СТАТЬ ДОНОРОМ КРОВИ, ЕСЛИ:

- у вас есть гражданство РФ или вид на жительство в России сроком не менее одного года;
- вам больше 18 лет;
- у вас нет медицинских противопоказаний к донорству.

ДОНОРСТВО БЕЗОПАСНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

Для любого взрослого здорового человека процесс донации абсолютно безопасен и не наносит вреда организму. Напротив, сдача крови или ее компонентов полезна для здоровья:

- периодическая сдача крови в пять раз снижает риск инфаркта и инсульта;
- сдача крови улучшает обмен веществ и стимулирует кроветворную систему;

- доноры регулярно проходят медобследования.

При донорстве крови или ее компонентов невозможно заразиться гепатитом, ВИЧ или другими инфекциями. Все инструменты, иглы и системы переливания, используемые при донации, одноразовые. Упаковка с инструментами вскрывается в присутствии донора, а после применения сразу утилизируется.



КУДА ОБРАЩАТЬСЯ?

Чтобы стать донором, запишитесь на донацию. Сделать это можно в ближайшем учреждении службы крови департамента здравоохранения Москвы – зеленоградской ГКБ имени М.П. Кончаловского по телефону 8 (499) 734-2343 (по будням с 13.00 до 16.00).

Присылайте интересные новости, фотографии на электронную почту news@id41.ru.

ДЕТСКУЮ ПЛОЩАДКУ ОТКРЫЛИ



Здесь найдется занятие для детей любого возраста

фото Дмитрия ЕРОХИНА

– Когда закончится строительство детской площадки в МЖК около реки? Почему не предусмотрен хотя бы маленький заборчик, отделяющий площадку от оврага?

Наталья ПЕТУХОВА,
район Савелки

Андрей МАКШАНЦЕВ, глава управы района Савелки:

– Основные работы по реконструкции зоны отдыха «Пруд на реке Ржавке в 5А микрорайоне» завершены, ожидается поставка одного тренажера. Обустроить дополнительное ограждение между пешеходной дорожкой и склоном за хоккейно-теннисной площадкой планируется во втором квартале 2023 года. С вопросами можно обращаться в инженерную службу по телефону **8 (499) 736-7886**.

УРНЫ УСТАНОВЛЕННЫ



Обеспечивать порядок стало проще

фото Дмитрия ЕРОХИНА

– Почему нет ни одной урны на Аллее вязов в 9-м микрорайоне?

Екатерина РОЛДУГИНА,
район Старое Крюково

Людмила ПЕТРОВА, глава управы района Старое Крюково:

– На прогулочной зоне Аллеи вязов в 9-м микрорайоне установлены 46 урн. Благодарим вас за неравнодушное отношение к жизни города.

ПАНДУС ОБУСТРОЕН



Заехать на тротуар теперь несложно

фото Дмитрия ЕРОХИНА

– Возле корпуса 313 слишком высокий уровень бордюра, маломобильные граждане не могут заехать на тротуар с дороги. Такая же проблема у корпуса 305.

Максим ПРОСКУРОВ, район Савелки

Андрей МАКШАНЦЕВ, глава управы района Савелки:

– Работники инженерной службы обустроили пандус для въезда маломобильных граждан с проезжей части на тротуар у корпуса 313 и нанесли разметку на бордюр у корпуса 305. Спасибо за справедливое замечание.

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ news@id41.ru

Уважаемые читатели!

Напоминаем: сообщения можно адресовать на сайт электронной газеты ЗелаО www.zelao.ru в раздел «Ваш вопрос к власти».

Обращаясь в редакцию, вы соглашаетесь на обработку ваших персональных данных. Разговор записывается. Ответы читайте на страницах нашей газеты и на сайте

www.zelao.ru.

**Звоните по тел. 8 (499) 735-2271
с 10.00 до 13.00 и с 14.00 до 17.00**



ВОПРОС – ОТВЕТ



– Нужно обязать компанию, которая вывозит мусор, загерметизировать мусоровозы и регулярно их мыть внутри. Из машин течет жидкость с неприятным запахом. Асфальт около мусоросборников грязный, пройти можно только зажав нос. Например, запах есть около помойки с торца корпуса 409 и во дворе корпуса 315.

Ирина СЕЛЕЗНЕВА, корп. 414

Олег ПАНИН, заместитель префекта:

– В результате проверки выявлен технический изъян уплотнителя на одном из автомобилей – причина вытекания жидкости. Дефект устранен. Контроль за своевременным выявлением и устранением подобных недостатков будет усилен. Контейнерные площадки у корпусов 409 и 315 – в удовлетворительном санитарном состоянии. Приносим извинения за доставленные неудобства.



– В подъезде 2 корпуса 126 сильный металлический скрежет при работе пассажирского лифта, слышно в квартирах.

Наталья ПОБОРЦЕВА, корп. 126

Антон ГУЩИН, глава управы района Матушкино:

– Специалисты отремонтировали оборудование. Лифт исправен и безопасен, посторонних шумов нет. Приносим извинения за причиненные неудобства.



– Было бы замечательно, если бы снесли недостроенный аквапарк, а территорию эту облагородили, сделали бы зону со скамейками и пешеходными дорожками – как, например, дендропарк.

Любовь ФИЛИПОВА, район Матушкино

Дмитрий МОРОЗОВ, заместитель префекта:

– В здании по адресному ориентиру Березовая аллея, д. 15 стр. 1 планируется разместить социальный центр для пенсионеров и семейный – для подростков. В январе 2021 года заключен контракт на разработку проектно-сметной документации. Территория вокруг здания будет благоустроена после завершения строительства.

В ЗАПИСНУЮ КНИЖКУ

- **Единый диспетчерский центр – 8 (495) 539-5353**
– принимает заявки по вопросам ЖКХ (отопление, водоснабжение, уборка придомовой территории и пр.).
- **Единая справочная служба – 8 (495) 777-7777** – дает справки и ответы на вопросы по поводу деятельности государственных служб и учреждений.
- **Передать показания счетчиков воды можно по номеру единого сервисного центра 8 (495) 539-2525.**
- **Показания по потреблению электроэнергии принимает контакт-центр Мосэнергосбыта – 8 (499) 550-8899.**
- **Диспетчерские службы работают круглосуточно.**



Задник для ансамбля

Композиция главной площади Зеленограда, окруженной жилой застройкой, требовала дома-«задника», на фоне которого эффектно смотрелся бы модернистский архитектурный ансамбль из общественных зданий: горисполкома, Дворца культуры и высотной гостиницы, соединенной с торговым центром. В то же время дом-ширма мог бы прикрыть торцы прозаических пятиэтажек северного квартала, который тянулся вдоль будущей Центральной площади.

Будущий дом-задник, как бы повернутый спиной к жилым кварталам и отделенный от площади длинной зеленой эспланадой, должен был стать фоном для террасного парка с прудом. С главной площадью его бы соединяли пешеходные мосты, переброшенные над проезжей частью.

Молодые семьи как аргумент

Архитектурный ансамбль Центральной площади был разработан командой архитекторов из мастерской Игоря Покровского в 1960-х годах. В то время все жилые дома в Зеленограде строили по типовым проектам, но ответственное положение дома-задника требовало особого подхода – будущая «Флейта» должна стать исключением. Однако архитектурное начальство не считало, что это достаточное основание, и не соглашалось на индивидуальное проектирование. Сработал другой аргумент: в Зелено-

НЕБОСКРЕБ, ЛЕЖАЩИЙ НА БОКУ

■ Зеленоградский анекдот 1970-х: приехал в Зеленоград президент США Никсон, осмотрел город и пришел в восторг. Брежнев у него спрашивает:

– Что вам больше всего понравилось?

– Небоскреб!

Удивился Брежнев, проводил гостя и звонит в Зеленоград:

– Откуда у вас там небоскреб?

– Да мы «Флейту» на попу поставили.



Фото Дмитрия ЕРОХИНА

граде было много молодых семей, а двухкомнатных квартир для них – мало. Поэтому зодчие предложили сделать почти все его квартиры двушками. За небольшим исключением – восемь квартир предполагалось сделать четырехкомнатными и двухэтажными. Невиданная роскошь во времена советского домостроения! Дом, в котором появятся

сразу 624 двухкомнатные квартиры, разрешили сделать по особому проекту.

Комнатами на юг, кухнями на север

Главным архитектором дома-задника стал Феликс Новиков. Вместе с ним над проектом работали конструктор Юрий Ионов и зодчие Игорь Покровский и Григорий Савич. Они разработали про-



Начало строительства дома «Флейта», 1967 год



на север, причем выходили они не на улицу, а в длинные остекленные коридоры.

Что касается четырехкомнатных квартир, то их назначение с архитектурной точки зрения Феликс Новиков объяснял так: «Спаренные двухэтажные квартиры были сделаны специально для обогащения ритмического строя фасада, а кроющие козырьки покрытия лестниц с той же целью консольно выступали за его плоскость».

В довершение необыкновенно длинный дом решено было «поставить на ноги»: во-первых, чтобы зрительно связать его с площадью, а во-вторых, чтобы не обходить каждый раз этот положенный набор небоскреб.

Романтическое имя

Дом беспрецедентной протяженности (516 метров) стали строить во вто-

рой половине 1960-х. Глядя на развернувшиеся циклопические работы, горожане шушукались, что дом длинной с китайскую стену строят как барьер для защиты жилых домов за ним от химических выбросов заводов, расположенных в Южной промзоне.

Строители между собой называли этот необычный объект «колбасой Феликса». Сам же автор дал дому другое – музыкальное и романтическое имя. Главный архитектор Зеленограда Игорь Покровский рассказывал об этом в своем интервью: «История анекдотическая. Феликс – мужик остроумный. Поскольку дом висит в воздухе, сверху клапаны, а флейта – романтический многозначный предмет, то во всех штампах и чертежах он стал писать «дом-флейта». Это перешло к строителям, а от них – горожанам».

Когда в 1970 году дом-рекордсмен был сдан, он оказался не только самым длинным в Москве, но и единственным, носившим собственное имя.

Дина ДЕМИНА,
фото Игоря УЮТНОВА,
группа «Зеленоград»
в «ВКонтакте»

КОНКУРСЫ

ФОТОПОДАРОК РОДНОМУ ГОРОДУ

Газета «41» объявляет фотоконкурс, посвященный юбилею округа. На конкурс принимаются только фото, сделанные в Зеленограде. К снимку нужно приложить краткую историю – рассказать, где и когда было сделано ваше фото, что или кто в кадре. Работы принимаются в следующих номинациях:

1. Знаковое архитектурное сооружение;
2. Архивное фото (снимок, сделанный более 10 лет назад);
3. Лица Зеленограда (фото жителей округа);
4. Братья меньшие (животные);
5. Времена года (природа нашего округа);
6. Вид из окна.

★ Редакция «41» выберет по одной лучшей работе в каждой номинации. Эти снимки будут опубликованы на страницах нашей газеты и на сайте Окружной электронной газеты Зеленограда, а их авторы получат приз – подарочное издание книги.

Присылайте снимки на электронную почту news@id41.ru. В теме письма напишите «Фотоподарок».

МОЕ ЛЮБИМОЕ МЕСТО В ЗЕЛЕНОГРАДЕ

ГАЗЕТА «41» ОБЪЯВЛЯЕТ ТВОРЧЕСКИЙ КОНКУРС ИСТОРИЙ.

Принимаются короткие рассказы и заметки, посвященные нашему округу. Объем текста не должен превышать 1 тыс. знаков.

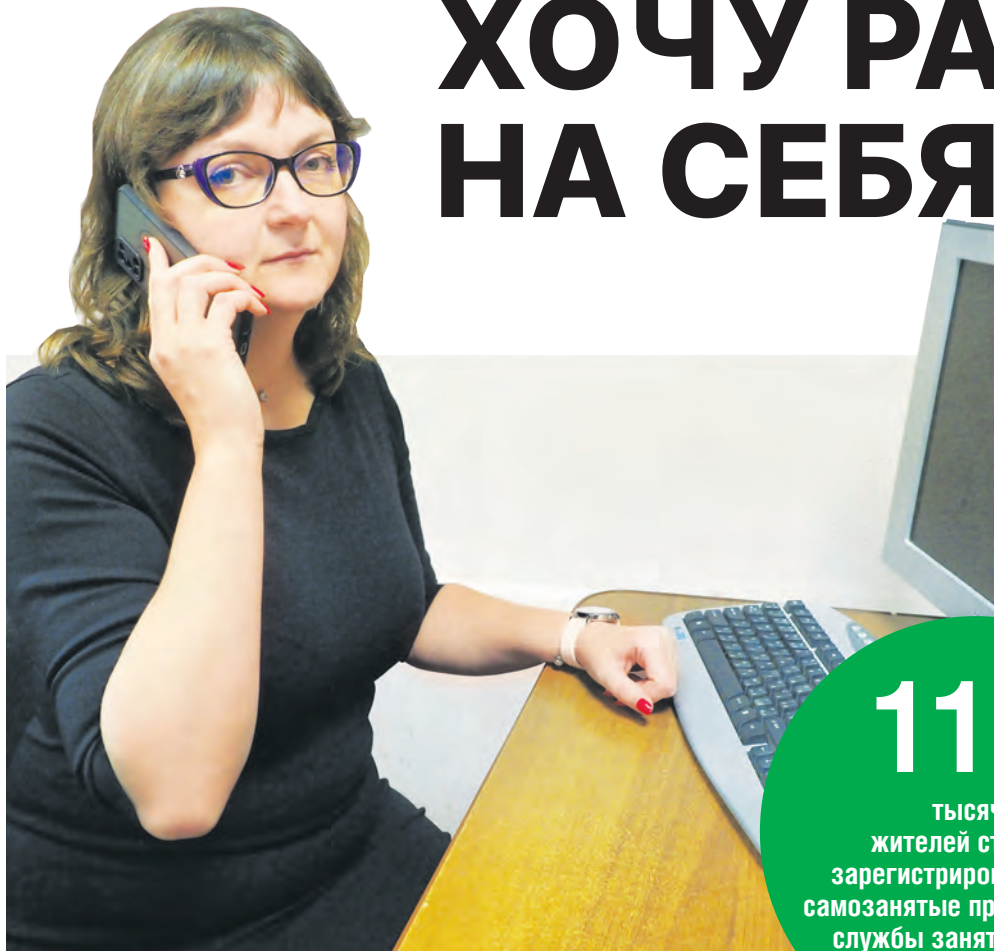
Приложенные фотографии приветствуются!

АВТОРЫ САМЫХ ИНТЕРЕСНЫХ ИСТОРИЙ ПОЛУЧАТ СЕРТИФИКАТ НА ОБЕД В КАФЕ И ДРУГИЕ ПРИЗЫ.

Присылайте истории на электронную почту news@id41.ru. В теме письма напишите «Любимое место в Зеленограде».



ХОЧУ РАБОТАТЬ НА СЕБЯ



Юлия Зимина оказывает бесплатную психологическую помощь в онлайн-формате

■ Зеленоградка Юлия Зимина получила статус самозанятой и начала карьеру психолога.

Год назад женщина окончила Московский институт психоанализа и принялась искать работу по про-

фессии: самостоятельно (на сайтах с вакансиями) и при помощи сотрудников зеленоградской службы занятости. Юлия столкнулась с типичной ситуацией – всем работодателям нужен специалист с опытом.

– В центре занятости мне рассказали о возможности работать на себя. Карьерные консультанты объяснили, что самозанятость – это хороший способ получить первый опыт и заработать

на любимом деле, – рассказала Юлия Зимина.

Прежде чем оформить-ся как самозанятая, Юлия подробно изучила все нюансы этого статуса.

– В центре «Моя работа» я прошла несколько вебинаров, поучаствовала в мастер-классах и получила ответы на все интересующие вопросы. В итоге мне даже не понадобилось прибегать к другим источ-

никам. Всю необходимую информацию (и даже больше) я получила бесплатно от карьерных консультантов, – добавила женщина.

Сейчас параллельно с работой на себя Юлия проходит курсы повышения квалификации и оказывает бесплатную психологическую помощь в рядах волонтеров-медиков проекта #МЫВМЕСТЕ.

Статус самозанятого позволяет работать на себя, уплачивая налог на профессиональный доход (НПД). При этом человеку не нужно задумываться о подготовке и сдаче отчетности – учет доходов формируется автоматически в мобильном приложении «Мой налог».

Один из главных плюсов самозанятости – выгодные налоговые ставки: четыре процента с дохода, полученного от физического лица, и шесть процентов – от индивидуальных предпринимателей или компаний.

Самозанятые освобождены от уплаты страховых взносов: в фонд обязательного медицинского страхования поступает часть уплаченного налога на профессиональный доход, поэтому они могут рассчитывать на бесплатную медицинскую помощь. Пенсионные взносы самозанятые перечисляют добровольно.

Получить статус самозанятого могут люди, занимающиеся собственным делом и не имеющие наемных работников, с годовым доходом не более 2,4 млн руб.

– Волонтерством я занимаюсь в первую очередь потому, что хочу помогать людям, у которых нет возможности оплатить сеанс психолога. Проект также дает мне опыт (который требуют работодатели), но это уже второстепенно, – сообщила женщина.

Как правило, на онлайн-прием к Юлии попадают

подростки с проблемами в семье, юноши и девушки, которые подвергаются буллингу в школе. В последнее время к ней также обращаются люди разного возраста. Они просят помочь им избавиться от страха, стресса и паники.

Дарья СЕМЕНОВА,
фото Дмитрия ЕРОХИНА

11,5
тысячи
жителей столицы
зарегистрировались как
самозанятые при поддержке
службы занятости «Моя
работа» с начала
этого года

ЮЛИЯ ЗИМИНА РАССКАЗАЛА, КАК СПРАВИТЬСЯ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ САМОСТОЯТЕЛЬНО

1 Выдохните

Очень часто за негативными эмоциями стоит страх перед будущим, перед его неопределенностью. Иногда мы рисуем в своей голове картинки неблагоприятного исхода событий, которого, вероятно, никогда не случится. Поэтому при возникновении страха нужно спросить себя: «Есть ли что-то, о чем мне действительно стоит переживать в данную минуту?»

2 Фильтруйте новости

Ежедневно в интернете появляется много непроверенных данных, субъективных мнений, а также чужих переживаний, предположений и фейков. Любую информацию стоит потреблять дозированно, а для ее получения прибегать только к проверенным источникам.

3 Постарайтесь отвлечься или расслабиться

Справиться с тревожностью и стрессом поможет прогулка, поездка в интересное место, общение, поход в кафе или кино, а также различные занятия – спорт, танцы, пение, медитация. Главное – понять, что будет интересно именно вам.



4 Делайте упражнения

Дыхательные техники – эффективное средство борьбы со стрессом. Перечислю некоторые из них: На вдохе считаем (про себя) «1, 2, 3, 4» на выдохе – «1, 2, 3, 4, 5, 6». Суть этого упражнения в том, чтобы выдох получился длиннее вдоха. Делаем по 10 повторов. Дышать нужно через нос. На вдохе считаем «1, 2, 3, 4», затем делаем паузу (задерживаем дыхание) и на выдохе считаем «1, 2, 3, 4». Делаем по 10 повторов. Дышать нужно через нос.

5 Подумайте о себе

Вы не можете проконтролировать то, что от вас не зависит. Однако вы можете повлиять на собственное физическое и душевное здоровье. Старайтесь думать о своем благополучии, а не об окружающей обстановке.

6 Обратитесь к специалисту

Когда человек не может справиться со своими чувствами самостоятельно, ему необходима помощь психолога. Ее можно получить бесплатно в центрах Московской службы психологической помощи населению, по телефону неотложной круглосуточной психологической помощи 051 и в чат-боте проекта #МЫВМЕСТЕ в Телеграме.



ЖИТЕЛИ – ЗА БЕЗОПАСНЫЕ ДОРОГИ

■ Сотрудники полиции назвали эффективной практику взаимодействия с активными жителями, которые сообщают в ГИБДД о нетрезвых гражданах, садящихся за руль автомобиля, о нарушителях ПДД, пытающихся заниматься дрифтом на непредназначенных для этого территориях.

– Информация от жителей через дежурную часть поступает экипажам, – рассказали на пресс-конференции врио начальника Госавтоинспекции подполковник полиции Василий Гришин и врио командира роты дорожно-патрульной службы майор полиции Александр Плохов.

Спикеры отметили, что в округе за 9 месяцев года зарегистрировано 102 дорожно-транспортных происшествия, ранения полу-

чили 118 человек, погибли трое, что несколько выше показателей за тот же период прошлого года. При этом больше всего столкновений транспортных средств. Возросло число наездов на препятствия, велосипедистов, падений пассажиров в общественном транспорте.

Представители ведомства назвали четыре очага аварийности в округе: пересечение улиц Логвиненко, Андреевки и Михайловки (пять столкновений); Панфиловский проспект у корп. 1550; Каштановая аллея у корп. 707-709 (три наезда на пешеходов и два столкновения автомобилей); перекресток Панфиловского проспекта и Филаретовской улицы (три столкновения). Все эти очаги находятся под постоянным контролем патрульно-постовых служб. Также в зоне особого внимания – 12 потенциальных очагов аварийности.



Перекресток Панфиловского проспекта и Филаретовской улицы

Предложения по улучшению ситуации ГИБДД направляет в префектуру и центр организации дорожного движения.

– **Назовите, пожалуйста, самое знаковое происшествие этого года.**

– Пожалуй, ДТП, случившееся на пересечении Георгиевского проспекта, Кутузовского шоссе и улицы Радио: машина наехала на препятствие, погибла девушка и пострадали три пассажира.

– **Какова ситуация с аварийностью по вине пешеходов?**

– Отмечается снижение уровня пешеходной аварийности, в том числе и детской. Этот вид ДТП стабильно отличается тяжелыми последствиями. В результате наез-

подобных происшествий попадают в первую очередь люди пожилого возраста (четверо ранены – старше 80 лет, один погиб). А вот количество ДТП, произошедших при нарушении правил дорожного движения пешеходами, возросло, в том числе в результате перехода ими проезжей части в неустановленном месте или вне пешеходного перехода. Наш город хорошо оборудован надземными и подземными переходами, устанавливаются светофоры. Все это делается для безопасности пешеходов, которым стоит помнить, что лучше потратить несколько лишних минут, чтобы дойти до перехода, чем экономить на своей безопасности!



Пересечение улиц Логвиненко, Андреевки и Михайловки

дов на пешеходов в нынешнем году ранено 18 человек и один погиб. В зону риска

Лариса РОМАНОВА,
фото Дмитрия ЕРОХИНА

ЛЮДМИЛА И ДЖЕТТА – ЛУЧШИЕ!



■ Старший инспектор Центра кинологической службы УВД по Зеленоградскому АО капитан полиции Людмила Булатова со служебной немецкой овчаркой по кличке Лав энд Спирит Джетта заняла первое место в абсолютном зачете.

Инспектор с четвероногим напарником приняла участие в открытом первенстве кинологических расчетов по поиску взрывчатых веществ «Мемориал генерал-майора Г.П. Медведева» в Московской области.

Соревновались команды министерств и ведомств органов безопасности и правопорядка Российской Федерации.

По итогам состязаний Людмила и Джетта в личном зачете заняли первое место в дисциплине «Поиск в ряду автомашин», второе – в упражнении «поиск на отдельно стоящей машине» и призовые места в других дисципллинах. Также зеленоградский кинолог со своей служебной собакой завоевали общее первое место в соревновании по поиску и обнаружению взрывчатых веществ.



ИСТОРИЯ ПРОСТЫХ ВЕЩЕЙ

■ Пока Музей Зеленограда находится в процессе переезда в дом «Флейта», сотрудники учреждения подготовили новую онлайн-выставку «С голубой каемочкой». Экспозиция посвящена предметам бытового обихода каждого из нас – блюдам и тарелкам. Для выставки отобраны 35 предметов, которые ярко демонстрируют разнообразие декора и функционала посуды.

С чего все начиналось

История этих предметов берет начало в далеком прошлом. Самые первые тарелки появились в эпоху неолита. Их лепили из гли-

с помощью специальных трафаретных штампов, дал название культуре, под которым она вошла в археологические энциклопедии и словари.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Казалось бы, при чем тут тарелка? А вы знали, что выражение «не в своей тарелке» вошло в русский язык в XIX веке как ошибочный перевод французской фразы «ne pas dans son assiette» – «не в своем положении». Слово *assiette* в значении «состояние, положение» спутали с другим значением – «тарелка».

ны, обжигали и украшали орнаментами. В фондах Музея Зеленограда хранятся фрагменты керамической посуды, относящейся к льяловской археологической культуре ямочно-гребенчатой керамики. Именно орнамент на сосудах в виде ямочек и гребешков, нанесенных

Как было у нас

В Древней Руси долгое время ели из общих больших блюд и использовали глиняные и деревянные плоские тарелки. При царском дворе еду подавали на дорогой серебряной и даже золотой посуде, которая часто преподносилась

в дар, а также служила наградой.

Индивидуальная посуда в России появилась только в XVII веке, и то лишь в богатых домах.

На выставке «С голубой каемочкой» представлены предметы, датируемые гораздо более поздним периодом – второй половиной XIX – началом XXI века. Они изготовлены из разных материалов: фарфора, фаянса, пластмассы, бересты. В основном это посуда отечественного производства, но есть и несколько изделий из Китая и Германии, которые известны высочайшим качеством фарфора.

Ностальгия

На выставке представлены столовые агитационные тарелки первых лет советской власти. На одной из них красуется надпись «Трактор – залог коллективизации», на другой – символика Рабоче-крестьянской Красной армии.



Тарелка сувенирная с изображением герба Зеленограда и гербов муниципалитетов округа, 2003 год

Блюдо-хлебница с рельефным орнаментом-имитацией ковра, 1930-е годы

Кстати, в советское время тарелки использовались не только как столовая посуда, но и как предмет оформления интерьера. В 1960-е годы на плоскость пластмассовых тарелок было модно наносить фотографии (особенно детские) и вешать их на стену как картину.

Уже позднее широкое распространение получили

тарелки, на которые стали наносить рисунки с видами городов, памятных

мест и событий. В подборке музея есть сувенирные тарелки, связанные с Зеленоградом. Ознакомиться с выставкой можно на сайте Музея Зеленограда.

Барвара СЕЛЕЗНЕВА,
фото Музея Зеленограда

ГОРОД НА КАРТИНАХ

ЗЕЛЕНОГРАД АНАТОЛИЯ ТАТАРИНЦЕВА

■ В 1992 году, 30 лет назад, в Зеленоградском историко-краеведческом музее начала реализовываться идея создания коллекции картин местных художников. Полотна закупались или принимались в дар после выставок. Так в фондах музея в 2004 году оказалась картина «Зеленоград» Анатолия Алексеевича Татаринцева (1939–2022).

Уроженец Москвы, в Зеленограде Анатолий Татаринцев оказался в 1965 году и навсегда связал с ним жизнь. Долгие годы Анатолий Алексеевич работал в научном центре дизайнером по интерьерам и выставочным композициям. По его проек-

там оформлены интерьеры НИИМП и завода «КомпONENT», несколько международных выставок отечественной микроэлектроники, ряд приборов. Так, за разработку комплекса «Автоматический экзаменатор» для МИЭТ он был награжден бронзовой



медалью ВДНХ. Несколько лет Анатолий Татаринцев посвятил реставрации, через его руки прошли гостиница «Националь», Гостиный двор, Исторический музей. Создавал он и декоративное убранство новых домов.

Татаринцев активно участвовал в творческой жиз-

ни нашего города. Начиная с 1967 года, когда состоялась первая выставка зеленоградских художников, он не пропустил ни одного коллективного показа, время от времени устраивая и персональные выставки. В его творческом багаже – живопись в разных жанрах, мелкая пластика, композиции из дерева. Анатолий Алексеевич серьезно увлекался литературой, в 2002 году принят в Союз писателей России.

Художник любил рисовать с натуры, но говорил, что задача автора не только достоверно изобразить окружающее, но отразить свой внутренний мир: душу, ощущения, размышления. Вот и картина «Зеленоград». С одной стороны, она реа-

ФОТОФАКТ

В выставочном пространстве префектуры Зеленограда открылась выставка работ художницы Ольги Демиденко «Импрессия». Зрители могут увидеть красивые городские пейзажи, а также портреты и цветы в современном видении автора. Выставка продлится до 4 ноября. Вход в префектуру по паспорту.



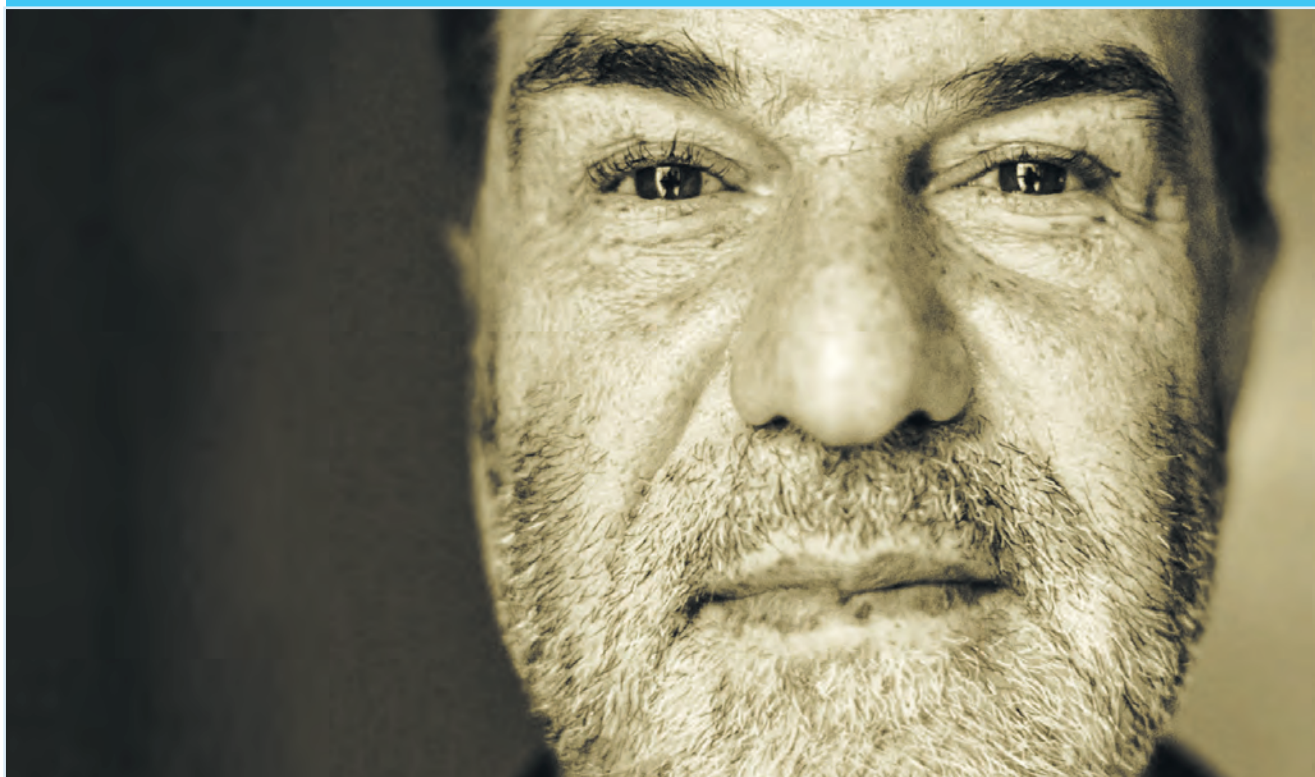
листична: здесь читаются контуры Никольской церкви, монумента защитникам Москвы «Штыки», высотных корпусов, напоминающих кристаллы. Но эти узнаваемые сюжеты включены в символический и немного загадочный хороскоп планет, радуги, водной или небесной стихии. В этой работе виден

свой, очень личный опыт интерпретации города и большая любовь к нему. Несмотря на прохладные тона картины, радуга согревает ее и вселяет в зрителя оптимизм.

Мария ФЕДОСЕЕВА,
старший научный сотрудник Музея Зеленограда, фото из фондов музея

КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР «ЗЕЛЕНОГРАД»

Центральная пл., д. 1, тел. 8 (499) 734-3171, www.zelcc.ru



МОНОЛОГ-КОНЦЕРТ ЕВГЕНИЯ ГРИШКОВЦА

В ОСНОВУ МОНОЛОГА-КОНЦЕРТА ЛЕГЛИ ДВА СОВСЕМ НОВЫХ ЛИТЕРАТУРНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЯ – «УЗЕЛКИ» И «ВОДКА КАК НЕЧТО БОЛЬШЕЕ». ИХ ДОПОЛНЯТ И ДРУГИЕ ТЕКСТЫ, НО ВСЕ РАССКАЗЫ ОБЪЕДИНЯЕТ ОДНО – ОНИ БУДУТ ИСПОЛНЕННЫ СО СЦЕНЫ ВПЕРВЫЕ. КАКИЕ-ТО ИЗ НИХ ВОШЛИ В КНИГИ, КАКИЕ-ТО ЕВГЕНИЙ ИСПОЛНЯЛ ПОД МУЗЫКУ, А КАКИЕ-ТО НЕ ВИДЕЛ И НЕ СЛЫШАЛ НИКТО И НИКОГДА. ПОЭТОМУ У КАЖДОГО ИЗ ВАС ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ СТАТЬ СВИДЕТЕЛЯМИ УДИВИТЕЛЬНОГО КОНЦЕРТА, ГДЕ КАЖДЫЙ МИГ И КАЖДОЕ СЛОВО БУДУТ УНИКАЛЬНЫ В СВОЕМ ЗВУЧАНИИ. 18+

26 октября
19.00

21 октября, 18.00. Проект «Ритмы города»: концерт-встреча с группой «Глафира Band». Программа «Взрослые детские песни». Вход свободный. 6+

22 октября, 16.00. Мастер-класс «Сценическая речь». Ведущий – актер те-

атра и кино Артем Терехов. Вход свободный. 6+

23 октября, 12.00. Театрально-цирковое представление «Приключения Фунтика». 3+

23 октября, 13.00. Мастер-класс по танго. Веду-

щая – Вероника Рудая, КМС по спортивным бальным танцам. Вход свободный. 18+

23 октября, 15.00. Концерт «Семейный альбом» театра танца «Сапфир». Вход свободный. 3+

23, 30 октября, 18.00. Танцевальный вечер «В кругу друзей». Участие бесплатное. 18+

25 октября, 19.00. Клуб общения на испанском языке. Участие бесплатное. Запись на сайте zelcc.ru. 16+

25 октября, 19.00. Встреча с психологом на тему «Эмоциональная грамотность». Вход свободный. Запись по тел. +7 (499) 762-42. 12+

25 октября, 19.00. Спектакль по пьесе Григория Горина «Чума на оба ваши дома!» в постановке театральной студии «Контакт». Вход свободный. 16+

27 октября, 19.00. Концерт рок-группы «КняZz». 16+

27 октября, 19.30. Мастер-класс по икебанае. Запись по тел. +7 (977) 945-4252. 12+

29 октября, 11.00. Познавательная интерактивная программа «Как животные готовятся к зиме?». Вход свободный. Запись по тел. +7 (916) 292-1269. 4+

29 октября, 12.00. Музыкальный спектакль «Золушка» по мотивам сказки Шарля Перро. 6+

29 октября, 15.00. Киногостиная «Комик с трагедией в душе...» к 100-летию со дня рождения А. Папанова. Вход свободный. 18+

30 октября, 12.00. Символическая «Руслан и Людмила» Московского государственного симфонического оркестра. 6+

30 октября, 17.00. Концерт-посвящение Ольге Лепешинской ДХШ «Фуэте». 3+

4 ноября, 12.00. Мюзикл «Лукоморье». 3+

5 ноября, 13.00. Концерт детского хора «Великан». 3+

5 ноября, 18.00. Спектакль «Стерпится – слюбится». В ролях: Ирина Лачина, Анатолий Журавлев, Андрей Кайков, Наталья Бочкарева. 16+

6 ноября, 19.00. Концерт Владимира Спивакова и оркестра «Виртуозы Москвы». 6+

18 ноября, 18.00. Представление Дмитрия Куклачева «КотоБум». 3+

19 ноября, 12.00. Цирковое представление «Чудесное приключение». 3+

19 ноября, 18.00. Спектакль «Загадочные вариации» по пьесе Эрика-Эмманюэля Шмитта. В ролях: Гоша Куценко, Григорий Сиятвинда, Ольга Ломоносова. 16+

20 ноября, 12.00. Спектакль «Стойкий оловянный солдатик» Нового Московского драматического театра. 6+

26 ноября, 12.00. Мюзикл «Волшебник Изумрудного города» театра им. Н.И. Сац. 6+

27 ноября, 17.00. Балет П.И. Чайковского «Лебединое озеро». 6+

2 декабря, 19.00. Спектакль «Не в свои сани не садись» по пьесе А.Н. Островского. В главных ролях: Ирина Муравьева и Сергей Никоненко. 12+

4 декабря, 12.00. 3D-мюзикл «Алиса в стране чудес». 3+

4 декабря, 18.00. Концерт ансамбля «Березка». 6+

10 декабря, 12.00. Музыкальный спектакль «Тили-бом! Тили-бом!». 3+



Ул. Юности, д. 6, тел. 8 (499) 736-6905, vedogon.ru

28 октября, 18.00. Спектакль «Васса». Васса Петровна Железнова. Неистовая в своих желаниях, страстная, властная, недолюбленная, с неудавшимися детьми. Но в ней – жажда жизни, желание сохранить семейное дело, ради которого она готова на все. Спектакль – лауреат Российской национальной театральной премии «Золотая маска».

Сцены, 3 часа 10 минут с двумя антрактами. Билеты на сайте театра. 16+



3 ноября, 19.00. Спектакль «Хозяйка гостиницы». Обворожительная и независимая Мирандолина, хозяйка гостиницы, ловко ведет дела как гостиничные, так и любовные. Но что случится, если на ее пути появится такой же свободолюбивый постоялец, прославивший великим женоненавистником? Вот когда начнется тонкая любовная игра.

Комедия, 2 часа 30 минут с антрактом. Билеты на сайте театра. 12+



5 ноября, 15.00. Спектакль «СемьяНЬЮки – портрет «чокнутой» семейки, живущей под одной крышей на свалке нелепых вещей и старой мебели. На сцене клоуны не произносят ни слова, но вас ждет каскад ярких эмоций, спецэффектов и катастроф. Артисты питерского театра «Семьянюки» – первые выпускники школы театра и пантомимы, созданной клоун-мим театром «Лицедеи».

Представление для всей семьи, 1 час 30 минут. Билеты на сайте театра. 6+



6 ноября, 19.00. Спектакль AMOREnaMORE. Это сборник новелл о жизни провинциального прибрежного курорта на острове, куда давно не заходят корабли. Постояльцы коротают здесь остаток дней. Но однажды к острову причаливает корабль, и с прибытием новых гостей картина в одночасье меняется. Вскоре весь отель будет вовлечен в череду удивительных событий и метаморфоз...

Представление для всей семьи, 1 час 40 минут. Билеты на сайте театра. 12+



22 октября

СУББОТА



6.00 Телеканал Доброе утро. Суббота. 0+
9.00 Умницы и умники. 12+
9.45 Слово пастыря. 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 ПроУют. 0+
11.10 Поехали! 12+
12.15 Видели видео? 0+
14.40 Т/с «А у нас во дворе...» 12+
16.55 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России – 2022. Короткая программа. Этап I. Прямой эфир
18.00 Вечерние новости
18.20 Снова вместе. Ледниковый период. 12+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером. 16+
23.00 Лига Бокса. Суперсерия. Россия – Куба. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
0.45 Д/с «Великие династии». 12+

1 РОССИЯ

5.00 Утро России. Суббота
8.00 Вести. Местное время
8.20 Местное время. Суббота
8.35 По секрету всему свету
9.00 Формула еды. 12+
9.25 Пятеро на одного
10.10 Сто к одному
11.00, 17.00, 20.00 Вести
11.30 Доктор Мясников. 12+
12.35 Т/с «Входя в дом, оглянься». 12+
18.00 Привет, Андрей! 12+
21.00 Х/ф «Весна перемен». 12+
0.35 Х/ф «Русалка». 12+



6.00 Х/ф «Колдовское озеро». 16+
7.35 Православная энциклопедия. 6+
8.00 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или На Брайтон-Бич опять идут дожди». 16+
9.45 Х/ф «Дуэль королей». 12+
11.30, 14.30, 23.15 События. 6+
11.45 Х/ф «Молодая жена». 12+
13.35 Х/ф «Материнское сердце». 12+
17.30 Х/ф «Звоните в полицию!» 12+
21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым. 16+
22.00 Право знать! 16+
23.25 Д/ф «Дряхлая власть». 16+
0.10 Д/ф «90-е. Менты». 16+
0.50 Специальный репортаж. 16+
1.15 Хватит слухов! 16+



6.30 Х/ф «Семейная тайна». 16+
10.05 Х/ф «Ищу тебя». 16+
11.50 Т/с «Любовь не картошка». 16+
19.00 Т/с «Ветреный». 16+
21.35 Х/ф «Хроники измены». 16+
23.35 Х/ф «В отражении тебя». 16+



5.00 Невероятно интересные истории. 16+
7.00 С бодрым утром! 16+
8.00 О вкусной и здоровой пище. 16+

8.30, 12.30, 16.30 Новости. 16+
9.00 Минтранс. 16+
10.00 Самая полезная программа. 16+
11.00 Военная тайна с Игорем Прокопенко. 16+
14.20 СОВБЕЗ. 16+
15.25 Документальный спецпроект. 16+
17.00 Засекреченные списки. 16+
18.00 Х/ф «Люди Икс: Начало. Росомаха». 16+
20.00 Х/ф «Росомаха: Бессмертный». 16+
22.25 Х/ф «Люди Икс: Темный Феникс». 16+
0.30 Х/ф «Лига выдающихся джентльменов». 12+

СТС

6.00 Ералаш. 0+
6.05 М/с «Фиксики». 0+
6.25 М/ф «Аргонавты». 0+
6.45 М/с «Три кота». 0+
7.30 М/с «Отель у овечек». 6+
8.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты». 6+
8.25, 13.45 Уральские пельмени. 16+
9.00 ПроСТО кухня. 12+
10.00 100 мест, где поесть. 16+
11.05 Маска. Танцы. 16+
15.10 Х/ф «Собачья жизнь». 6+
17.05 Х/ф «Собачья жизнь – 2». 12+
19.10 М/ф «Босс-молокосос». 6+
21.00 Х/ф «Kingsman: Золотое кольцо». 16+
23.45 Х/ф «Kingsman: Секретная служба». 18+



ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА «ПРОЗРЕНИЕ»

- Любой вид диагностики на новейшем оборудовании
 - Хирургия катаракты, глаукомы, слезных органов, новообразований век
 - Детский офтальмолог
- ЛЕЧЕНИЕ КАТАРАКТЫ ЗА 1 ДЕНЬ**



Зеленоград, корп. 847, тел. 8(495) 19-777-66 www.zprozrenie.ru
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

079911

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

СЕМЕЙНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ КЛИНИКА

ДЕТСТВО Плюс

КТ и МРТ

- БЕЗБОЛЕЗНЕННЫЕ И НАИБОЛЕЕ ИНФОРМАТИВНЫЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ
- ВЫСОКОТОЧНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ЭКСПЕРТНОГО КЛАССА
- МАКСИМАЛЬНАЯ ТОЧНОСТЬ ДИАГНОСТИКИ

8-800-234-5834

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «41»

БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА ЗЕЛЕНОГРАДА

Свои рецепты и фото вы можете прислать на почту reklama@id41.ru.



Наталья КУЗЬМИНА,
14-й мкрн, администратор

САЛАТ ИЗ МАСЛИН



Ингредиенты:

- Маслины мясистые – 20-30 шт.
- Масло подсолнечное – 150 г
- Сок 1 лимона
- Уксус винный – 2 ч. л.
- Лук зеленый – 1 пучок

Приготовление:

Удалить косточки у маслин, пропустить мякоть через мясорубку. В массу, помешивая, добавить подсолнечное масло, сок лимона, винный уксус. Салат посыпать измельченным зеленым луком.

23 октября

ВОСКРЕСЕНЬЕ



5.30 Х/ф «Вопреки всему». 16+
6.00 Новости
7.00 Играй, гармонь любимая! 12+
7.45 Часовой. 12+
8.15 Здоровье. 16+
9.20 Мечталлион. Национальная лотерея. 12+
9.40 Непутевые заметки с Дмитрием Крыловым. 12+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Жизнь других. 12+
11.10 Повара на колесах. 12+
12.15 Видели видео? 0+
14.35 Т/с «Убойная сила». 16+
16.35 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России – 2022. Произвольная программа. Этап I. Прямой эфир
17.55 Д/с «Романовы». 12+
18.55 Поем на кухне всей страной. 12+
21.00 Время
22.35 Что? Где? Когда? Осенняя серия игр. 16+

1 РОССИЯ

5.35 Х/ф «Весомое чувство». 12+
7.15 Устами младенца
8.00 Местное время. Воскресенье
8.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
9.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00, 17.00 Вести
11.30 Большие перемены

12.35 Т/с «Входя в дом, оглянься». 12+
18.00 Песни от всей души. 12+
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. 12+



6.30 Х/ф «Звоните в полицию!» 12+
9.40 Здоровый смысл. 16+
10.05 Д/ф «Гипноз и криминал». 12+
10.55 Страна чудес. 6+
11.30, 0.25 События. 6+
11.45 Х/ф «Кубанские казаки». 12+
13.55 Москва резиновая. 16+
14.30 Московская неделя. 12+
15.00 Смех не грех. Юмористический концерт. 12+
16.10 Х/ф «Сказка о женской дружбе». 16+
17.55 Х/ф «Возраст счастья». 12+
21.20 Х/ф «Чувство правды». 12+



6.30 6 кадров. 16+
6.40 Д/с «Предсказания 2.2». 16+
8.35 Х/ф «Хроники измены». 16+
10.30 Х/ф «То, что нельзя купить». 16+
14.30 Х/ф «Идеалистка». 16+
18.45 Пять ужинов. 16+
19.00 Т/с «Ветреный». 16+
21.35 Х/ф «Ищу тебя». 16+



5.00 Тайны Чапман. 16+
7.00 С бодрым утром! 16+
8.30, 12.30 Новости. 16+
9.00 Самая народная программа. 16+
9.25 Знаете ли вы, что? 16+
10.25 Наука и техника. 16+
11.30 Неизвестная история. 16+
13.00 Х/ф «Бегущий человек». 16+
14.40 Х/ф «Джона Хекс». 16+
16.05 Х/ф «Люди Икс: Начало. Росомаха». 16+
18.00 Х/ф «Росомаха: Бессмертный». 16+
20.20 Х/ф «Логан». 16+
23.00 Итоговая программа с Петром Марченком. 16+
23.55 Самые шокирующие гипотезы. 16+

СТС

6.00 Ералаш. 0+
6.05 М/с «Фиксики». 0+
6.25 М/ф «Мультфильмы». 0+
6.45 М/с «Три кота». 0+
7.30 М/с «Царевны». 0+
7.55, 10.00 Шоу Уральских пельменей. 16+
9.00 Рогов+. 16+
10.40 М/ф «Босс-молокосос». 6+
12.30 Х/ф «Человек-муравей». 16+
14.45 Х/ф «Человек-муравей и Оса». 12+
17.00 Маска. Танцы. 16+
18.55 Х/ф «Стражи Галактики». 12+
21.15 Х/ф «Стражи Галактики. Часть 2». 16+



СОВРЕМЕННО И ЭФФЕКТИВНО: ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

■ В многопрофильном медицинском центре «Никормед» открылось отделение эндокринологии с мощным составом высококвалифицированных специалистов.

Эндокринологи занимаются диагностикой и лечением болезней, связанных с железами внутренней секреции. Это щитовидная и паращитовидные железы, надпочечники, поджелудочная железа, тестикулы у мужчин и яичники у женщин, а также гипоталамус и гипофиз. Нарушения в работе эндокринной системы могут привести к серьезным сбоям всего организма.

В центре «Никормед» прием ведет команда опытных врачей-эндокринологов:

- Мария Чернышева, врач-эндокринолог, член Европейской ассоциации по изучению диабета EASD, автор научных статей. Ведет больных с патологиями щитовидной железы, сахарным диабетом, заболеваниями надпочечников, а также лечит пациентов с ожирением и избыточной массой тела;

- Сергей Нефедов, оперирующий хирург-эндокринолог. Проводит тонкоигльную пункцию щитовидной железы. Окончил Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова (лечебное дело). Там же прошел повышение квалификации (хирургия);

- Елена Кирасирова, эндокринолог-диетолог, врач 1-й категории, член Национальной ассоциации диетологов. Занимается диагностикой, профилактикой и лечением сахарного диабета I и II типа, заболеваний

щитовидной железы, гипопаратиреоидизма и др.

Обратившись в «Никормед», вы можете рассчитывать на квалифицированную помощь специалистов и пройти все необходимые диагностические обследования, в том числе сдать лабораторные анализы и сделать пункцию щитовидной железы.

При наличии показаний врачи-эндокринологи клиники «Никормед» направляют пациента на пункцию щитовидной железы. Данное исследование проводит хирург-эндокринолог клиники «Никормед», что избавляет пациента от необходимости лечиться и проходить диагностику в разных учреждениях.

Когда нужно обращаться к эндокринологу?

Рассказывает врач-эндокринолог клиники «Никормед» Елена Кирасирова:

– Если вы отмечаете некий дискомфорт или изменение контуров шеи (выпячивание, увеличение передней поверхности шеи), а также трудности при глотании и дыхании, необходимо записаться на прием к врачу-эндокринологу. Данные симптомы могут сигнализировать о наличии проблем со щитовидной железой, в частности о возникновении узлового образования.

Крупные узлы врач может обнаружить при пальпации,

менее очевидные – только при проведении УЗИ. Ультразвуковое исследование дает возможность установить подозрительные признаки узла щитовидной железы и лимфатических узлов и запланировать дальнейшую диагностику. Например, тонкоигольную аспирационную биопсию и ряд лабораторных исследований.

Если врач направляет вас на пункцию – значит именно эта диагностическая процедура внесет максимальную ясность в приро-

ду образования в щитовидной железе. Исследование проводится под контролем УЗИ. В процессе пункции узла с помощью тонкой иглы берутся клетки железы, после чего они изучаются под микроскопом. Процедура позволяет быстро и точно выявить или исключить наличие доброкачественных и злокачественных новообразований, что может значительно облегчить лечение пациента.

Надо ли удалять узел щитовидной железы?

Отвечает врач-эндокринолог клиники «Никормед» Елена Кирасирова:

– Узлы удаляются только при наличии следующих показаний:



- узловые образования злокачественные и с высокой вероятностью злокачественные. Это устанавливается по результатам биопсии и/или уровню онкомаркеров;

- когда узлы меняют уровень гормонов и являются причиной тиреотокси-

коза. Это состояние называется «функциональной автономией», но даже в этом случае есть альтернатива – радиойодтерапия;

- большие размеры образования. В этом случае узел сдавливает окружающие органы и ткани и препятствует их нормальному функционированию;

- косметический дефект. Операция делается по желанию пациента.

В остальных случаях узлы щитовидной железы ничего, кроме наблюдения, не требуют. Удалять узлы «на всякий случай» не нужно.

Алиса ФРОЛОВА,
фото Дмитрия ЕРОХИНА

На базе «Никормед» созданы школа диабета и школа «ГОРМОНИЯ».

В школе диабета на групповых занятиях пациентам подробно разъясняются правила приема назначенных им препаратов. Специалист рассказывает и показывает, как правильно вводить инсулин, принимать препараты, обучает основам правильного питания и дает рекомендации по уходу за собой.

В школе «ГОРМОНИЯ» пациентов с избыточным весом и ожирением учат принципам рационального питания, снижения веса и удержания достигнутых результатов. Слушателям рассказывают о современных подходах к лечению ожирения и определяют для них индивидуальные программы питания и физических упражнений. Специалисты помогают проанализировать достигнутые результаты, разобрать ошибки и скорректировать лечение.