

Для детей
мобилизованных
москвичей устроят
новогодний праздник **7**

Как получить
электронные
водительские
права **5**

Нонна Гришаева:
В мужчине
главное —
чувство юмора **18**



№43 (611) • ДЕКАБРЬ 2022

ОКРУЖНАЯ ГАЗЕТА • МОСКВА

Север Столицы

ВСЕ НОВОСТИ
ОКРУГА
ЕЖЕДНЕВНО
В ТЕЛЕГРАМЕ
T.ME/SEVER_
STOLICY_
NEWS_SAO



SEVERSTOLICI.RU

VK.COM/SEVER_STOLICY

INFO@SAONEWS.RU

(499) 647-6831



Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

Стены и оборудование — всё новое

В поликлинике на Ангарской
завершили капремонт

2



Оригинальные
рецепты
из хурмы
от шеф-повара
из Тимирязевского **14**



Великий **16**
спортсмен
Всеволод
Бобров
жил на
Ленинградке

Все новости
округа
ежедневно
на сайте
severstolici.ru

Сергей Собянин встретился с мобилизованными москвичами на линии обороны

Мэр Москвы посетил Луганскую область и прибыл на линию обороны, которую защищают мобилизованные военнослужащие из столицы России. Об этом он сообщил в своём Телеграм-канале.

«Помогаем нашим ребятам обустроить рубежи: противотанковые рвы, траншеи, доты и блиндажи. Устанавливаем генераторы, печки, проводим освещение. Строим медицинские пункты», — написал столичный градоначальник.

По словам мэра, сейчас обустройством быта военнослужащих заняты тысячи работников городских коммунальных предприятий.

Сергей Собянин отметил, что он лично встретился с солдатами и строителями и убедился, что настроение у мужчин боевое.

Он также посетил госпиталь в Луганске, где сейчас работает бригада столичных медиков.

«Они трудятся добровольно и самоотверженно. За всё вре-

мя сделали более 4 тысяч операций. Это и раненые бойцы, и пострадавшие дети», — сообщил мэр Москвы.

Сергей Собянин также встретился с учениками луганского 1-го учебно-воспитательного комплекса им. Лётчика-космонавта Берегового. Ранее московские специалисты восстановили здание комплекса: разобрали вокруг него развалины, оставшиеся после бомбёжек, а территорию благоустроили. Теперь после многолетнего перерыва здесь возобновились занятия.

После визита на линию обороны в эфире телеканала «Россия 24» Сергей Собянин рассказал, что Москва уже закупила около 800 единиц медоборудования для ДНР и ЛНР. Они должны поступить в Донецк и Луганск к новому году. Мэр также заявил, что такая помощь будет поступать и в дальнейшем по заявкам региональных медслужб.

Андрей
ТОМЦЕВ



Беседа с солдатами. Настроение у защитников боевое

Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

В поликлинике на Ангарской завершили капремонт

В здании теперь есть четыре новых аппарата УЗИ экспертного класса

Здание филиала №1 консультативно-диагностического центра (КДЦ) №6 в Западном Дегунине практически полностью перестроили, оснастили новейшим медицинским оборудованием, благоустроили прилегающую территорию.

В филиале появился кабинет физиотерапии

Первых пациентов обновлённая поликлиника примет уже 5 декабря, отметил мэр Москвы Сергей Собянин, осмотревший медучреждение.

— Сегодня, когда такая большая волна ОРВИ, гриппа и отчасти ковида, поликлиники опять работают с полной нагрузкой. Развитие амбулаторного



Поликлинику оснастили новейшим медицинским оборудованием

Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы

звена в Москве всегда является нашим приоритетом, — подчеркнул он.

По словам мэра, столичные поликлиники после

реконструкции, по сути, становятся новыми.

— Вот как, например, здесь, в Западном Дегунине: новые стены, новые

окна, новая планировка, новая мебель, новое оборудование, новая логистика. И я надеюсь, качество, отношение к пациентам тоже

будет новое, гораздо лучше, в связи с тем, что новые возможности у врачей появляются и для комфортной работы, и для диагностики, и для лечения, — сказал Сергей Собянин.

Комплексная реконструкция поликлиники, построенной в 1966 году, шла ровно год и завершилась в ноябре 2022-го. На время работ пациентов перевели в филиал №5 КДЦ №6 на улице Маршала Федоренко.

Здание поликлиники практически полностью перестроили: сделали новый фасад, заменили инженерные коммуникации, внутренние перегородки и стяжки пола, лифты, системы вентиляции и кондиционирования, дверные и оконные блоки, выполнили отделку помещений.

Реконструкция здания позволила выделить помещения для новых кабинетов физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры.

Поликлинику оснастили новейшим медицинским оборудованием. Здесь появились четыре аппарата УЗИ экспертного класса, цифровой маммограф, рентгеновские аппараты. Кроме того, обновлено оборудование для оториноларинголога, офтальмолога, других специалистов. В рабочих кабинетах врачей установлены компьютеры, подключённые к ЕМИАС.

В соответствии с новым московским стандартом поликлиник кабинеты врачей расположили так, чтобы не возникали очереди; для пациентов обустроены зоны комфортного ожидания с кондиционерами, кулерами, телевизорами, мягкими диванами. Новая навигация позволит без труда находить нужный кабинет. Для медперсонала оборудовали комнаты отдыха, где можно перекусить и пообщаться. Кабинеты оснастили эргономичной мебелью.

Игорь МИНАЕВ

Маёвцы придумали, как продлить работу гаджетов зимой

Команда аспирантов и студентов МАИ разработала систему умного обогрева электроники. Изобретение сможет заметно продлить время работы любых гаджетов на батареях в условиях низких и экстремально низких температур.

— Полгода назад на кафедре цифровых технологий и информационных систем собралась команда студентов и аспирантов, которые хотели заниматься научной работой. Думали, в какой области вести разработки. Я предложила создать что-нибудь, облегчающее жизнь в условиях экстремально низких температур, — рассказывает студентка института №3 «Системы управления, информатика и электроэнергетика» МАИ Екатерина Севастьянова.

В Москву она приехала из Ханты-Мансийска, где зимой бывают морозы под 40 градусов, и о проблеме знает не понаслышке: в мороз батарея смартфона может сесть уже через 15 минут.

Сначала разработчики создали прототип: в теплоизоляционный

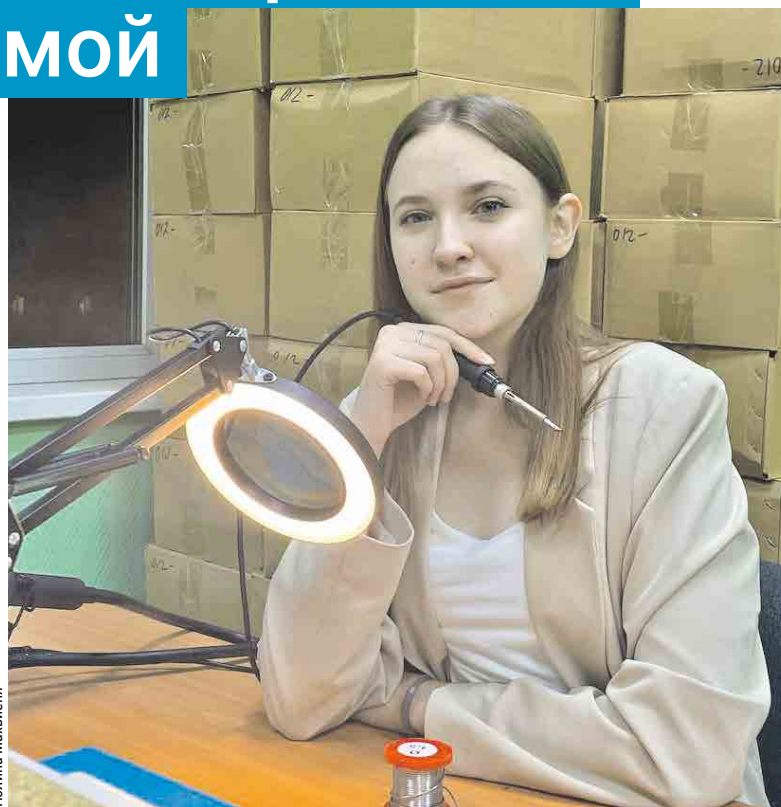
бокс положили аккумулятор телефона, обернутый специальной тканью, обшитой проволокой.

— На проволоку от той же батарейки через плату поступает ток, проволока нагревается и в свою очередь обогревает аккумулятор, — объясняет Екатерина. — Как только аккумулятор согревается до оптимальных плюс 25 градусов, срабатывает температурный датчик и ток перестаёт поступать.

Батарейка, обернутая умной тканью, обогревает сама себя

Маёвцы уже успешно испытали свою разработку в климатической камере при минус 40 градусах.

Но прототип не годится для использования в жизни — батарейка в боксе в смартфон не поместится, поэтому сейчас разработчики тру-



Екатерина Севастьянова из Ханты-Мансийска, где зимой бывают морозы под 40 градусов

дятся над чехлом-книжкой для телефона. Чехол обшеют нагревательной тканью изнутри, и обогреться будет уже телефон целиком, а не только аккумулятор.

Оксана МАСТЮГИНА

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Андрей Дмитриев

Не пропустил скорую?

На днях на перекрёстке улиц Клязьминской и Лобненской произошло ДТП со скорой. Медицинский автомобиль перевернулся, в аварии пострадал фельдшер скорой помощи, его госпитализировали. Эта новость облетела все новостные ленты. Я задумалась: почему ДТП со скорой так привлекают внимание?

В каждом выезде скорой есть какая-то драма: на кону чьё-то здоровье или даже жизнь. Если машина попала в ДТП, то, возможно, она к кому-то не доехала или кого-то не довезла в пункт назначения. Понятно, что на помощь больному вызовут другую бригаду медиков, но на это уйдёт время. Кроме того, скорее всего, авария со скорой означает, что кто-то её не пропустил. За последние годы многое изменилось, и те времена, когда автомобилисты принципиально не пропускали спецслужбы с проблесковыми маячками, прошли. Как правило, скорой даже сирену включать не надо: машины и так подвинулись.

Я тоже, конечно, пропускаю скорую — обязательно с сиреной, но если дорожная ситуация позволяет, то и без.

С уважением,
редактор «Севера столицы»
Анастасия МАНУКИНА

ПОЖАРЫ



За неделю в округе произошло 8 пожаров. Пострадавших нет, погиб 1 человек.

В Западном Дегуине горела автомастерская

Вечером 24 ноября сотрудники МЧС выезжали по адресу: Путьская ул., 21. В здании одноэтажного автосервиса вспыхнули машины и горюче-смазочные материалы в лакокрасочном цехе. Площадь возгорания составила 80 кв. метров. Пожарные быстро справились с огнём. Никто не пострадал. Причина ЧП устанавливается.

В Коптеве погиб мужчина

Днём 27 ноября на пульт диспетчера пожарной охраны поступило сообщение о пожаре в доме 14 на Большой Академической улице. В квартире вспыхнули вещи и мебель в комнате и частично в коридоре на общей площади 8 кв. метров, о возгорании сообщили соседи. Сотрудники МЧС ликвидировали пожар и спасли с верхних этажей четырёх человек. В горевшей квартире возле входной двери обнаружили тело 81-летнего хозяина: он надыхался дымом и погиб. Причина происшествия выясняется.

Светлана РАВЕНСКАЯ

Главному редактору ИД «Звёздный бульвар» вручили «Золотое перо»

Подведены итоги конкурса «Информируем из первых рук».

Главному редактору издательского дома «Звёздный бульвар» Юрию Сорокину Союз журналистов столицы вручил «Золотое перо» за большой вклад в развитие отечественной журналистики и в связи с 20-летием газеты «Звёздный бульвар».

Спецноминацией отмечен фотокорреспондент Артур Новосильцев за цикл фоторепортажей из Луганска, размещённых в окружных газетах нашего издательского дома — «Восточном округе», «Севере столицы», «Юго-Восточном курьере», «Звёздном бульваре», «Москва. Северо-Запад».

Игорь СМЕРНОВ



Проезд по четырём улицам Савёловского ограничили до конца июня

НАВИГАТОР



Движение транспорта на участках улиц 2-й Квессиской, Писцовой, Башиловской и Полтавской перекрыли до 30 июня следующего года.

— Здесь реконструируют газопровод низкого давления, — пояснили в пресс-службе ЦОДД.

Первый участок ограниченный — от дома 16, корп. 1, на Писцовой улице до пересечения с Башиловской. Второй — на Башиловской улице от Писцовой до Нижней Масловки. Ещё один участок — от дома 25 на 2-й Квессиской улице до пересечения с Башиловской. Также проезд ограничат на Полтавской улице от дома 2 до дома 6. На всех участках ограничат движение до двух полос.

София РУСЯЕВА



— ограничение движения

Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru



Часть денег за вывоз мусора вернут

Меняются правила получения перерасчёта

В стране с 1 марта следующего года изменятся правила предоставления коммунальных услуг. Такое решение недавно приняло Правительство РФ. Собственники квартир смогут получить перерасчёт за вывоз мусора за то время, пока их не было дома. В нововведениях разбирается «Север столицы».

Переехали в Италию, а комнату опечатали

Жители округа нередко обращаются в управляющие компании либо в Жилищную инспекцию по САО с просьбами сделать перерасчёт за вывоз мусора, если они надолго уезжали. Однако, как уточнил начальник юридического отдела ГБУ «Жилищник района Сокол» Андрей Кудряшов, перерасчёт практически не делали. Всё потому, что формулы для такого перерасчёта нет, ведь плата за вывоз мусора в Москве зависит не от количества зарегистрированных, как в некоторых других регионах России, а от площади квартиры.

— Было в октябре одно исключение: собствен-

ники комнаты в коммунальной квартире на улице Панфилова попросили сделать перерасчёт, так как переехали жить в Италию. Они предоставили справку консульства РФ в этой стране, и я лично опечатал комнату. В подобной ситуации перерасчёт сделать можно и сейчас, до вступления в действие поправки, — поясняет он.

Формула учитывает четыре фактора

Теперь же в обновлениях к правилам предоставления коммунальных услуг появилась формула, которая позволит без проблем сделать перерасчёт в любых регионах — и в тех, где оплата за вывоз мусора рассчитывается по площади, и в тех, где исходят из

число временно отсутствующих людей, проживающих в квартире.

— Перерасчёт можно будет сделать, если в квартире никто не проживал минимум пять календарных дней подряд. И не важно, был человек на лечении, уехал в командировку или в отпуск, — поясняет начальник Жилищной инспекции по САО Валентин Киселев.

Формулу можно будет применять с 1 марта.

К заявлению приложите посадочный талон

Начальник инспекции поясняет: чтобы получить перерасчёт, нужно подать заявление в управляющую компанию (УК). Важно:

которые подтвердят отсутствие жителя в квартире.

— В их числе может быть, например, справка о командировке с приложением проездных билетов. Если человек поправлял здоровье, нужна справка о нахождении на лечении в стационаре или на санаторно-курортном лечении, — уточняет Валентин Киселев.

Также пригодятся посадочный талон в самолёт, счёт за проживание в гостинице, в общежитии или в ином месте. Если заявитель уехал в другой город надолго, можно предъявить документ о временной регистрации. Летом частенько жители уезжают на дачи. В таком случае основанием для перерасчёта станет справка, выданная уполномоченным лицом садоводческого товарищества.

— Управляющая компания должна будет сделать перерасчёт в течение пяти рабочих дней после получения заявления, — добавил начальник Жилищной инспекции по САО.

Напомним, что перерасчёт за время, пока собственника не было дома, можно сделать за воду, за водоотведение и за газ, но только если в квартире не установлены счётчики.

Михаил КОФАНОВ

Перерасчёт будет возможен, если жильцы отсутствовали пять дней и больше

количества зарегистрированных. Формула учитывает площадь жилья, количество жильцов, норматив накопления мусора и

оно должно быть подано не позднее 30 дней после того, как заявитель вернулся. Также в УК нужно представить документы,

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



За уборкой парка у Головинских прудов будут следить внимательнее



В парке у Головинских прудов дорожки и лестницы, которые поднимаются на дамбу, очищены до льда и ничем не посыпаны. Очень скользко. Просьба очистить дорожки и лестницы от наледи и посыпать песком или реагентами.

Александр, Онежская ул.

— Дорожки в парке у Головинских прудов и лестницу очистили от снега и наледи, территорию посыпали песком, — сообщили в ГБУ «Жилищник

Головинского района».

В соответствии с нормативами реагенты и гранитную крошку на территории парков и скверов не применяют, это запрещено. От гололёда используется только песок.

— Руководству «Жилищника» поручили усилить контроль за соблюдением нормативов уборки территории у Головинских прудов, — сообщили в управе Головинского района.

Маргарита ИВАНОВА

Управа Головинского района: Флотская ул., 1, тел. (495) 456-4326. Эл. почта: saogolov@mos.ru

На Авангардной очистили двор от снега и наледи



Во дворе счищают снег, но не сыплют реагенты, из-за чего образуется гололёд. Просьба принять меры и посыпать дорожки после очистки от снега реагентами.

Татьяна Борисовна, Авангардная ул., 8, корп. 2

— Дворовую территорию очистили от снега и наледи, — сообщили в ГБУ «Жилищник Головинского района».

И пояснили, что обра-

ботка асфальта противогололёдным материалом проводится по мере образования наледи в соответствии с распоряжениями Комплекса городского хозяйства.

Начальнику участка поручили усилить контроль за уборкой данной территории.

Маргарита ИВАНОВА

ГБУ «Жилищник Головинского района»: Онежская ул., 2, корп. 3, тел. (499) 153-0012. Эл. почта: golovinskiy-gbu-gil@mos.ru

У магазина на Новой улице отремонтировали перила



На Новой ул., 10, при входе в магазин сломан поручень на ступеньках. Ступеньки очень крутые, и тяжело по ним подниматься, скользят ноги, падаем.

Александр Андреевич, Весенняя ул., 20а

ственнику помещения обращение с просьбой принять меры.

— В настоящее время при входе в магазин постелили антискользящие коврики на глянцевые ступени и отремонтировали перила, — сообщили в управе района Западное Дегунино.

Маргарита ИВАНОВА

Редакция передала обращение в управу. Сотрудники управы района Западное Дегунино направили соб-

Управа района Западное Дегунино: Дегунинская ул., 1, корп. 1, тел. (499) 487-7036. Эл. почта: saowdeg@mos.ru



Ольга Чумаченко

В Москве плата за вывоз мусора зависит от площади квартиры

Не принесли очередной номер газеты?
Звоните!
Телефон единого контакт-центра редакции
(499) 647-6828

Водительские права на экране смартфона

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ выпустило обновлённую версию приложения «Госуслуги авто». В программе можно сформировать электронный дубликат водительского удостоверения. Как получить виртуальный аналог прав и можно ли ездить без привычной пластиковой карточки, узнавал корреспондент «Севера столицы».

Появляется за пару секунд

Электронный аналог прав можно получить двумя путями. Первый вариант — поставить на смартфон программу «Госуслуги Авто». Второй — скачать мобильное приложение социальной сети «ВКонтакте», выбрать в своём профиле опцию «Сервисы», а затем — «Госуслуги». Правда, стоит помнить: у вас должна быть подтверждённая учётная запись на федеральном портале госуслуг gosuslugi.ru.

Я установил на свой смартфон приложение «Госуслуги Авто». Номер и серию своих прав на федеральном портале я указал ещё года три назад, чтобы приходили уведомления о штрафах. Данные моего удостоверения автоматически загрузились в приложение после авторизации. Следом появилось изображение моих прав с фото.

Чтобы получить QR-код, выбираю опцию «Предъявить документы». Она есть и в «Госуслугах Авто», и в программе, которая откры-



Инспектор Роман Мажинский достаёт планшетный компьютер, подносит к телефону с QR-кодом

Электронные права — это три сменяющих друг друга QR-кода

вается с помощью соцсети «ВКонтакте». Через пару секунд появляются три сменяющих друг друга QR-кода. Предъявлять коды нужно в приложении.

Иначе заплатите штраф

Еду на Смольную улицу, где находится ОБ ДПС ГИБДД по САО. Прошу проверить мои документы. Инспектор Роман Ма-

жинский достаёт планшетный компьютер, подносит к телефону с QR-кодом. На экране планшета появляется изображение моих прав. — Могу посмотреть информацию о штрафах. У вас неоплаченных нет, — говорит Роман.

Документы на авто уже не первый год переводят в электронный вид. Так, существует виртуальный аналог паспорта на машину (ПТС). Также в электронный вид переведён полис ОСАГО.

Но ездить только с виртуальным аналогом прав пока нельзя. В ПДД чётко сказано: инспектору ГИБДД водитель обязан предъявить именно оригинал водительского удостоверения. Поедете только с QR-ко-

дом — рискуете при проверке документов получить штраф 500 рублей.

Кому будет полезно

В перспективе в ПДД планируют внести правки, и ездить только с виртуальным аналогом будет можно. Это особенно удобно для тех, кто пользуется каршерингом. Забыл права — можно будет показать QR-код. Ведь только их смотрит инспектор ГИБДД, если останавливает каршеринговые авто.

Новинка окажется полезной, если в семье не одна машина. Садясь за руль авто племянницы, я не раз забывал взять своё водительское удостоверение, приходи-

Корреспондент стал одним из первых, кто получил электронный дубликат

ДТП

В Хорошёвском пострадал мужчина

Днём 24 ноября мужчина ехал на эвакуаторе по территории промзоны между 5-й Магистральной улицей, 2-м Хорошёвским проездом и улицей Розанова. У дома 7, стр. 10, на 2-м Хорошёвском проезде машина сбила 45-летнего мужчину, который стоял на проезжей части. Его увезли в больницу с растяжением связок голеностопа.

Столкнулись на Беговой

26 ноября около десяти вечера 26-летний водитель «Фольксвагена» ехал по Беговой улице в сторону Хорошёвского шоссе. В районе дома 5 на Беговой при перестроении в соседний ряд машина столкнулась с попутным «Ленд Ровером». В аварии пострадал водитель «Фольксвагена», он получил компрессионный перелом шейного отдела позвоночника.

Сбил женщину на 4-м Новомихалковском проезде

Вечером 28 ноября 39-летний водитель грузовика МАН ехал по 4-му Новомихалковскому проезду в сторону улицы Генерала Рычагова. В районе дома 6 на 4-м Новомихалковском проезде грузовик сбил 61-летнюю женщину, переходившую дорогу по нерегулируемой «зебре». Пострадавшую госпитализировали с рваной раной предплечья, гематомами и повреждением связок запястья.

ОГИБДД УВД по САО

Роман НЕКРАСОВ

Двое погибли при столкновении с фонарём на Ленинградке

Около часа ночи 29 ноября на Ленинградском шоссе возле автобусной остановки «Северный речной вокзал» 17-летний юноша без прав за рулём «Пежо» на большой скорости мчался по шоссе в сторону Химок. По информации СМИ, юноша не справился с управле-

нием и врезался в фонарный столб рядом с подземным пешеходным переходом и остановкой. От удара машина превратилась в груды металла. Водитель и 21-летняя владелица автомобиля, сидевшая на пассажирском сиденье, погибли на месте.

Михаил КОФАНОВ

В столице прошёл ежегодный фестиваль борьбы со СПИДом

В Российском государственном социальном университете на улице Миклухо-Маклая прошёл ежегодный фестиваль «Конструктор здоровья» при поддержке Департамента здравоохранения г. Москвы и Московского городского центра профилактики и борьбы со СПИДом (МГЦ СПИД).

Врач-инфекционист МГЦ СПИД Динара Набиуллина провела лекцию о том, как ВИЧ-инфекция влияет на

репродуктивное здоровье женщин, и развеяла популярные мифы об этом.

— Мы тщательно ведём протоколы беременностей ВИЧ-инфицированных женщин. Сейчас в Москве рождается меньше 1% ВИЧ-инфицированных детей. Всем беременным с ВИЧ-инфекцией мы назначаем специальную терапию. Новорождённых наблюдаем в течение месяца, — рассказала Набиуллина.

Также во время фестиваля рабо-

тал кабинет экспресс-тестирования на ВИЧ-инфекцию.

Московский городской центр профилактики и борьбы со СПИДом находится на 8-й ул. Соколиной Горы, 15, стр. 51. Там же все желающие могут пройти анонимное или неанонимное тестирование на ВИЧ и проконсультироваться с врачами.

Горячая линия центра по вопросам ВИЧ/СПИД: (495) 366-6238.

Наталья ЛОМЖЕВА

Делегация из Луганска приехала в Москву, чтобы на месте изучить опыт работы социальных служб и учреждений.

Ценные наработки

Как рассказал руководитель столичного Департамента труда и социальной защиты населения Евгений Стружак, для гостей организовали экскурсии в центры содействия семейному воспитанию, в школу-интернат №1 и в несколько центров реабилитации.

— Москва продолжает организацию гуманитарной помощи Донецкой и Луганской Народным Республикам. Мы не только передаём спецсредства нуждающимся, но и делимся уникальным опытом специалистов, — отметил Стружак.

Москва сегодня является флагманом организации работы социальных учреждений. Многие столичные наработки стали образцом для внедрения в других регионах. Этот опыт пригодится и на новых территориях.

Это уже второй визит делегации из Луганска в Москву. Впервые социальные службы городов встречались для обмена опытом в октябре. Московские эксперты также в этом году выезжали в ЛНР и посещали местные центры социальной защиты.

По словам Александра Шабанова, директора лу-

Москва передаст Донбассу более миллиона учебников

Столица продолжает оказывать гуманитарную помощь и делиться опытом



Первоклассники из ДНР в День знаний

Отправить учебную литературу в Донецк и Луганск планируется до конца декабря

ганского детского санатория «Незабудка», сейчас новым регионам необходимо настроить работу соцсферы с учётом российских законов. И в этом им помогают соцработники столицы.

— Выражаем огромную признательность коллегам за тёплый приём и возможность изнутри познакомиться с организацией

работы лучших детских учреждений социальной сферы Москвы, — заявил он.

В этом году Луганск и Донецк стали городами-побратимами Москвы. Сейчас многие работники столичных предприятий восстанавливают повреждённую социальную и коммунальную инфраструктуру в новых регионах.

Помогут людям с инвалидностью

Особое внимание Москва уделяет людям с инвалидностью, нуждающимся в спецсредствах.

— За ноябрь этого года столица отправила 18 тысяч единиц абсорбирующего белья и закупила около 4 тысяч технических средств реабилитации для жителей Донецкой и Луганской Народных Республик. Это трости, ходунки, костыли, кресла-коляски и другие спецсредства. Мы стремимся к тому, чтобы люди получили то, что им сейчас особенно необходимо, — рассказал министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения Евгений Стружак.

Также город помог приобрести мебель и другое оборудование для социальных учреждений Донецка и Луганска.

700 книг собрали столичные школьники

В начале следующего года Москва планирует за-

купить напрямую в издательствах более миллиона учебников и учебных пособий для школ и колледжей Донецка и Луганска.

— Таким образом мы объединяем усилия систем образования Москвы, Донецка и Луганска ради общей цели — успешного и отвечающего требованиям времени обучения подрастающих россиян, живущих сегодня в республиках, — сообщил руководитель столичного Департамента образования и науки Александр Молотков.

Собрать нужное количество комплектов и отправить их в Донецк и Луганск планируется до конца декабря.

Кроме того, московские школьники в рамках Всероссийской акции «Дети — детям» собрали более 700 книг для детей Луганской и Донецкой Народных Республик. Ребята принесли из домашних библиотек произведения Александра Пушкина, Агнии Барто, Валентина Катаева, Александра Грина и многих других.

Валерий ПОПОВ

Началась акция по сбору вязаных вещей для бойцов «Поделись теплом»

1 декабря в Москве началась благотворительная акция «Поделись теплом». Все желающие могут связать для бойцов Российской армии, участвующих в специальной военной операции, тёплые носки, варежки, шапки, свитера. Как рассказал заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы Владимир Филиппов, сбор посылок продлится до 13 декабря. Передавать их можно в отделы проекта «Московское долголетие» в ТЦСО любого района. В посылки можно вложить письма и открытки со словами поддержки и с новогодними поздравлениями.

Акцию инициировали москвичи старшего поколения. К ним сразу же подключились клубы проекта «Московское долголетие», где работает много творческих студий, в том числе по рукоделию, шитью и вязанию.



Акцию инициировали москвичи старшего поколения

— Дирекция проекта «Московское долголетие» поможет организовать доставку в зону проведения специальной военной операции посылок и поздравительных писем от горожан старшего возраста, — сообщил Владимир Филиппов.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Для слабослышащих детей из Донецка и Луганска организовали экскурсию по столице

Воспитанникам донецкой специальной школы-интерната №19 и луганской коррекционной школы-интерната организовали трёхдневную экскурсию по Москве. По информации Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы, ребята приехали для участия в региональном туре 5-го фестиваля детского творчества «Утренняя звезда» для детей и подростков с нарушениями слуха. Почти все дети могут свободно общаться на жестовом языке и петь жестовые песни. Экскурсию для них провела общероссийская общественная организация инвалидов «Всероссийское общество глухих». Юные дончане погуляли по Красной площади и по парку «Зарядье», а затем отправились в Театр мимики и жеста, побывали в Цирке на Цветном и в Москвариуме. В завершение увлекательной поездки школьникам подари-



За три дня школьники узнали много интересного о Москве

ли современные ежедневники со встроенной беспроводной зарядкой и наборы сладостей.

— Рады, что удалось ребятам из Донбасса показать в столице много увлекательного и интересного. Надеемся, коллегам из ЛНР и ДНР будет полезен опыт Москвы, в том числе по созданию комфортной жизни

и полноценной интеграции в общество людей с нарушениями слуха, — отметила Наталья Протасова, начальник отдела реализации программ управления по социальной интеграции лиц с ограничениями жизнедеятельности Департамента труда и соцзащиты г. Москвы.

Вера КАЗАНСКАЯ

Детям бойцов подарят праздник

Москва подготовила для семей мобилизованных новогодние программы

С 1 по 16 декабря в центре поддержки семей мобилизованных пройдут новогодние программы: творческие мастер-классы, игры, сказочные квесты и праздничные фотосессии. На них приглашают детей мобилизованных москвичей. Программа «Семейный Новый год» станет важной частью поддержки, которую город оказывает семьям мобилизованных москвичей.

Занятие по душе для каждого

— Предновогодние встречи помогут почувствовать атмосферу тёплого и доброго праздника, сохранить семейные традиции. Дети вместе с мамами смастерят ёлочные игрушки и открытки, отправят письмо Деду Морозу, — рассказала Ольга Лотванова, заместитель директора центра поддержки семей мобилизованных.

Программа составлена так, что дети любого возраста найдут себе занятие по душе.

— Например, можно сделать подарки близким: браслет из бусин на ленте, ёлочную игрушку, а также нарисовать новогоднюю открытку. Любители творческих и интеллектуальных заданий смогут принять участие в занимательном квесте, — отмечает Ольга Лотванова.

Новый год всегда будет семейным светлым праздником, несмотря ни на что. Ранее за такой формат встречи Нового года — без пышных торжеств и дорогостоящих шоу — проголосовали москвичи.

В будни и в выходные

Основной праздничной площадкой стал центр поддержки семей мобилизованных на улице Сергея Радонежского, где с октября помогают получить различные льготы на детей и пожилых родственников, найти работу или пройти обучение.



Увлекательные игры на сплочение для детей и взрослых



Профессиональные фото в праздничном зимнем декоре



Сказочный квест «Собери снежинки»



Создание книги семейных новогодних рецептов



Творческие мастер-классы «Новогодний сувенир»



Новогодняя почта с возможностью написать письмо Деду Морозу



Командные настольные игры с ведущими



Блиц-игры и викторины для детей младшего возраста



Гостям предложат сладкое угощение

Прийти на новогоднее представление с ребёнком можно как в будний, так и в выходной день. С понедельника по пятницу ребят ждут с 15.00 до 17.30. А по субботам и воскресеньям праздничная программа состоится с 11.00 до 13.00.

Для родителей с малышами организуют занимательные командные игры. Они вместе будут придумывать новогодние рифмы, преодолевать шуточные препятствия, бороться с Кошечем и создавать картины. Желающих пригласят на сказочный квест «Собери снежинки» и на творческие

мастер-классы «Новогодний сувенир».

Ребятам от 12 лет будет интересно поучаствовать в фестивалях настольных игр. Они смогут пройти собеседование на вакансию помощника Деда Мороза, поборются за право стать «Великим оратором», почувствуют себя капитаном пиратского судна.

Напишут письмо Деду Морозу

Программа по будням и выходным дням немного различается. Поэтому при записи на представление нужно указать возраст ребёнка. При этом ежедневно на первом этаже центра будет работать фотозона с зимним декором у новогодней ёлки. Юные посетители также смогут написать письмо Деду Морозу, оформить конверт и опустить его в почтовый ящик.

Все желающие поделаются своим семейным рецептом для новогоднего стола и узнают, какие блюда готовят другие хозяйки. Все рецепты попадут в книгу семейных новогодних рецептов. Кстати, всем гостям предложат сладкое угощение.

— Надеемся, что приятные сюрпризы порадуют гостей и подарят им частичку нашего тепла и внимания, — сказала Ольга Лотванова.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

Адрес центра поддержки мобилизованных: ул. Сергея Радонежского, 1, стр. 1. Записаться на участие в праздничной программе можно по телефону горячей линии Департамента труда и социальной защиты населения г. Москвы (495) 870-4444. Подробная информация о праздничной программе на сайте ДСЗН: msupport.dszn.ru/programs

Ёлка мэра стартует в Гостином Дворе 26 декабря

Традиционная новогодняя ёлка мэра пройдёт в Гостином Дворе с 26 декабря 2022 года до 6 января 2023 года. Приглашения уже получили победители олимпиад, юные спортсмены, дети из малообеспеченных семей. А в этом году к ним присоединятся ребята из семей мобилизованных москвичей.

Представление начнётся уже в фойе, оформлен-

ном в виде сказочного вокзала. Потом дети переживут увлекательные приключения с Дедом Морозом и Снегурочкой, с Алисой и её друзьями. Родители и сопровождающие, которые не планируют вместе с детьми участвовать в музыкальном действе, могут подождать их в мультикинотеатре, где будет вестись трансляция праздника.

Татьяна ЩЕРБАКОВА

В столице открываются пункты сбора гуманитарной помощи

С 1 декабря и до 8 января 2023 года в столице будут работать 48 штабов по сбору гуманитарной помощи «Москва помогает». Здесь примут новогодние подарки для семей с детьми, живущих на новых территориях России, и для участников специальной военной операции.

Можно приносить игрушки, книги, настольные игры, сладкие наборы. Все подарки должны быть новыми, в упаковке и с бирками. А для военных в штабах примут тёплые носки и перчатки, термобельё, шапки, шарфы, подарочные мужские наборы, стельки, мужские средства личной гигиены.

— В январе подарки будут отправлены жителям новых территорий и нашим защитникам, — сказала Екатерина Драгунова, председатель Комитета общественных связей и молодежной политики г. Москвы.

Сейчас в Северном округе подарки принимают четыре штаба, ещё один откроется 9 декабря. Они работают ежедневно с 10.00 до 19.00. Подарки принимают волонтеры. Все желающие к ним присоединиться могут подать заявку на сайте ресурсного центра «Мосволонтер» mosvolonter.ru.

Татьяна ЩЕРБАКОВА



пункты, работающие с 1.12.2022

пункты, работающие с 9.12.2022

«Моей дочке четыре года, и каждый поход к стоматологу для нас оборачивается истерикой со слезами и криками. Я её успокаиваю, да и лечат с обезболиванием, и всё равно каждый поход к стоматологу — это драма длиной в весь день», — написала в «Север столицы» Мария из Дмитровского района. О том, как убедить ребёнка не бояться зубного врача, рассказали психолог и стоматолог из САО.

Сверлить не обязательно

— Такое встречается часто. Детей, которые плачут и боятся, я по старинке отвлекаю от страха ласковыми словами, подбадриваю, отвлекаю весёлыми картинками на стенах. В некоторых частных стоматологиях ребятам лечат зубы во время просмотра мультфильмов по телевизору. Если я сама не могу настроить ребёнка на лечение, то прошу родителей его успокоить, — рассказала стоматолог с 22-летним стажем из клиники на Хорошёвском шоссе Ольга Альбова.

Сейчас много технологий, значительно облегчающих детям поход к стоматологу. Лечить можно даже без сверления: специальный гель с фруктовым запахом размягчит твёрдую ткань зуба и стоматолог его очистит. Но этот способ подходит не во всех случаях: например, запущенный кариес так не вылечить.

Напугала вставная челюсть

— Помню, как пятилетняя девочка два раза срывала приём, — вспоминает Оль-

Ребёнок не хочет идти к зубному?

Психолог и стоматолог из САО дали советы, как справиться с детским страхом



Раяв Денис/Фотобанк Лори

Снять стресс поможет игра

Если малышу наговорили про злых дантистов, скажите, что пойдёте к другому врачу — доброму

га. — У ребёнка была истерика, не помогали ласковые разговоры и так называемая сказкотерапия. Я уж думала, что больше её водить не будут, но привели и в третий раз. Причём девочка уже не плакала: видно было, что боится, но сдерживает себя. После приёма я спросила у её мамы, как удалось договориться с дочкой, женщина ответила, что малышку припугнул дедушка: показал свою вставную челюсть, сокрушаясь, что был моло-

дой, глупый и испортил собственные зубы. Это произвело впечатление на внучку и помогло ей побороть страх.

Расскажите сказку про Айболита

Психолог из семейного центра САО на Карельском бульваре Софья Бельская советует сделать так, чтобы стоматолог у ребёнка ассоциировался с чем-то позитивным.

Например, может рассказать, как у папы или у мамы болели зубы и как добрая тётя-стоматолог ей их вылечила.

— Лучше, если к зубному врачу ребёнка отведёт родитель, который сам спокойнее относится к лечению зубов, чтобы не передавать стресс ребёнку. Также в дошкольном возрасте эффективна сказкотерапия: можно рассказать, что всем известный доктор Айболит тоже лечил зубы зверушкам. Ещё можно сыграть с малышом в доктора или предложить такую игру детям, если их у вас несколько. Если ребёнок всё равно сильно боится приёма и плачет, лучше визит к стоматологу вообще отложить.

Софья Бельская также говорит, что даже ради такого благого дела обманывать ребёнка не надо.

— Не стоит говорить «врач только посмотрит», если вы знаете, что предстоит лечение, иначе в следующий раз ребёнок будет уверен, что в кабинете врача произойдёт что-то неприятное, о чём ему недоговаривают, — говорит психолог.

Если ребёнок боится стоматолога, потому что ему о своём негативном опыте поведал кто-то из знакомых детей, психолог советует сказать, что у того был другой врач, а мы пойдём к внимательному и доброму.

Наталья ЛОМЖЕВА

Служба примирения будет создана в каждой московской школе

В следующем году во всех школах Москвы будут свой театр и собственная служба примирения. Об этом сообщила директор Городского психолого-педагогического центра г. Москвы Любовь Олтаржевская на пресс-конференции, организованной при поддержке информационного центра Правительства Москвы.

— В прошлом году запустили московские службы примирения — это группы педагогов-психологов, которые помогают решать и предотвращать конфликтные ситуации в школах. Сейчас эти службы работают в 483 московских школах. В следующем году в каждой школе будет своя полноценная служба примирения, — рассказала Любовь Олтаржевская. — Ещё для тех, кто находится в трудной жизненной ситуации, мы запустили службу неотложной психологической помощи. В прошлом году в неё обратились более 500 человек.

Николай Антонов, начальник управления координации воспитательной работы дополнительного образования и профилактики правонарушений Департамента образования и науки г. Москвы сообщил, что планируется к концу следующего года создать во всех школах Москвы театры.

Наталья ЛОМЖЕВА

Новый гастрономический сезон на ВДНХ посвящён вкусам из детства

Зимой на ВДНХ работает 140 точек общественного питания.

Об этом на пресс-туре «Единое гастрономическое пространство ВДНХ» рассказал руководитель проектов отдела общественного питания департамента управления имуществу ВДНХ Андрей Горшков. Пресс-тур был организован при поддержке информационного центра Правительства Москвы.

— Главная тема этой

зимы — «Вкусно, как в детстве», — сообщил он. — Помимо традиционных оливье, сельди под шубой и запечённой индейки, гости ВДНХ также смогут попробовать десерты из мандаринов, какао, шоколада. — Как и в прошлые годы, часть заведений можно посетить сразу с катка и подкрепиться как на ходу, так и более основательно, например в знакомом нашим постоянным гостям кафе «Варежка», куда можно заходить

прямо в коньках. Также мы развиваем собственную линейку продуктов — мороженое, лимонад и пончики.

А ещё у выставки появился собственный «Гастрономический путеводитель по ВДНХ», созданный для удобства гостей в выборе одного из объектов питания. Увидеть его можно на официальном сайте ВДНХ.

Мария ГОРБУНОВА

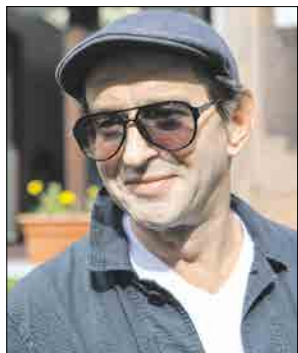
Сайт: vdnh.ru/gastro

Давайте делать «Север столицы» вместе!

- У вас есть интересная тема для публикации?
- Вам понравился материал?
- Газета помогла решить проблему?

Звоните! Пишите!

(499) 647-6831, info@saonews.ru,
chitatel@internet.ru



Андрей Никеричев/Агентство «Москва»

Как стать волонтером фонда Хабенского

Жители САО могут помочь детям и их родителям победить болезнь

Благотворительный фонд Константина Хабенского помогает детям и молодым взрослым с опухолями головного и спинного мозга. Включиться в работу фонда может каждый.

Из подопечных — в сотрудники

— Фонд работает с 2008 года, — говорит директор фонда жительница Северного округа Екатерина Бартош. — Фонд помогает с оплатой лечения и реабилитации подопечных, закупает оборудование для профильных отделений российских клиник, организует различные мероприятия для медицинского сообщества и многое другое.



Предоставлено Фондом Хабенского

Волонтером может стать любой человек с 18 лет

С момента своего основания фонд привлекает к работе волонтеров. Некоторые из них, кстати, впоследствии стали сотрудниками фонда. Остаются и помогают бывшие подопечные, молодые взрослые и родители детей.

На время выдохнуть

Организатор мероприятий Алина Гришина — волонтер фонда более семи лет.

— Вначале у меня был страх: смогу ли я? Ведь

дети болеют... Как мне к ним подойти, что говорить? Но после первой поездки страх улетучился. Сейчас я езжу в больницы, постоянно бываю в центрах реабилитации, хожу на любые мероприятия фонда, где нужна помощь. Это стало важной частью моей жизни, — говорит Алина. — Непередаваемые ощущения, когда

видишь родителей, радующихся помощи и возможности на время выдохнуть. Это особенно заметно в реабилитационных центрах, где все уставшие от долгого лечения.

Интересно наблюдать за подопечными, как они растут. Ты видел ребенка, ког-

да ему было 10-12 лет, а сейчас ему 17, и он выше тебя на две головы.

Екатерина Сахарова работает в области фешен-индустрии, рекламы, маркетинга и уже восемь лет помогает фонду. Откликнулась в социальных сетях на сообщение о поиске автоволонтера и сейчас активно ездит в больницы и реабилитационные центры.

— Благодаря волонтерству я стала более внимательной к людям. Учусь этому у наших детей, ведь они взрослее своих сверстников. Им нельзя показывать, что ты их жалеешь, потому что это будет считано моментально, — говорит она.

Очно или удаленно

— Волонтером может стать любой человек с 18 лет, мы рады всем добровольцам, — говорит куратор по работе с волонтера-

ми фонда Екатерина Серова. Кстати, жительница Тимирязевского района.

Волонтеры проводят в больницах мастер-классы, представления, шоу, квесты. Правда, есть довольно жесткие требования к посещению клиник: необходима медицинская книжка и прививочный сертификат от ковида.

Фонду нужны автоволонтеры, чтобы помочь с доставкой лекарств или встречать подопечных на вокзале.

Желающие могут применить свои профессиональные навыки — фотографа, дизайнера, переводчика, корректора, редактора, рашифровщика — и помогать удаленно.

Для того чтобы стать волонтером, надо заполнить анкету на сайте благотворительного фонда.

Анна
ФОМИНА

Сайт Фонда Константина Хабенского: bkh.ru

Научный подход к здоровью простаты

В России завершилось большое исследование пользы трав и экстрактов для здоровья простаты. В нем участвовало 38 клинических центров и 820 мужчин. Результаты обнадеживают — в некоторых случаях позитивный эффект наступал в 2 раза быстрее и был в 2 раза более выраженным!

Мужчины не воспринимают всерьез растения и экстракты, они считают их чем-то бесполезным и неэффективным. А вот среди специалистов они набирают популярность во всем мире.² Более того, Европейская ассоциация экспертов составила точный список трав, которые нужны для здоровья простаты.³

В этот список вошли экстракты пальмы ползучей, крапивы обыкновенной и семян тыквы. Именно их принимали мужчины в ходе нового исследования и получили отличные результаты.

5 полезных эффектов

В течение 60 дней добровольцы принимали комплекс из 3 экстрактов и цинка, после чего прошли полное обследование.

Опрос и анализы показали значимое улучшение здоровья:

1. Уменьшились неприятные ощущения внизу живота и при мочеиспускании;
2. Уменьшилось ощущение неполного опорожнения мочевого пузыря;

ТЕСТЫ НА ОСОБОМ ПРИБОРЕ УРОФЛОУМЕТРЕ ПОКАЗАЛИ УВЕЛИЧЕНИЕ СКОРОСТИ МОЧЕИСПУСКАНИЯ В 2 РАЗА!

3. Уменьшилось желание постоянно ходить в туалет;
4. Уменьшилось желание вставать в туалет ночью;¹

Также мужчины заявили об улучшении качества секса и либидо.¹ И это были мужчины которых простата беспокоила более 2-х лет!

Новый комплекс ЧИНЧ®

В этом исследовании мужчины принимали экстракты в комплексе ЧИНЧ®. Он позволяет существенно улучшить здоровье простаты за короткий срок. Было доказано, что травы в его составе благотворно влияют на работу всей мочеполовой системы:

- улучшают кровоснабжение органов малого таза;
- стимулируют работу предстательной железы;
- улучшают выработку секрета простаты, его состава и свойств;
- подавляют негативные процессы в простате и мочевом пузыре.²

ЧИНЧ® можно принимать в любом возрасте длительное время; не влияет на давление и пульс, совместим с алкоголем и лекарствами.

Продается в аптеках

В отличие от множества сомнительных препаратов, которые есть в интернете, ЧИНЧ®

продается только в аптеках.

Комплекс прошел полную государственную проверку и сертификацию. Документы Вам предоставят в любой аптеке.

Доступная цена

Чтобы убедиться в эффекте ЧИНЧ®, не нужно тратить 2–3 тысячи рублей и ждать 6 месяцев. В аптеках он стоит всего 550–600 рублей, а первые результаты вы увидите уже через 4 недели.

Ни один другой препарат не может предложить подобной комбинации трав по такой низкой цене. Чтобы получить схожий эффект, вам придется купить сразу 4 других средства.

Присмотритесь и Вы к комплексу ЧИНЧ®, ведь уже продано 160 тысяч упаковок препарата.⁴ Просто выберите аптеку справа или закажите доставку по тел.: **8-800-700-8888**

18+ РЕКЛАМА. 1. И. В. Виноградов. Оценка эффективности комбинированной терапии симптомов нижних мочевых путей у пациентов с хроническим простатитом. АУУ ВО «Российский университет дружбы народов» Министерства образования и науки РФ; 2. Кульченко Н.Г., Фитотерапия при воспалительных заболеваниях предстательной железы. Исследования и практика в медицине. 2019; 6(3): 87-97. 3. <https://uroweb.org/guideline/>; 4. По данным CSC Pharma. ООО «Си Эс Си ЛТД». ИНН 7706811620 115230 г. Москва, Варшавское шоссе, 47, к. 4, этаж 14, к. 18. +7(499)311-67-11. СР № АМ.01.48.01.003.Е.000166. 10.18 от 31.10.2018 г. ЧИНЧ-РН2-осень22



Заказать **8-800-700-8888**

Сеть аптек
Сеть социальных аптек

Во всех Столичках САО

- Ховрино. Маршала Федоренко, 12
- Беломорская. Смольная, 57, к. 1
- Речной вокзал. Фестивальная, 13, к. 2
- Водный стадион. Авангардная, 16
- Войковская. 2-й Войковский пр-д, 2/11
- Сокол. Ленинградский пр-т., 74, к. 1
- Аэропорт. Красноармейская, 24
- Динамо. Верхняя Масловна, 22
- Белорусская. Расковой, 26/29
- Беговая. Хорошевское ш., 1
- Полежаевская. Хорошевское ш., 82
- Селигерская. Корovinское ш., 13, к. 1
- В. Лихоборы. Бескудниковский б-р, 5
- Окружная. Б. Академическая, 73, к. 1
- Коптево. Михалковская, 2, с. 2
- Р-он. Головино. Онежская, 18
- Вост. Дегунино. Дубнинская, 36
- Зап. Дегунино. Талдомская, 13
- Дмитровский. Дмитровское ш., 113, к. 1
- Молжаниновский. Комсомольская, 2А

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

ХРОНИКА



В Хорошёвском мужчине задавило воротами

33-летний мужчина первый день работал на автомойке, расположенной на Хорошёвском шоссе. Он стал ремонтировать заклинившие ворота, лёг под них, и они резко рухнули на него. На место выезжал заместитель савёловского межрайонного прокурора Евгений Архипов. Проводится проверка.

Вечер в Ховрине закончился поножовщиной

Мужчины распивали спиртное в квартире на Флотской улице и в какой-то момент поссорились. Хозяин дважды ударил гостя в грудь кухонным ножом. Тот от полученных травм скончался. Злоумышленник расчленил тело, убрал в пакеты и выбросил в разные мусорные баки рядом со своим домом. Через два дня останки были обнаружены. Подозреваемый задержан. Головинская межрайонная прокуратура направила уголовное дело в суд.

В Левобережном фиктивно прописывали иностранцев

Жительница дома на Ленинградском шоссе зарегистрировала в своей квартире несколько иностранцев. Позже при проведении проверки участковый обнаружил, что иностранцы в квартиру не вселялись. За фиктивную постановку на учёт иностранных граждан женщине грозит наказание вплоть до трёх лет лишения свободы.

Светлана РАВЕНСКАЯ

Отдала миллион, «спасая» счета

Жулики обманом узнавали банковские реквизиты потерпевших и за их счёт покупали дорогие смартфоны. Их жертвы лишились почти 9 млн рублей, думая, что спасают свои счета. Подозреваемых задержали, а их судьбу решит суд.

«Назовите данные вашей карты»

43-летняя жительница Тимирязевской улицы собиралась на встречу, но её отвлекло входящее СМС: с её банковской карты пытаются списать почти 60 тыс. рублей на онлайн-покупку. А через пару минут поступил звонок якобы от службы безопасности банка.

— Вы оплачивали заказ на сайте? Нет?! Тогда это точно мошенники пытаются снять деньги с вашей карты. Нужно срочно спастись деньги! Говорите номер карты, имя владельца, срок действия и код сзади. Мы поможем вам! — резво раздался в трубке мужской голос.

Встревоженная женщина сделала, как ей велели. Быстро продиктовала данные своей карты, но с неё тут же списали 60 тыс. рублей — как позже выяснилось, за покупку смартфона. Сотрудник «службы безопасности» банка отключился, а номер, с которого он звонил, стал недоступным. Женщина обратилась в полицию.

Установил приложение-шпион

Тревожное СМС о попытке снять деньги пришло и жителю Хорошёвского района. Мужчина разговаривал по телефону с «работником банка» и по его рекомендации установил «защитную» программу, на самом деле — приложение для удалённого доступа к своему мобильному. Жулики получили полный доступ к смартфону мужчины, включая банковское приложение, и оплатили с его счёта товары в магазине.

Больше 50 человек отдали аферистам в сумме 9 миллионов рублей

Ещё одна москвичка так испугалась потерять свои сбережения, что тут же рассказала аферистам, что у неё есть крупный вклад в банке. Ей сказали, что её счёт под угрозой и нужно срочно снять деньги, чтобы передать в «службу безопасности» банка.

— Горожанка тут же устремилась в банк и сняла 1 миллион 250 тысяч рублей. В назначенное время встретила с «курьером от



Сергей Корсун

банка» и передала деньги. Взамен получила расписку с реквизитами банка о передаче наличных, — рассказал помощник прокурора САО Дмитрий Сапожников.

Естественно, курьер передал деньги организаторам преступной схемы.

Грозит 10 лет за решёткой

Всего от действий жуликов, действовавших по разным сценариям, пострадали больше 50 человек по всей стране. Они лишились почти 9 млн рублей.

Банду накрыли во время оперативно-разыскных ме-

роприятий. Их вычислили по сим-картам и записям видеонаблюдения. Организатором оказался 28-летний житель Подмосковья, а его подельники — четверо парней от 23 до 26 лет.

— В основном они покупали онлайн дорогие смартфоны, оплачивая их с помощью данных чужих карт. Затем продавали мобильные по всей Москве, в том числе на Савёловском рынке, — говорит Дмитрий Сапожников.

Возбуждены уголовные дела по статьям «кража» и «мошенничество». Прокуратура САО утвердила обвинительное заключение и направила уголовное дело

в Хорошёвский районный суд. Подельникам грозит 10 лет лишения свободы со штрафом 1 млн рублей.

Раскрыть дистанционное мошенничество всегда проблематично, потому что аферисты нередко находят в других городах или даже за границей.

— Важно помнить, что сотрудники банков, госучреждений или полиции никогда не звонят с требованием сообщить им личные данные или перечислить деньги, — заключили в окружной прокуратуре.

В любой ситуации, вызывающей сомнения, нужно звонить в полицию.

Татьяна ЯКОВЛЕВА

РИТУАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ

Даже в Москве есть возможность организовать достойную церемонию погребения бесплатно. Служба 105 (сайт в интернете 105.pf) поможет избежать лишних трат.

Если горе уже случилось — звоните по круглосуточному номеру 8 (495) 181-66-08 или *105 для бесплатной консультации.

*105

- **НЕ** верьте заявлениям, что оказывать ритуальные услуги в Москве может только одна официальная городская специализированная служба.
- **НЕ** соглашайтесь на услуги, незаконно навязываемые представителями ритуальных компаний и другими лицами.
- **НЕ** подписывайте договор об оказании ритуальных услуг, пока вам не сообщат их точную стоимость.
- **НЕ** передавайте документы и не проводите оплату до составления и подписания договора.
- **НЕ** оплачивайте ритуальные услуги, пока не рассмотрите все возможные варианты.

Помните: ритуальный агент, приехавший к вам домой без вашего вызова, купил сведения о вас и о случившейся трагедии. Свои затраты на взятку он включит в стоимость предложенных им похорон! Звоните, и наши специалисты расскажут вам, как избежать обмана при организации похорон.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 181-66-08 или на сайте 105.pf

Баня, лыжи и шашлык

Как сэкономить на аренде загородного домика на Новый год

В редакцию обратился житель района Ховрино Виталий. Он рассказал, что попытался арендовать домик за городом через один из популярных сайтов аренды, но цены оказались неподъемными. Он попросил редакцию объяснить, из чего складывается стоимость, на чём можно сэкономить, а на чём не стоит. «Север столицы» попытался найти ответы на вопросы читателя.

На север от Москвы

По словам Бориса Лаврентьева, риелтора и жителя района Восточное Дегунино, сейчас он уже завален подобными запросами: в этом году многие просят подыскать место для отдыха в новогодние праздники.

— Короткие поездки за рубеж, к морю становятся недоступны из-за высоких цен авиабилетов. Замену ищут на месте. Самый доступный вариант — подмосковные дачи, — поясняет он.

По опыту прошлых лет жители Северного округа обычно стараются снять домики в Подмоскowie между Дмитровским и Ленинградским шоссе.

— В эти места можно добраться на личном автомобиле, на пригородной электричке и поездах Московского центрального диаметра, — говорит риелтор.

Дополнительные опции

Как и при аренде квартиры, цена аренды домика зависит от дополнительных опций.

— К примеру, отдых в доме с баней будет стоить дороже каникул в таком же коттедже, но только с душем, примерно на 10%. Такая же ситуация с Интернетом, бе-



Во многих объявлениях есть условие о депозите

льём и мангалом, — рассказывает Борис Лаврентьев.

Примерно в половине объявлений об аренде домика на Новый год есть условие о депозите, он может составлять до половины стоимости аренды.

— Это, так сказать, страхов-

ка на случай порчи имущества. Если празднование завершится без эксцессов, депозит возвращается, но если мебель, техника или сам дом повреждены, то владельцу будет чем оплатить ремонт, — говорит риелтор.

Он советует отнестись внима-

тельно к составлению акта приёма-передачи. Чем подробнее в нём будет описано состояние пола, стен, потолка, мебели и техники, тем проще потом будет доказать, кто виноват в порче имущества.

— И акт, и договор надо составлять только в письменном виде — никаких устных договорённостей, — поясняет он.

В среднем — 5 тысяч рублей

Как сообщают в пресс-службе портала ЦИАН, в декабре 2022 года на севере Подмоскowie в аренду на новогодние праздники сдают более 700 домов и коттеджей. По данным портала «Миэль» и сайта агентства «Инком-Недвижимость», этих предложений примерно столько же.

— Обычно люди размещают свои объявления сразу на всех популярных ресурсах, для частных лиц это совершенно бесплатно, — говорят в агентстве «Инком».

После изучения объявлений удалось выяснить: минимальная стоимость аренды дома на Новый год — 700 рублей с человека в сутки. Это двухэтажный мини-отель в 16 минутах езды от Лобни. В доме пять спален, нет бани, но есть душ.

Но это минимум и цены, и комфорта. В среднем Новый год на одного человека в подмосковном коттедже будет стоить около 5 тыс. рублей в сутки. За эти деньги, к примеру неподалёку от Дмитрова и платформы Яхромы, можно снять двухэтажный дом с баней и пятью спальнями.

Правда, изразвлечений тут лишь шашлык на свежем воздухе да катание в ближайшем лесу на лыжах.

Андрей ТОМЦЕВ

**СЕТЬ АВТОСЕРВИСОВ
ВЫГОДНЫХ ЦЕН
«АВТОПИЛОТ»**

Просто сфотографируй
эту карту и получи её

БЕСПЛАТНО

в нашем автосервисе
+7 (495) 846-00-27
www.честный-автосервис.рф

ПРОИЗВОДИМ РЕМОНТ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

PILOT СЕТЬ АВТОСЕРВИСОВ ВЫГОДНЫХ ЦЕН «АВТОПИЛОТ»
ВСЕ ПО ЧЕСТНОМУ

Подарочная VIP-КАРТА

БЕСПЛАТНО В ТЕЧЕНИЕ 3-Х ЛЕТ

- 1) Работы по замене моторного масла
- 2) Диагностика вашего а/м по 45 параметрам
- 3) Проверка сход-развала
- 4) Проверка а/м при покупке (включая ЛКП)
- 5) Замена всех технических жидкостей
- 6) Кешбэк - 10% от каждого ремонта
- 7) Антибактериальная обработка кондиционера (с заменой фильтра салона)
- 8) Работа по замене воздушного фильтра двигателя

Не удивляйтесь, это действительно бесплатно. Приезжайте к нам и убедитесь в этом сами. Мы просто хотим, чтобы вы стали нашим постоянным клиентом.

м. Алтуфьево, Алтуфьевское шоссе д.77, к.1

Нам 14 лет!

Руководитель техцентра «Автопилот»
Иванов Никита

Кто побеждает в шорт-треке

Тренер из Дмитровского рассказала пять интересных фактов об этом виде спорта

Шорт-трек — известный многим конькобежный вид спорта, входящий в список олимпийских. Интересные факты о нём рассказала тренер по шорт-треку СШОР №70 «Молния» Вера Ревенко.

Конькобежный спорт — это другое

Несмотря на то что шорт-трек — дисциплина конькобежного спорта, от оригинального конькобежного спорта у него есть немало отличий.

— Дорожка у конькобежцев длиннее почти в четыре раза. У нас она всего 111 метров, — объяснила тренер. — К тому же конькобежцы всего один раз пробегают свою тысячу метров и судьи сразу распределяют призовые места. А у нас есть как минимум четвертьфинал, полуфинал и финал: количество этапов соревнований зависит от количества участников. Так что даже самый слабый спортсмен будет бежать дистанцию дважды. А сильный — больше четырёх раз.

Приходят из фигурного катания

По словам тренера, в их спорт из фигурного катания приходят часто: замечают, что ребёнок не может делать на льду «па», зато бегают отлично.

Не так давно в России появилась особая система тестирования, по которой определяют, какой вид спорта подходит ребёнку.

— Он бегают, прыгает, проходит разные процедуры под присмотром специалистов. А потом его родители получают листочек, в котором написано, какой вид спорта лучше подойдёт, — говорит Вера. — Недавно к нам пришла девочка по результатам такого тестирования. Изначально она ходила на фигурное катание, но выдавала плохой результат, после чего родители решили записать дочку на тестирование. Так и выяснилось, что ей больше всего подходит именно шорт-трек.



Вера Ревенко тренирует в «Молнии» много лет

Вера Ревенко — КМС по конькобежному спорту, серебряный и бронзовый призёр первенств России, тренер СШОР №70 «Молния».

сила в нашем спорте тоже важна.

Летом можно тренироваться на роликах

Фигуристам запрещено ездить на роликах из-за другой техники езды и отталкивания, а шорт-трекисты нередко используют их для тренировок летом.

— Но это подходит скорее для ребят 7-14 лет. Когда «Молния» какое-то время не имела катка для тренировок, я проводила роликовые тренировки, — отмечает Вера. — Начиная с 14 лет спортсмены тренируются уже на велосипеде. Дело в том, что у шорт-трекистов сильно страдают колени, а велосипед их укрепляет.

Кстати, в шорт-трек и в конькобежный спорт нередко переходят и из роллер-спорта.

Мария ГОРБУНОВА

Точить нужно часто

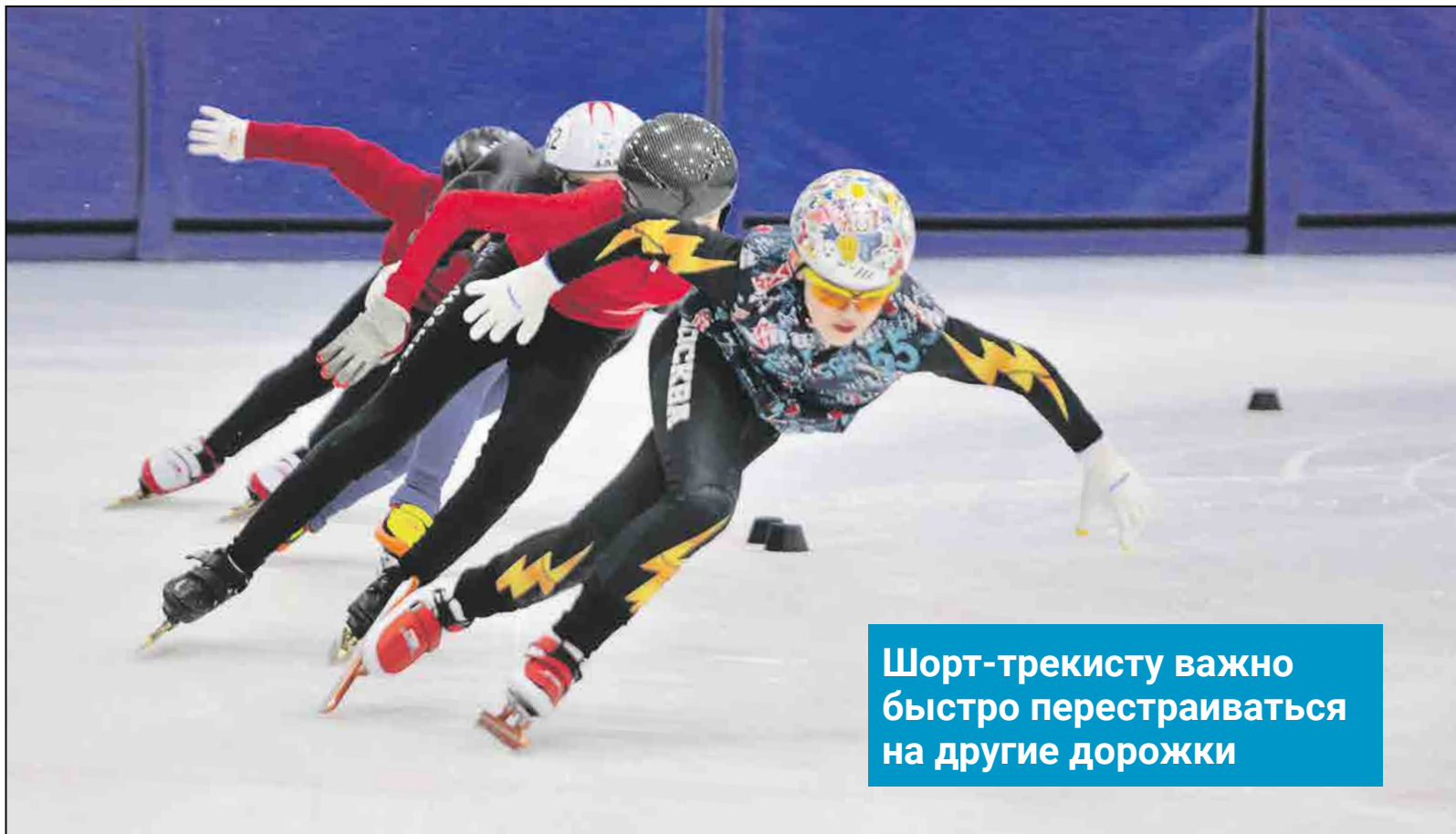
В шорт-треке коньки особые: их лезвие находится с левой стороны конька. Форма у него тоже другая: загнута внутрь.

— И бывает, что нам нужно точить коньки после каждого забега. Это происходит из-за плохого льда, — объясняет тренер. — Такой лёд недавно был на одном из массовых соревнований для юниоров: заточка нужна была всем, кому-то с этим помогли родители, а какие-то ребята даже точили коньки сами.

Средний рост — преимущество

Для конькобежцев важно развить большую скорость, для шорт-трекиста скорость не так важна.

— Мы должны быть мобильными, чтобы быстро перестраиваться на другие дорожки, быстрее выбросить вперёд ногу на финише. Поэтому шорт-трекисту лучше быть невысоким, чтобы быстро сгруппироваться для обгона, — объяснила тренер. — Но и не совсем маленьким, лучше подойдёт средний рост, так как



Шорт-трекисту важно быстро перестраиваться на другие дорожки

СПОРТАФИША

В Ховрине можно научиться фигурному катанию

С начала декабря в столице стартовал зимний сезон проекта «Мой спортивный район». Как и в прошлом году, в этом все желающие смогут научиться основам фигурного катания под началом профессиональных тренеров Москомспорта.

В Северном округе тренировки будут проходить на катке на Онежской улице по вторникам, четвергам и субботам.

— Часовые тренировки проходят в вечернее время, причём каток открыт и для других посетителей. Для детей 10-14 лет они начинаются в 17.30, для родителей с детьми старше 10 лет — в 19.00, а для взрослых — в 20.00. С собой нужно принести коньки: можно как фигурные, так и хоккейные. Переобуться в них можно будет в находящейся рядом раздевалке. Также советуем взять с собой бутылку воды, — объяснила тренер проекта в Северном округе Ирина Беккер.

Планируется, что со временем тренировки по фигурному катанию появятся и на других катках округа. Следить за временем проведения и регистрироваться для участия в тренировках можно на официальном сайте проекта.

Мария ГОРБУНОВА

Адрес катка: Онежская ул., 53, корп. 1.
Сайт: мойспортрайон.рф

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций
(499) 647-6831
info@saonews.ru
chitatel@internet.ru



Жительница дома в 4-м Вятском переулке Елена Смолина стала финалисткой престижного российского конкурса «Топблог», представив свой паблик «Байки лаовая. Китай». «Лаовай» в переводе с китайского — «иностранец», но с ироничным оттенком — «недотёпа». Елена создала паблик в социальной сети «ВКонтакте» девять лет назад, сейчас на него подписаны более 64 тысяч человек.

Уехала в КНР с мужем и сыном

Елена по профессии журналист. Долгое время работала главредом газеты «Налоговый вестник». Паблик Елена создала после того, как в 2010 году переехала в город Шэньчжэнь.

— Мужа «зафрахтовали» представителем российской компании в КНР, а мы с сыном поехали с ним, — рассказывает она. — Я работала онлайн, сын учился в китайской школе. Не хватало общения на русском языке, хотелось поделиться интересными историями. Стала писать. Постепенно группа захватила меня целиком — и мои мысли, и моё время.

Несколько месяцев ушло на то, чтобы привыкнуть к жизни в Китае и начать лучше понимать китайский менталитет. Местные наблюдали за русскими с интересом: подходили, рассматривали, фотографировались и даже мерились с Еленой ростом, отмечая, какая она высокая. Но постепенно всё становилось более понятным.

— У китайцев многое не как у нас, — рассказывает Елена. — Например, китайцы очень боятся признать свою ошибку: для них это унижительно. Они не говорят прямо слово «нет», а отказы

Почему китайцы любят пить горячую воду

Жительница Савёловского создала необычный паблик о Поднебесной



В Китае Елена прожила пять лет



Из личного архива

вают завуалированно, и надо уметь прочесть их знаки.

Вытащили из тюрьмы

В Китае Елена Смолина прожила пять лет. Вернувшись в Россию, взялась за развитие своего паблика с удвоенной силой. К тому моменту он уже оброс подписчиками, многие перезнакомились и подружились. «Байки лаовая»

Китайцы не говорят прямо слово «нет», а отказывают завуалированно

стал сотрудничать с консульствами России в Китае и даже не раз выручал россиян, попавших там в трудную ситуацию.

— Однажды парнишка, россиянин, находясь на территории Китая, просро-

чил визу, — рассказывает Елена. — Потом пришёл в иммиграционную службу: мол, паспорт потерял. Проверили в системе — виза действительна. Парня посадили в изолятор до выяснения обстоятельств. Так

он и сидел, пока его мать, которая была в России, не забила тревогу и не обратилась в «Байки». Наша группа выступала связующим звеном между родными молодого человека и генконсульством РФ в Китае. Парню ускоренным образом сделали в посольстве документы, и его депортировали в Россию за счёт Китая.

Ни дня без чая

Елена переняла у китайцев некоторые привычки. — Есть такое понятие «чхабудо» — «почти что», я взяла его на вооружение, усмирив свой перфекционизм, — смеётся она. — Ну и в любой непонятной ситуации пить горячую воду — тоже из Китая: считается, что это полезно для здоровья.

А ещё семья Елены любит пить настоящий китайский чай «Хун МаоФэн». Этот чай они заказывают на китайской фабрике с доставкой. Более того, с фабрикой есть особая договорённость: чайные «блинчики» заворачивают в упаковку с логотипом паблика «Байки лаовая. Китай».

Елена ХАРО

Сообщество «Байки лаовая. Китай»: vk.com/cnlaowai

В ДОБРЫЕ РУКИ



Питомцы ждут хозяев!

В муниципальном приюте САО для бездомных собак «Химки-2» в Молжаниновском живут сотни собак. Каждый день они ждут, что их заберут домой новые хозяева. Если вы мечтаете о четвероногом друге, возможно, найдёте его именно здесь! Для этого нужно приехать в приют. Как до него добраться, волонтер объяснит по телефону. Чтобы забрать собаку, понадобится паспорт для оформления договора ответственного содержания.



Гамлету три года. 50 см в холке. Яркий, энергичный, любит всех без исключения. Прекрасный компаньон и охранник. Хорош для жизни в загородном доме. Здоров, привит, чипирован.



Альбусу три года. Ласковый и жизнерадостный пёс. Обожаем детей, ладит со всеми собаками. Прекрасный компаньон. Знает команды. Участвовал в московских выставках собак. Здоров, привит, чипирован.

Лия ЛЬВОВА

Тел. волонтера: **8-916-830-7656**, Алиса. Фото предоставлены волонтером. Сайт: getsuperdog.ru



УЛЬТРАЗВУКОВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОСЛЕ COVID-19

УЗИ – наиболее точный и доступный метод диагностики. Высокая точность исследования определяется квалификацией специалиста и техническими возможностями экспертного УЗИ-аппарата последнего поколения. Диагностика после перенесённого COVID-19 (даже в лёгкой форме) актуально как никогда: осложнения после болезни могут трансформироваться в серьёзные проблемы со здоровьем.

ВИДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ:

- Сердце (ЭХО-КГ)
- Дуплексное сканирование вен и артерий
- Органы брюшной полости и малого таза
- Почки, мочевой пузырь, ТРУЗИ
- Щитовидная железа, надпочечники
- Молочные железы
- Мягкие ткани

Пенсионерам и льготным категориям граждан скидка 10 %

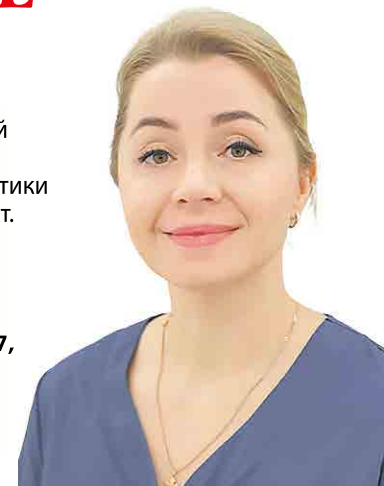
В ГКБ №67 ведёт приём квалифицированный специалист – **Шульгина Екатерина Михайловна**, врач ультразвуковой диагностики высшей категории, практический стаж 10 лет.

Уточнить стоимость и порядок оказания услуг можно по телефону:

+ 7 (495) 177-67-67

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

• www.67gkb.ru • E-mail: pmugkb67@gmail.com



Лиц. на осуществление медицинской деятельности № ЛО-41-01137-77/00578663 от 21.12.2020 г.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Дозреть хурме помогут яблоки

Шеф-повар из Тимирязевского рассказала, что можно приготовить из зимней ягоды

В разгаре сезон хурмы, он продлится до конца декабря. В русский язык слово «хурма» попало из фарси и означает «финиковая слива». Шеф-повар из Тимирязевского Лариса Старцева рассказала, почему эта популярная ягода вяжет, и поделилась любимым рецептом с хурмой.

Вязкая и невязкая

— Во всём мире существует более 700 сортов хурмы. Однако в магазинах чаще всего встречаются всего семь — они самые популярные, — рассказывает Лариса. — Все они делятся на две категории: вязкую и невязкую.

Вязкие сорта приобретают сладкий вкус только после созревания, а невязкие можно есть, даже когда они ещё твёрдые и не совсем спелые.

— Однажды в детстве родители говорили при мне, что хурма вяжет. И хохотали, услышав от меня вопрос: «Чем вяжет хурма? Как бабушка, спицами?» — улыбается Лариса. — Когда я попробовала

недозревшую ягоду, всё сразу поняла.

Кстати, есть неспелую хурму не так уж безопасно. Дубильные вещества, из-за которых появляется вяжущий вкус, попадая в организм, склеиваются с белками пищи и связываются в плотные клубки — фитобезоары. В сложных случаях даже может понадобиться помощь врача.

Есть неспелую хурму не так уж безопасно

Кофе из косточек

Когда Лариса ещё училась в школе, она прочитала, что в XIX веке в США семена хурмы очищали, сушили, обжаривали, перемалывали в муку и пекли хлеб. А ещё косточки использовали как заменитель кофе.

— Я решила попробовать смастерить заменитель кофе, тем более что у мамы от обычного кофе поднимается давление. Освободила косточки от мякоти, промыла, просушила и обжарила на сильном огне, — рассказывает она. — Потом перемолола в кофемолке и получился «кофе» с необычным вкусом. Я предложила чашечку такого «кофе» маме, ей понравилось.

Многие знают, что незрелую хурму надо положить в морозилку, и там она станет сладкой.

— Я предпочитаю другой способ, — советует Лариса. — Хурма из морозилки получается какая-то водянистая. Лучше положить её в камеру для хранения овощей и фруктов, в пакет с яблоками. У яблок есть свойство выделять этилен, а это ускоряет созревание.

Лия Львова

ДОСЬЕ

Лариса работает поваром почти 40 лет.

Начинала в ресторане телестудии «Останкино», потом работала в знаменитом советском «Интуристе».

Сейчас она трудится в ресторане русской кухни. Увлекается кондитерской флористикой.

По словам Ларисы, в мире более 700 сортов хурмы



Денис Афанасьев

РЕЦЕПТ ОТ ШЕФ-ПОВАРА

Хурма с пармской ветчиной

Рвём листья салата руками на мелкие кусочки, нарезаем кубиками сыр, пармскую ветчину — кусочками на свой вкус, хурму режем дольками.

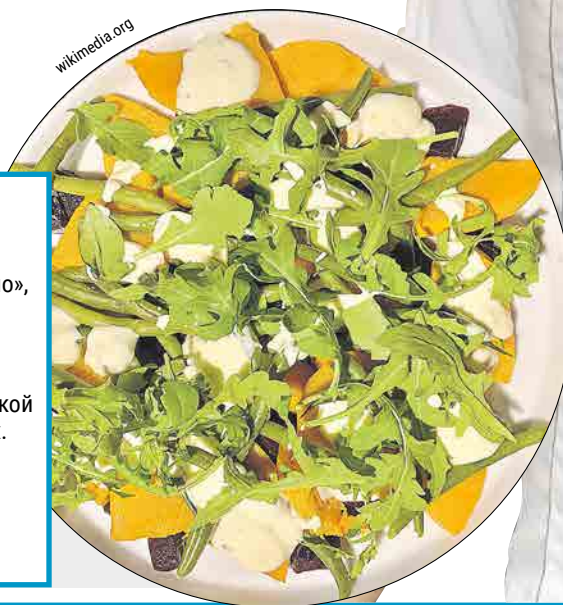
Смешиваем ингредиенты для соуса и заправляем салат, выкладываем его на блюдо, вокруг — хурму дольками, сверху — сыр и ветчину и поливаем соусом.

На одну порцию:

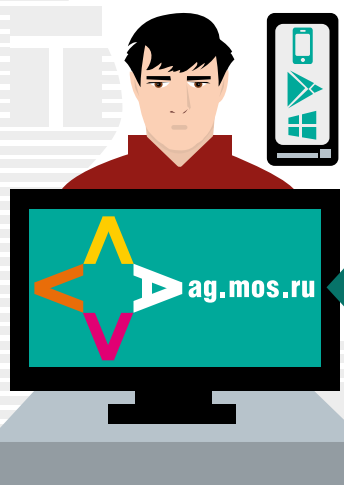
- микс листовых салатов — 150 г («айсберг», «романо», «радицио»),
- 2 средние хурмы,
- 50 г сыра дорблю,
- 30 граммов пармской ветчины в слайсах.

Для соуса:

- крем бальзамик,
- соль,
- оливковое масло.



КАК поучаствовать в опросах «АКТИВНОГО ГРАЖДАНИНА»



Зайдите на сайт **ag.mos.ru** или скачайте мобильное приложение: **App Store** **Google Play** **Windows Phone**

Зарегистрируйтесь, введя номер мобильного телефона

Вы сможете участвовать в опросах на городские темы



За каждый опрос на счёт участника проекта поступают баллы, которые можно обменивать в магазине портала на билеты в музеи, на парковочные часы, сувениры и другие поощрения

1 БАЛЛ

1 БАЛЛ

1 БАЛЛ

Вложил деньги, а компания исчезла...



Вложил деньги в финансовую организацию, а компания в итоге исчезла, офисы закрыты. Что можно сделать?

Евгений, Дмитровское ш.

Отвечает юридическая компания «Вектор Прайм». Тем, кто вложил свои деньги в подобные «конторы», следует незамедлительно обратиться в суд с иском о признании своих денежных средств, подкрепив иском заявлением ходатайством

о наложении ареста на счета и имущество компании (при наличии таковых) в рамках обеспечительных мер. Также юристы и адвокаты настоятельно рекомендуют обратиться в пра-

воохранительные органы с заявлением.

Важно понимать, что оттягивание сроков решения проблемы может привести к плачевным последствиям.



Профессиональная помощь юристов и адвокатов

Первая консультация бесплатно

mpcvector.ru +7 (495) 21 21 027

- ▲ Водный стадион, ул. Адмирала Макарова, д. 8, стр. 1, 2 подъезд
- ▲ Беляево, ул. Профсоюзная, д. 93А, 4 этаж, оф. 425
- ▲ Варшавская, Чонгарский бульвар, д. 4, корп. 2, оф. 6
- ▲ Бибирево, ул. Плещеева, д. 18, корп. 2, 1 этаж, оф. 23
- ▲ Алексеевская, Проспект Мира, д. 95, стр. 1, 5 этаж, оф. 13
- ▲ Семёновская, ул. Щербакоская, д. 3, 3 этаж, оф. 311
- ▲ Октябрьское Поле, ул. Народного Ополчения, д. 43, корп. 2, 1 этаж, оф. 3
- ▲ Кузьминки, Волгоградский проспект, д. 139, 4 подъезд, 2 этаж, оф. 1

реклама 0998

ИНН 652714324623

Гоша подрался на Ленинградке

Какие художественные фильмы снимали в Головинском районе

Мы продолжаем рассказывать о кинолентах, которые снимали в нашем округе. О том, где именно располагались съёмочные площадки самых известных из них в Головинском районе, «Северу столицы» рассказал историк и краевед с Авангардной улицы Александр Поляков.

Вместо подворотни — кафе

Головинский район давно приглянулся кинематографистам как место, куда можно «селить» героев кинолент. Это типичный московский спальный район. Здесь много стандартных многоэтажек, магазинов, недорогих кафе, служб быта... Тут, к примеру, снимали эпизод получившей премию «Оскар» советской мелодрамы «Москва слезам не верит» (1979) режиссёра Владимира Меньшова.

— Во второй серии фильма Гоша в исполнении Алексея Баталова идёт разбираться с хулиганами, задиравшими парня Саши Тихомировой, и заходит в подворотню кирпичной шестнадцатизэтажки. Именно здесь, на Ленинградском шоссе, 84, снимали драку, которую он устроил, — рассказывает Александр Поляков.

По его словам, сейчас узнать это место из фильма сложно.

— В начале 2000-х часть двора перекрыли, перестроили и сделали внутри кафе. Одна из бывших арок двора, та, что поуже, стала его дверью, а та, что пошире — окном. Кафе несколько раз меняло название, но существует до сих пор, — говорит Александр.

Конверт привёл на погост

Головинский район не обошли стороной и современные кинематографисты. Например, финальную сцену психологиче-

ского триллера «Конверт» (2017) режиссёра Владимира Маркова снимали на Головинском кладбище (Головинское ш., 13).

— Съёмки проходили холодной апрельской ночью. Главная героиня фильма — следователь Марина Озёркина в исполнении Юлии Пересильд — вместе со спутником подходит к воротам кладбища. Туда их привёл адрес на загадочном конверте. Сторож с грохотом разматывает цепь. Они

Юлию Пересильд съёмки на кладбище не испугали

заходят на территорию. А между могильными плитами их уже ждёт нечто... — рассказывает Александр Поляков. — Сцену снимали два часа. Была полночь, температура опустилась до нуля градусов. Юлия Пересильд потом рассказывала в своих интервью, что очень замёрзла, но страшно не было. К кладбищам она относится спокойно.

Также Головинское кладбище можно увидеть в короткометражках: ужастике «Кладбище забытых мертвецов» (2013) и «Внеземной» (2013) режиссёра Сергея А.

Расследования на прудах

Ещё одно популярное место для съёмок — Головинские пруды. Например,

здесь снимали эпизоды одной из серий детективного сериала «Анатомия убийства» (2019–2022) режиссёра Артура Румынского.

— Герои фильма сидят на лавочке в парке с видом на пешеходный арочный мостик на прудах. Также в кадр попадает одна из построек усадьбы Михалково, — рассказывает краевед. — Её стену можно заметить и в другой сцене — когда полицейские оцепляют место, где произошло убийство, — в кадре видна историческая ротонда.

А ещё на Головинских прудах и в их окрестностях до сих пор регулярно проходят съёмки криминального телесериала «След». Скоро телезрители увидят уже 28-й сезон киноэпопеи.

Наталья АНОХИНА



Эту арку перекрыли в начале «нулевых»



В одной из сцен сериала «Анатомия убийства» герои сидят на лавочке у Головинских прудов



Файна Григорьевна сохранила ясный ум и чувство юмора

Файне Шокуровой из Хорошёвского исполнилось 103 года

Файна Шокурова с 1-го Хорошёвского проезда в конце ноября отметила 103-й день рождения.

В семье Файны Григорьевны все прожили долгую жизнь. Сестра дожила до 97 лет, супруг ушёл в возрасте за девяносто. А племяннику Владимиру восемьдесят.

— Если 100-летие тётки справляли в широком кругу, то нынешний день рождения она встретила со мной и с сиделкой. Из-за больных коленей в последнее время Фаячка — так её называют близкие — передвигается на коляске, — рассказывает Владимир. — Но к празднику готовилась тщательно. Тётя всегда была красивой и модницей: каблочки, платья... Она и сейчас выглядит достойно: в застиранном халате её не увидишь. Захотела на день рождения новый чёрный брючный костюм. Сняли мерки, я поехал в магазин. И дважды осечка! То с размером не угадал, то воротник тётя хотела стоечкой, а привёз отложной. Слава богу, в итоге в интернет-магазине подобрали идеальный костюм!

Файна Шокурова — участница советско-финской кампании, Великой Отечественной войны, жила в блокадном Ленинграде. В составе медицинской службы 79-й дивизии противовоздушной обороны фельдшер Файна Григорьевна возглавляла медпункт штаба, исполняла обязанности начальника отделения медицинского

снабжения. Она не раз вылетала на санитарном самолёте во фронтную зону спасать раненых.

— Однажды нас вызвали к двум сбитым немецким лётчикам, — вспоминает она. — Один из них в медпомощи не нуждался, а вот второму я делала перевязку головы. Лукавить не буду: энтузиазмом не горела, но такая у меня работа.

В годы войны Файна познакомилась с будущим мужем Михаилом, связистом. Победу встретили под Ригой. Там и поженились в 1946 году.

— После войны тётя работала медсестрой в госпитале им. Бурденко, потом на Московской городской станции переливания крови. А её супруг был одним из разработчиков первого отечественного аппарата по дроблению камней в почках. Сам страдал этим заболеванием, вот и решил помочь таким же. Аппарат в своё время закупили ведомственные здравницы. Ему и квартиру дали в этом элитном в те времена жилом комплексе, — вспоминает Владимир.

Разменяв второе 100-летие, Файна Шокурова сохранила ясный ум, чувство юмора, следит за новостями.

— Тётя помнит наизусть телефонные номера аптеки, социальной службы и всех своих знакомых, — говорит Владимир. — Никогда не жалуется. Наоборот, считает, что живёт очень хорошо.

Оксана МАСТЮГИНА

ШАЛЯПИН русского футбола

Исполнилось 100 лет со дня рождения великого Всеволода Боброва, жившего на Ленинградке

*Вихрастый, с носом чуть картошкой,
— ему в деревне бы с гармошкой,
а он — в футбол, а он — в хоккей...
И вечно — русский, самородный,
на поле памяти народной
играет Всеволод Бобров!..*

Эти строки из стихотворного посвящения Евгения Евтушенко великому Всеволоду Боброву. 1 декабря исполнилось 100 лет со дня его рождения — человека удивительной судьбы, которая как могла хранила Всеволода Михайловича в какие-то эпизоды его яркой, но всё-таки короткой жизни.

Особенная кепка

Как-то капитан знаменитой футбольной команды лейтенантов ЦДКА Валентин Александрович Николаев пригласил меня в гости в знаменитый дом 75, корп. 1, на Ленинградском проспекте — генеральский, как говорят в народе. Пока поднимались к нему на этаж, Николаев устроил небольшую экскурсию: вот здесь Бобров жил, здесь — Федотов...

Николаев вспоминал, как в 1950-х многое, что было связано с Всеволодом Михайловичем, становилось модным. Например, мужчины независимо от возраста и профессии носили «бобровскую» кепку. В народе даже ходила история о том, как якобы Боброва, который поздно вечером возвращался в гостиницу, встретили какие-то хулиганы и потребовали снять часы и кепку. На что тот спокойно ответил: «Ребята, я же Бобёр, вы чего?» Те присмотрелись и потом долго извинялись.

Роковой рейс

Среди болельщиков послевоенной поры ходило поверье, что Всеволод Бобров был заговорённый. Мол, судьба его хранила с той поры, как



Мемориальная доска на стене дома 75 на Ленинградском проспекте

Среди болельщиков ходило поверье, что Всеволод Бобров был заговорённый

он в далёком детстве вместе со своими братьями и друзьями провалился под тонкий лёд. Братья Бобровы спаслись, их друзья — нет.

Но наибольшее количество историй связано с авиакатастрофой хоккейной команды ВВС, куда его пригласил сын Сталина Василий.

Сам Бобров рассказывал, что заведённый им на 4 часа утра будильник не прозвонил и он проспал рейс. Борт даже задержали на два часа, но в итоге всё равно подняли в воздух без игрока. Бобров отправился в Челябинск на поезде. А самолёт разбился — погибли все пассажиры и экипаж.

Рулевой «Красной машины»

Бобров — обладатель многих исторических рекордов. И где-то даже первооткрыватель — как спортсмен, как тренер. Поездка с «Динамо» в Британию и великопепная серия успешных футбольных матчей с разницей забитых и пропущенных мячей 19:9, без сомнения, вошла в историю. Как и хоккейная суперсерия-72, в которой Всеволод Бобров был уже во главе советской сборной. И именно он руководил «Красной машиной», что решилась впер-



Всеволод Бобров с кубками Европы и мира. 1954 год



Бобров был уникальным спортсменом и тренером

вые бросить вызов считавшимся непобедимыми канадским профессионалам. Первый матч, который завершился со счётом 7:3 в пользу советской команды, привёл в шок канадскую общественность. Его помнят многие.

Став тренером, Бобров быстро понял, как изменчива и капризна судьба в

этой профессии. Осенью 1978-го его уволили с поста главного тренера футбольного ЦСКА.

Этого Всеволод Михайлович уже не перенёс. Вскоре на тренировке он почувствовал себя плохо, и прямо со стадиона его отвезли в красногорский госпиталь. Постепенно здоровье его пошло на поправку, он

Основные достижения

Всеволод Бобров — заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер СССР, олимпийский чемпион 1956 года. Единственный в истории спортсмен, выступавший и на летних (1952), и на зимних (1956) Олимпийских играх, бывший при этом в обоих случаях капитаном национальной сборной. Трёхкратный чемпион СССР по хоккею и шестикратный — по футболу

стал разговаривать и шутить с медицинским персоналом. Но 1 июля 1979 года Всеволод Михайлович ушёл... Причиной смерти стал тромб.

Шляпин русского футбола, Гагарин шайбы на Руси...

А вообще, сейчас можно представить человека, который на уровне сборных играет и в футбол, и в хоккей? Или сегодня тренирует сборную по хоккею, а завтра футбольный клуб Высшей лиги?

Александр
ИВАНОВСКИЙ

АФИША



Мультфильмы на Костякова

На программу «Мульттутренник» приглашает 11 декабря в 10.00 кинотеатр «Искра» (ул. Костякова, 10). Вы увидите отечественные мультфильмы «Лиса, медведь и мотоцикл с коляской» (1969) и «Крокодил Гена» (1969). Подробности и регистрация на сайте mos-kino.ru, раздел «Специальные мероприятия».



Смотреть здесь

Спектакль в центре «Нега»

Интерактивный спектакль «Портрет» по повести Н.В.Гоголя пройдёт 10 декабря в 18.00 в центре культуры «Нега» (Дмитровское ш., 33, стр. 5). В отдельные моменты зрители смогут почувствовать себя полноправными участниками театрального действия. Регистрация по тел. (499) 976-5895. Подробности на сайте cbssao.ru



Смотреть здесь

Встреча с художником на Михалковской

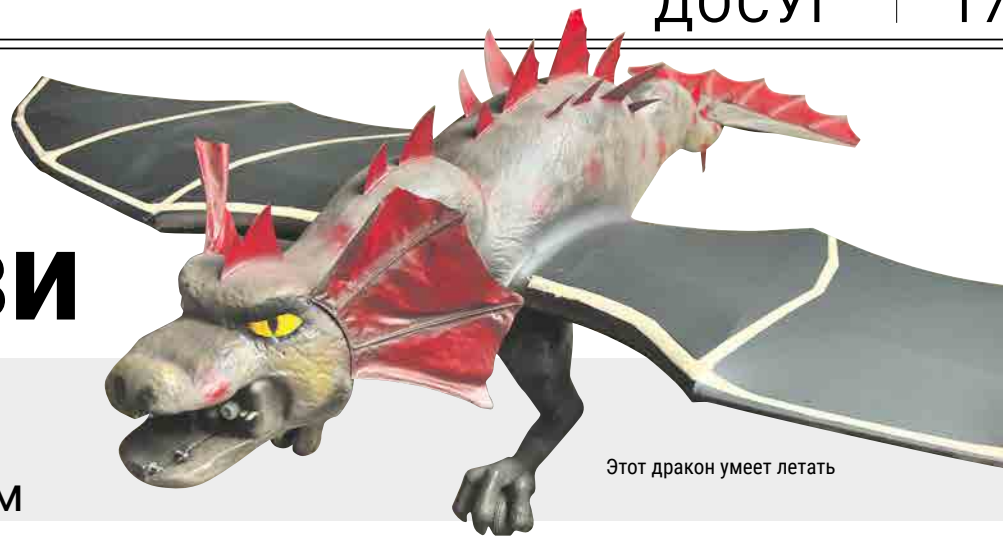
На встречу с иллюстратором-комиксистом Аскольдом Акишиным приглашает школьников 14 декабря в 17.00 Центральная детская библиотека №46 им. И.З.Сурикова (Михалковская ул., 15). Он расскажет о специфике своей профессии и о том, к чему должен стремиться каждый художник. Тел. для справок (499) 154-1012, вход свободный. Подробности на сайте cbssao.ru Алексей ТУМАНОВ



Смотреть здесь

Дракон на привязи

В центре при МАИ школьники бесплатно осваивают авиамоделизм



Этот дракон умеет летать

Андрей Дмыгров

На бесплатные занятия по авиамоделизму приглашает детей и подростков 8-17 лет Центр авиационного творчества учащихся (ЦАТУ) при МАИ. О том, что такое авиамодельный спорт и чем ребята занимаются в центре, рассказал его начальник заслуженный мастер спорта, трёхкратный чемпион мира по авиамоделизму Игорь Трифонов.

Планер из потолочной плитки

— Раньше авиамодельные секции были в каждом доме пионеров, сейчас их ещё поискать, —

Сначала новички делают простейшие модели из бумаги

рассказывает Игорь Трифонов. — А ведь на таких занятиях у нас ребята получают навыки работы руками, осваивают основы авиационной, аэродинамики, строят необычные модели самолётов и участвуют в соревнованиях. Сегодня один из выпускников ЦАТУ Артём Павлов — победитель и призёр многих городских и всероссийских соревнований, в свои 18 лет вы-



Центром руководит трёхкратный чемпион мира по авиамоделизму Игорь Трифонов

Андрей Дмыгров

ступает по разряду мастера спорта.

Новички сначала делают простейшие модели из бумаги, картона. Отличный материал для планеров, оказывается, простая потолочная плитка. Потом уже наступает черёд кордовых (летающих по кругу на привязи-корде) и радиоуправляемых моделей.

Воздушные бои

— Ребята строят порой весьма необычные модели, — говорит Игорь Трифонов. — Например, у нас

есть «летающий дракон на привязи» — кордовая модель дракона. Но в основном, конечно, это спортивные модели.

На кордовых моделях ребята осваивают воздушные бои: надо суметь зайти сопернику в хвост и винтом срубить прикреплённую к нему длинную бумажную ленту. Радиоуправляемые модели, их делают как с нуля, так и из покупных комплектов деталей, — это уже высший пилотаж, полёты на скорость.

Но сам Игорь Трифонов

— сторонник корды. Говорит, что эта модель имеет обратную связь с пилотом: спортсмен чувствует движение руками, напрягается, чтобы совершить тот или иной манёвр, как настоящий лётчик.

Профессия на всю жизнь

Многие, прошедшие школу ЦАТУ, поступают работать в МАИ или выбирают профессии, связанные с авиацией, тем более что в ближайшем будущем в центре планируют

открыть отделение квадрокоптеров.

— Сегодня квадрик — для многих просто модное развлечение, — говорит Игорь Трифонов. — Но на самом деле дроны сегодня задействованы во многих отраслях: в армии, МЧС, журналистике, киноиндустрии, экологии и так далее. Так что наши ребята, освоившие дроны, в жизни точно без куска хлеба не останутся!

Алексей ТУМАНОВ

ЦАТУ МАИ: Ленинградское ш., 5, комплекс МАИ, корп. 4, тел. 8-916-477-7710. Сайт: pre.mai.ru/education/aviamodel

Ответы на sudoku со стр. 20

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

«Север столицы» теперь в Телеграме!

Новости Северного округа теперь можно читать в мессенджере Телеграм. Здесь публикуются информация из вышедшего номера и заметки, только что написанные нашими корреспондентами. Тематика прежняя: общественно-политическая и хозяйственная жизнь Москвы и округа, интервью с интересными людьми, криминальная хроника, афиша культурных событий. Подписаться на наш канал можно по ссылке t.me/Sever_Stolicy_news_SAO.



ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

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

1681 РЕКЛАМА ИНН: 9701161901 **БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ** 8 (499) 938-47-98



Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru

Нонна Гришаева: В роли мстительной фурии я себя чувствую прекрасно

Актриса рассказала о своём участии в мюзикле про Дон Жуана и о любви к району Сокол

Нонна Гришаева недавно дебютировала в Москве в мюзикле «Дон Жуан. Нерассказанная история». Актриса вышла на столичную сцену в роли Пилар, ревнивой жены Дон Жуана. Перед спектаклем она рассказала о том, как оказалась вовлечена в эту постановку, какие мужчины ей нравятся и почему район Сокол, где сегодня живёт её мама, так похож на родную Одессу.

Вмешалась дочь

— Нонна, это правда, что в этом театральном проекте вы оказались благодаря дочери Анастасии?

— И это чистая правда! Надо сказать, что о мюзикле я впервые услышала незадолго до его премьеры от Ивана Ожогина, исполняющего там главную мужскую роль. Он же и рассказал мне о планах продюсеров пригласить меня в проект. Сама идея и героиня мне очень понравились, сразу показались мне интересными, но я вынужден-

но отказалась, поскольку на тот момент была крайне загружена работой. Но об этом моём решении узнала моя дочь, большая поклонница таланта Ожогина.

Испанская коррида мне не нравится, а фламенко в моём сердце навсегда

на. «Мама, как ты могла? Если ты откажешься играть в одном спектакле с Ивановым, я никогда тебе этого не прощу!» — заявила мне Настя.

— А что для вас интереснее, важнее — кино или театр?

— Театр я люблю, конечно, больше, чем кино. Театр — это живой обмен энергией со зрителем. В кино же тебя могут смонтировать как

удбно, а то и вовсе вырезать — и никто не увидит твоей гениальной игры. А в театре: вот ты на сцене, вот зритель перед тобой в зале — и все видят, на что ты способен. Сегодня я работаю в пяти театрах, в одном из которых — Московском областном ТЮЗе — являюсь художественным руководителем.

— Можете немного рассказать о своей героине? Она вам близка по характеру?

— Наоборот, очень далека, слава богу. Месть не мой жизненный формат. Как человек верующий я абсолютно знаю, что мстить не наше право. Господь всё видит и сам за всё воздаст. Да и мужа меня не бросали, поэтому мне сложно понять, каково это — быть брошенной женой, мечтающей отомстить. Единственное пересечение с моей героиней — любовь к фламенко. Но вот в роли мстительной фурии я себя чувствую прекрасно! Дон Жуана играет великолепный Иван Ожогин, и работать с таким партнёром, даже в качестве брошенной

жены, — счастье! Обращение вообще очень интересный, мечущийся. Она всё время не может определиться, любит его или ненавидит. Эта история, я считаю, в первую очередь о любви. Потом уже о какой-то мести.

В мужчине главное — чувство юмора

— А какой тип мужчин вам лично симпатичен?

— Для меня в мужчине самые главные черты — чувство юмора и самоирония. Эти качества не могут существовать отдельно от природного ума. Мужского.

— Бывали ли вы на родине своей героини, в Испании?

— Была, и несколько раз. И по работе, и просто в туристических поездках. Помню, как особенно меня поразила архитектура Гауди в Барселоне. Эти обтекаемые формы, когда не должно быть ника-



Кирилл Зыков/Агентство "Москва"

ких углов, — меня потрясла такая концепция. Мне никогда не нравилась коррида: не могла смириться с убийством животных, а вот страстное фламенко поселилось в моём сердце навсегда. Для мюзикла о приключениях благородного мстителя Зорро, в котором я играла цыганку Инес, я осваивала технику фламенко с испанским хореографом Сауло Гарридо. Помню, он нам командовал: «Включите эмоции, побольше испанской страсти!»

— В России есть люби-

мые места силы, куда любите возвращаться?

— Мой любимый город — Санкт-Петербург. Я как человек, бесконечно восхищающийся архитектурой, считаю, что именно Северная столица — самый красивый город в России. А самое любимое место — это, пожалуй, Невский, его пересечение с Аничковым мостом.

— В Москве вы долгое время жили в районе Сокол, который сравнивали с родной Одессой.

— Сокол архитектурно

реклама и частные объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

• Агентство. Покупка, продажа квартир, комнат, долей. С долгами, неприватизированных. Т.: 8 (495) 231-8042, 8 (495) 924-5016
• Ареную жильё. Т.: 8-964-635-0700
• Ареную у метро. Т.: 8-915-165-1903

• Жители Москвы снимут квартиру. Т.: 8-967-066-1442
• Куплю квартиру, комнату. Т.: 8-916-916-1651
• Сниму комнату, однокомнатную кв. Т.: 8-985-999-5831
• Сниму комнату, срочно. Т.: 8 (495) 999-2882
• Супруги из г. Клина снимут квартиру, срочно. Т.: 8-985-999-2882

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

• Акция. Скидка 50%. Ремонт холодильников, стиральных, телевизоров, плит. Выезд бесплатный. Т.: 8 (495) 720-9672
• Антенна, настройка, ремонт ТВ. Т.: 8-977-575-8564
• Ремонт: стиралки, холодильники и пр. Т.: 8-985-636-9189

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ
Пенсионерам **50% ВЫЕЗД**
☎ 8 (495) 023-13-75

• Ремонт стиральных машин, холодильников. Т.: 8-969-777-2896
• Ремонт стиральных машин, электроплит и холодильников. Диагностика бесплатно. Т.: 8-980-900-7114
• Ремонт швейных машин. Т.: 8 (495) 142-2058, 8-925-642-5807

РАБОТА

• Консьержка на постоянную работу. График 1/3. З/п 1125 руб./смена (м. «Речной вокзал»). Т.: 8-906-054-7290
• Помощник руководителю! Т.: 8-967-134-2777

• Работа вахтёрши в подъезд (Митино). Т.: 8-903-227-5604

ЗНАКОМСТВО

• Сваха. Гарантированно! Т.: 8-985-985-6025

КОМИССИОНКА

• Антиквариат. Книги. Значки. Статуэтки. Подстаканники. Иконы. Янтарь. Самовары куплю. Т.: 8 (495) 643-7212
• Библиотеку домашнюю. Т.: 8 (495) 724-3045
• Выкуп книг, посуды. Т.: 8-925-509-2894
• Души. Сервисы. Т.: 8-916-993-3664
• Книги, картины куплю. Т.: 8-906-770-1988
• Купим книги, документы, ноты, фотографии до 1940 г. Т.: 8-985-275-4333

• Куплю книги. Т.: 8-958-815-0321
• Куплю книги, посуду. Т.: 8-917-533-5750
• Куплю ненужное. Т.: 8-916-053-1698
• Купим предметы, изделия СССР! Т.: 8-925-770-3000
• Куплю старые банкноты: швейцарские франки, английские фунты. Военный антиквариат. Т.: 8-999-715-3560
• Радиоэлектроника. Т.: 8-916-774-0005, Дмитрий
• Часы (любое состояние), значки. Т.: 8 (495) 723-1905

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

• Адвокаты. Возврат квартир. Т.: 8 (495) 210-2563
• Юрист. Т.: 8-919-965-2000

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

• Автогрузоперевозки. Недорого. Т.: 8 (495) 728-6981
• Грузоперевозки. Т.: 8 (495) 744-7852
• Грузоперевозки. Т.: 8 (495) 778-7366
• Грузоперевозки. Профгрузчики. Упаковка. Т.: 8 (495) 220-2235, 8-903-000-7592
• Перевозки. «Газель». Т.: 8-925-590-9106

МЕБЕЛЬ

• Ремонт, перетяжка мягкой мебели на дому. Т.: 8 (495) 740-7943

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
8 (495) 782-82-12
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН:
www.edinrek.ru

HOMEWAY
недвижимость

КВАРТИРЫ, ДОМА
КУПИТЬ, ПРОДАТЬ
8 (499) 481-88-88

СТ. М. «ВЕРХНИЕ ЛИХОБОРЫ»
УЛ. ДУБНИНСКАЯ, 2, К. 6



Нонна Гришаева в спектакле «Люся. Признание в любви» в Театре имени Вахтангова

похож на Одессу. И квартира на Соколе была моей мечтой. Я часто себе говорила: «Гришаева, когда ты купишь квартиру, то это будет на Соколе!» В результате купила себе две квартиры. Одну, правда, продала: нам всем стало уж слишком тесно и мы переехали в дом в Новой Москве, в районе Троицка. Ещё недавно это было Подмосковье. Во второй до сих пор живёт моя мама. Когда она переехала ко мне в Москву, то сразу заявила, что никогда отсюда не переедет, потому что Сокол — это Одесса! Здесь растут каштаны, которых очень много в моём родном городе. А сталинские дома так напоминают центр Дерibasовской, а я родилась в самом центре, на улице Карла Маркса. Даже фонтан на Соколе очень напоминает тот, который стоит в одесском горсаду.

— **В 51 год вы**

потрясающе выглядите и подчёркиваете, что обходитесь без пластических операций. Как вам это удаётся?

— Во-первых, у меня мо-

Моё коронное блюдо — икра из синеньких

лодой муж и я не имею права расслабляться. Каждый день я начинаю с дыхательных практик, йоги и тренировок за балетным станком. К пластическим операциям — да, пока не прибежала, но считаю, что вечная борьба женщин со временем за вечную молодость естественна. Диеты? Просто стараюсь не есть на ночь.

Я не ем после 19 часов и завтракаю после 11 часов. Таким образом, у меня получается интервальное голодание. Признаюсь, очень люблю сладкое. Всю жизнь себе в этом не отказывала, могла перед сном съесть хоть целый торт. Но после сорока пяти пришлось сократить «дозу». Плюс я не ем макароны, белый хлеб и пироги. Колбаса также под запретом. Мой желудок её просто не переваривает. Предпочитаю овсянку на воде. Вообще, готовить люблю, но времени не хватает. А так, моё любимое коронное блюдо одесской кухни — икра из синеньких, или баклажанов, стараюсь при каждом удобном случае её приготовить.

— **Если вдруг свободное время, как любите его проводить?**

— Работаю без выходных. Но если такое редкое явление случается, то обязательно

провожу время с семьёй. С детьми едем к маме, ходим в театры, на премьеры, ездим в торговые центры. Досуг — как у всех. Чтобы справиться со стрессами, необходимы уединение и возможность заняться собой. Посещаю косметолога, прохожу детокс-курсы. Расслабляюсь и подпитываюсь энергией в тишине.

— **Есть у вас какая-то заветная мечта? Например, сыграть какую-то роль?**

— Есть, и она скоро сбывается! Я всегда мечтала сыграть Филумену Мартурано. И я счастлива, что в скорости я эту мечту осуществлю. В Театре Вахтангова на исторической сцене этот спектакль будет поставлен режиссёром Мариной Пахомовой, со мной в роли Филумены!

Беседовала
Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

РАЗГОВОР БЕЗ СУЕТЫ

Рубрику ведёт
православный
журналист
Михаил Устюгов



Обладал ли Христос чувством юмора

Принято считать, что Христос никогда не смеялся. Обычно так говорят, потому что об этом не написано в Евангелии. И всё же трудно себе представить абсолютно серьёзного Спасителя на свадьбе в Кане Галилейской, в весёлом дружеском кругу, где Он совершил радостное чудо — превратил воду в превосходное вино. Вот и митрополит Иларион (Алфеев) пишет, что Иисус, несомненно, обладал чувством юмора и это ощущается в некоторых Его притчах.

А как помогает юмор в общении, как облегчает выход из затруднительных ситуаций! Этим даром был щедро наделён протоиерей Димитрий Смирнов, с которым мне не раз довелось беседовать. Помню мой неловкий вопрос: «Надо ли руководить чтением верующих?» Он с улыбкой ответил: «Никем не надо руководить: дураков нету. Если человек спрашивает и я вижу, что ему что-то интересно, я обычно говорю: думай сам! Каждый человек уникален. Только по глупости можно кем-то начать руководить».

Священник Александр Шестаков вспоминал, как однажды опоздал на богослужение и был уверен, что ему сильно достанется от отца Димитрия. А дальше произошло вот что.

«Простите меня за опоздание», — тихо-тихо сказала. Он чётко и раздельно ответил: «Ни за что», пряча улыбку в свои белёсые усы. И сразу стало так легко и свободно, и вся служба совершалась на особом духовном подъёме».

Другой мудрый батюшка — протоиерей Игорь Фомин — сказал как-то в проповеди: «Надежда умирает предпоследней. Последним умирает чувство юмора». Вроде шутливо, но есть над чем подумать.

А в книге игуменьи Феофилы (Лепешинской) «Плач третьей птицы» целый раздел посвящён монастырскому юмору, типа: «Идут три монахини, и вдруг дорогу им перепрыгает чёрная кошка. Двое встали как вкопанные. «Ну что вы такие маловерные! — убеждает их третья. — Плюньте через левое плечо и идите дальше!»

Умение разрядить обстановку, подшутить над самим собой — дар Божий. Пост, покаяние не означают для верующего мрачности и меланхолии. «Если, сокрушаясь, станешь ты каяться и плакать много, то не получишь никакой пользы, — писал преподобный Симеон Новый Богослов. — Бог есть радость и не согласен входить в дом, где печальтятся и скорбят».

реклама и частные объявления

АВТОМОБИЛИ

- Автовывкуп. Честно. Т. 8 (495) 227-5655
- Автовывкуп. Т. 8-903-542-6962

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Ванная под ключ. Ремонт квартиры поэтапно. Обои. Плитка. Сантехника. Электрика. Натяжной потолок. Циклёвка и ремонт паркета. Ламинат. Т. 8 (495) 978-0344
- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Реставрация, ремонт. Т. 8 (495) 686-9364

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

ЗАМКИ
ВСКРЫТИЕ, ЗАМЕНА
8 (495) 995-5059
Выезд бесплатно

- Сантехник. Мастер-универсал. Т. 8-926-052-5971
- Циклёвка паркета. Т. 8-985-994-4810
- Циклёвка паркета. Т. 8 (495) 761-2388
- Электрик. Т. 8-903-778-0949

РАЗНОЕ

- Дезинфекция. Т. 8-901-517-8080

Все новости округа
ежедневно
на сайте
severstolici.ru

Предприятие питания ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

- Пекарей-кондитеров - 50 000 руб.
- Фасовщиков - 35 000 руб.
- Поваров - 40 000 руб.
- Грузчиков - 35 000 руб.
- Уборщиц/мойщиц - 30 000 руб.
- Кухонных работников - 30 000 руб.

Ждём Ваших звонков!
☎ 8-929-980-23-79



Задавайте
вопросы,
предлагайте
темы для
публикаций

(499) 647-6831
info@saonews.ru,
chitatel@internet.ru

