

Жители Савёловского получили уведомления о неисправном газовом оборудовании **5**

В храмах округа собирают вещи и продукты для беженцев **8**

Актёр Евгений Воловенко: «В благодарность Африке я изменил свою фамилию» **18**



№38 (652) • ОКТЯБРЬ 2023

ОКРУЖНАЯ ГАЗЕТА • МОСКВА

Север Столицы

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



SEVERSTOLICI.RU

INFO@SAONEWS.RU

(499) 647-6831

ПОБЕДИЛА ВСЕХ

Десятиклассница из Коптева выиграла престижный чемпионат по тхэквондо **3**



Ольга Чумаченко



mos.ru

Сергей Собянин: «Московское долголетие» открывает осенне-зимний сезон **2**



Григорий Матвеев

Шеф-повар из Бегового о необычных блюдах из тыквы **15**

Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru



«Московское долголетие» открывает осенний сезон

Жителей CAO приглашают на новые занятия

На осень и зиму проект «Московское долголетие» подготовил для горожан пожилого возраста большое количество занятий. Об этом в своём телеграм-канале сообщил мэр Москвы Сергей Собянин.

«Старшее поколение может получать образование на базе 24 вузов, среди которых МГУ имени Ломоносова, ВШЭ, РГХПУ имени Строганова, Московский политех. Там вновь открыли группы по психологии, ландшафтному дизайну, IT, истории, философии, иностранным языкам и другим дисциплинам. Расширили программу для тех, кто интересуется историей. В проекте открыто свыше 200 групп по истории страны, искусств, кинематографа и краеведению. Профессиональную переподготовку и новую профессию можно получить в Серебряном университете», — написал Сергей Собянин.

Изучаем китайский и катаемся на лыжах

Занятия «Московского долголетия» по истории кинематографа проходят в сети кинотеатров «Москино». Здесь можно узнать истории о производстве фильмов, посмотреть



Максим Мишин/Пресс-служба мэра и Правительства Москвы/mos.ru

В районе Аэропорт научат играть в мини-гольф

Сергей Собянин на открытии центра московского долголетия в Восточном Дегуине. Июнь 2023 года

в столице уже около сотни, горожане старшего возраста создают собственные клубы по интересам. Их в городе уже больше 5 тысяч, там изучают нейрографику, китайский язык, генеалогию и многое другое.

Берём в руки клюшку

Для любителей спорта на выбор 50 видов активностей — от гимнастики до футбола. И конечно, по

традиции зимой в столичных парках стартуют занятия по катанию на коньках и лыжах.

В CAO в филиале «Аэропорт» ТЦСО «Беговой» можно научиться играть в SNAG-гольф. Сейчас идёт набор в секцию.

— Это миниатюрная версия гольфа. Участники соревнуются, загоня маленький мячик в специальные лунки. Для начинающих гольфистов игра не будет

сложна, — пояснил преподаватель Сергей Цветков. — Я объясняю технику игры, показываю, как лучше сконцентрироваться на ударе. Между прочим, этим летом наши «долголеты» принимали участие в 18-м Кубке России по мини-гольфу.

Занятия по мини-гольфу проходят по понедельникам и средам с 17.30 до 18.30 в спортзале школы №1575 на ул. Усиевича, 6. Запись по тел. (495) 870-4444.

Московские заводы увеличили выпуск лекарств

За восемь месяцев 2023 года объём производства медикаментов в городе вырос на 47,6%.

«В столице больше 200 предприятий, выпускающих лекарственные средства и медицинские изделия. С января по август производители поставили заказчиком продукцию более чем на 157 млрд рублей», — сообщил мэр Москвы Сергей Собянин в своём телеграм-канале.

Мэр напомнил, что город поддерживает медицинские компании, в том числе заключая с ними офсетные контракты. Всего городские программы включают больше 20 мер, в частности субсидии и целевые займы.

100-й электробусный маршрут появился в Москве

За пять лет число электробусных маршрутов в столице достигло ста. Об этом Сергей Собянин сообщил на своём сайте sobyanin.ru.

В конце сентября электробусы вышли на маршруты: №74 (МЦД Курьяново — метро «Кузьминки»), №762 (МЦД Курьяново — метро «Братиславская») в ЮВАО и №875 (город Троицк (микрорайон В) — МЦД Крёкшино) в ТиНАО. 100-м электробусным маршрутом стал шаттл для студентов МФТИ от станции метро «Физтех» в СВАО. Ему присвоили красивый номер — 555. Проезд на нём остался бесплатным, а расписание по-прежнему учитывает график занятий студентов.



Как отправить сообщение на портал «НАШ ГОРОД»

- 1 На главной странице нажмите кнопку «Сообщить о проблеме»
- 2 Укажите адрес или отметьте точку на карте
- 3 Выберите тему или найдите её по ключевому слову
- 4 Опишите проблему
- 5 Загрузите фотографию
- 6 Нажмите на кнопку «Отправить»

Модерация сообщения — не более 24 часов

Официальный ответ — в течение 8 рабочих дней

Каждый второй вопрос решается за 1-2 дня

Школьница из Коптева выиграла престижный чемпионат по тхэквондо

Десятиклассница школы №1287, жительница дома на улице Зои и Александра Космодемьянских Мария Кондратьева выиграла межрегиональный чемпионат РФ «Запад — Восток», прошедший недавно в Московской области. Она кандидат в мастера спорта, член

юниорской сборной столицы. Пятнадцатилетняя Мария — двукратная чемпионка Москвы, но, по её словам, она всё равно очень волновалась. На чемпионат собрались десятки спортсменов разных возрастов со всех концов страны. Самым труд-

ным оказался полуфинальный бой. Её соперницей стала девушка из взрослого состава — и старше, и опытнее. Но всё равно Мария выиграла. А в финальном поединке победа над соперницей из Иванова далась гораздо легче. — Я ходила в детстве на каратэ, но там было неинтересно: всё заранее разучивали, репетировали, как в кино. Дома мы, бывало, дрались со старшим братцем, и он брал верх. Вот папа и посоветовал тхэквондо, где реальные поединки, чтоб я отпор ему дала. Сегодня он на меня

даже косо не посмотрит, — смеётся чемпионка. — Моя мечта — войти в сборную России, выступать на международных соревнованиях за страну.

Мария думает связать свою жизнь со средствами массовой информации, ведь она учится в специализированном медиаклассе. Хотела было податься, когда подрастёт, в профессионалы, выступать в октагоне ММА (смешанные единоборства), но мама пока не разрешает.

Алексей ТУМАНОВ

Папа посоветовал пойти на тхэквондо, чтобы давать отпор старшему брату



Мария — кандидат в мастера спорта, входит в юниорскую сборную столицы

Ольга Чумаченко

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Андрей Дмитриев

Пора переобуваться

Пришло время менять автомобильную резину на зимнюю: ночью заморозки, дорога может быть скользкой.

Не люблю я эту сезонную суету, несколько лет назад даже всё лето проездила на зимних колёсах. Весна тогда была поздняя, лето внезапным, занятость бесконечной. Очнулась я в середине июля и думаю: зачем менять, если осень на носу? Сейчас так не получится, можно и штраф отхватить. И конечно, по ледку на летней резине на своей малолитражке я побоюсь ехать, менять буду обязательно, без толики сомнений.

И всё же в первых рядах «переобуваящихся» менять тоже не будет. Подожду несколько дней, когда спадёт ажиотаж и когда погода будет подходящей, тёплой, чтобы доехать до шиномонтажа. А если будет морозец, рисковать не стану, поезжу общественным транспортом — в нашей семье это абсолютно не проблема.

А вы когда собираетесь «переобуваться»? Напишите нам на эл. почту: info@saonews.ru.

С уважением,
редактор «Севера столицы»
Анастасия Манукина

В трёх районах САО расширят участки платной парковки

С 7 ноября в зону платной парковки включены участки улично-дорожной сети в районах Войковский, Аэропорт, Хорошёвский.

«Для местных жителей парковка остаётся бесплатной в случае оформления резидентного разрешения», — говорится в сообщении пресс-службы городского Департамента транспорта.

Правила оформления разрешения опубликованы на сайте parking.mos.ru.

Олег ДАНИЛОВ

АДРЕСА:

- 1-й Войковский проезд;
- 2-й Новоподмосковный переулок;
- проектируемый проезд №6097;
- улица Михаила Якушина;
- улица Игоря Численко;
- Ленинградский просп., 36, стр. 11, 30, 31, 33, 36, 41;
- Магистральный пер., 3, стр. 1;
- 1-й Магистральный проезд

НАВИГАТОР



Проезд по участку МСД ограничили до конца ноября

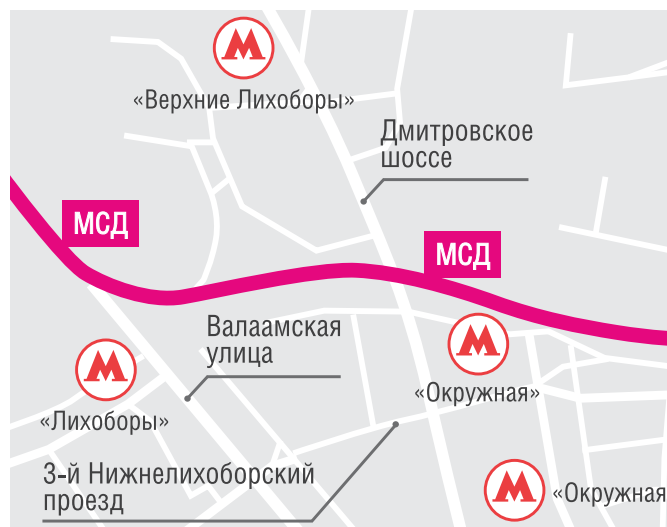
На участке Московского скоростного диаметра ограничили движение автомобилей до 26 ноября. Как уточнили в Центре организации дорожного движения, это связано с проведением строительных работ на проезжей части.

Участок ограничен

начинается от пересечения с Гостиничной улицей неподалёку от станции метро «Окружная» и заканчивается возле пересечения диаметра с Лихоборской набережной.

Рабочие занимают по одной полосе движения в каждом направлении.

Михаил КОФАНОВ



— ограничение движения

В районе Беговой разобрали незаконную пристройку к офису



Владельцы здания сами демонтировали пристройку

Сотрудники Госинспекции по недвижимости обнаружили на ул. Правды, вл. 8, корп. 49, пристройку к офисному зданию.

— Земельный участок предоставлен в аренду ряду юридических лиц только для эксплуатации размещённого на нём объекта. Несмотря на это, была проведена реконструкция: на стилобате здания обустроили двухэтажную пристройку площадью около 98 квадратных метров, — уточнил начальник ведомства Иван Бобров.

Разрешения на строительство у собственников здания не было, поэтому инспекторы обязали их пристройку разобрать, что те добровольно и сделали. Весь строительный мусор уже вывезли с территории.

Михаил КОФАНОВ

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций

(499) 647-6831

С 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

info@saonews.ru
chitatel@internet.ru



«Вернусь — открою шиномонтаж»

Городской пункт отбора на контрактную службу продолжает работать



Григорий Матвеев

На пункте отбора посетители сначала заполняют анкету

На улице Яблочкова продолжает работу единый пункт отбора на службу по контракту. Сюда приходят мужчины и женщины, жители Москвы и других городов. Среди них много тех, кто заключает контракт не впервые.

48-летний Алексей добровольно записывается на службу в третий раз.

— До этого оба раза тоже по своему желанию, — говорит он.

С осени прошлого года мужчина служил в мотострелковом подразделении

Алексей планирует заключить контракт в третий раз

«БАРС», целиком составленном из добровольцев.

Под Херсоном он повидал всякого.

— Тогда повсюду летали мины, «птички»-беспилотники летали. Мы служили — что прикажут, то и де-

лали. В основном копали, строили, оборонялись, — поясняет Алексей.

Уже в мае 2023 года он заключил новый контракт, однако отправиться в зону СВО не получилось.

— Я снова пошёл стрелком, но тогда нас долго и упорно учили. Теперь умею стрелять из всех видов оружия. Но отправиться на фронт я не успел: истёк контракт. Теперь снова пришёл сюда. Надеюсь, на этот раз меня направят в зону СВО, — сказал он.

Дома Алексея будет ждать семья: сестра, жена

и восьмилетний сын. — Малому моему большой привет. Сынок, всё хорошо, всё дай Бог, я тебя очень сильно люблю, — передал мужчина тёплые слова сыну, — Плакал, когда узнал, что я ухожу, жена тоже огорчилась. Но что делать?!

Алексей поделился планами на будущее: по возвращении думает открыть свой шиномонтаж. Когда-то он сам работал на таком и теперь хочет руководить своим бизнесом.

Михаил ЩЕПИН

Что положено контрактникам и членам их семей

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

Выплаты

До отправки в зону СВО:

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

В зоне СВО:

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

Пункт отбора на военную службу по контракту

Адрес: ул. Яблочкова, 5, стр. 1

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

Телефон: 117

Чат-бот: @MskContract_bot

Льготы

Дети и школа

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

Пожилые родственники 65+

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

Ближайшие родственники

- Бесплатное обучение выбранной профессии в лучших учебных заведениях

Дополнительно

- 18 770 рублей в месяц на каждого ребёнка



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



На улице Гризодубовой вставили стёкла в остановочном павильоне



На остановке «Проектируемый проезд 6161» в сторону метро «Динамо» около года не было павильона ожидания. Недавно его вернули, но без стёкол. Павильон продувается, от непогоды не укрыться. Когда вставят стёкла?

Марина Аркадьевна,
ул. Гризодубовой, 1

— Остекление в павильоне ожидания на остановочном пункте общественного транспорта «Проектируемый проезд 6161» восстановили. В настоящее время павильон находится в удовлетворительном состоянии,

— сообщили в ГУП «Мосгортранс».

Маргарита ИВАНОВА

Единый транспортный портал Москвы: transport.mos.ru. Контакт-центр «Московский транспорт»: (495) 539-5454, 3210 (с мобильного)

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций

(499) 647-6831

С 10.00 до 17.30

с понедельника по пятницу

info@saonews.ru

chitatel@internet.ru



Приборы разные, кран один

Жителей Савёловского района удивили уведомления о неисправном газовом оборудовании

Жители некоторых газифицированных домов Савёловского района обнаружили на входных дверях в свои квартиры странные уведомления о нарушениях в установке газового оборудования. В соцсетях началось бурное обсуждение. Некоторые решили, что бумагу повесил не «Мосгаз». Так ли это, выяснил «Север столицы».

Повесили на дверь

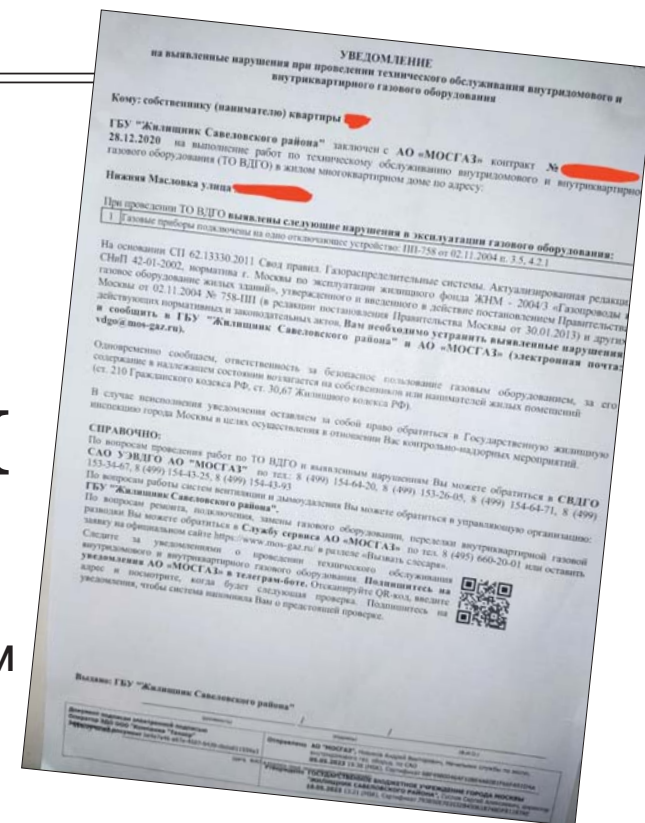
В группе «Савёловский М125» в социальной сети «ВКонтакте» появился пост с фотографией уведомления, которое повесили на дверь одному из жителей дома на Нижней Масловке. В бумаге сказано, что АО «Мосгаз» по контракту с ГБУ «Жилищник Савёловского района» проводит техобслуживание газового оборудования. При последней проверке газовой плиты и колонки в квартире жителя одно отключающее устройство. И если житель не решит пробле-

му, установив второй вентиль за свой счёт, то газовщики с коммунальщиками сообщат в Жилищную инспекцию. В качестве аргументов в уведомлении приведены ссылки на приказ Минстроя, постановление Правительства Москвы, а также на статьи Гражданского и Жилищного кодексов РФ. Ниже — справочная информация о том, где заказать работы по устранению нарушений, и контакты «Жилищника».

Бумаги повесили по итогам проверки, которая была ещё весной

Причины разные

В комментариях к посту некоторые высказали мнение, что уведомление повесили мошенники. «Уже было такое с домофонами



Уведомления прикрепили к дверям квартир

вроде, там с QR-кодом какая-то хитрость», — написал один из пользователей. «Фантазии хватает. Уже хорошо. Во всех виденных мною листках указаны разные причины» (имеются в виду причины неисправности оборудования. — *Ред.*), — вторит другой.

Ещё одна пользовательница рассказала, что весной тоже получала такой листочек, все неисправности устранили, но недавно она всё равно получила такую же бумагу.

Впрочем, некоторые пользователи такие объявления мошеннически не считают.

«У нас в подъезде тоже такие расклеили, — пишет женщина. — Но у меня нет. Газовщик, когда был, говорил, что у нас всё в порядке, а вот у соседей есть проблемы, и, если они их не исправят, при следующей проверке могут попасть на штраф».

Предупреждение типовое

Заместитель руководителя ГБУ «Жилищник Савёловского района» Андрей Извеков сообщил, что эти уведомления не мошеннические.

— Это типовое предупреждение, которое рассылают жильцам после обнаружения нарушений в квартирах. Бумаги повесили по итогам проверки газовой плиты, которая была ещё весной. Поэтому причина могла быть уже устранена, но на бумаге нарушения всё ещё есть. В таком случае жителю нужно самому обратиться в «Мосгаз», — пояснил он.

Нужно переделать

По действующим правилам в газифицированных квартирах у каждого прибора вроде газовой колонки, плиты, духового шкафа должно быть своё отключающее устройство.

В пресс-службе АО «Мосгаз» уточнили, что если это не так, придётся смонтировать дополнительное ответвление от стояка и установить на нём кран.

Если жителю пришло уведомление о нарушениях в установке газового оборудования, нужно вызвать газовойщика, а потом сообщить в «Мосгаз» о решении проблемы.

Михаил КОФАНОВ

АО «Мосгаз»: 8-800-700-7104. Единая городская диспетчерская служба: (495) 539-5353

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



На Локомотивном проезде убрали мусор с газонов и из урн



На новой аллее на Локомотивном проезде вдоль железнодорожных путей Савёловского направления плохому убирают. Мусор на газонах, урны переполнены. Помогите навести порядок.

Андрей Евгеньевич, Дмитровское ш., 36, корп. 2

что территорию аллеи на Локомотивном проезде привели в порядок, очистили от мусора газоны, дорожки и урны. И заверили, что и впредь будут поддерживать чистоту и порядок на аллее.

Маргарита ИВАНОВА

В ГБУ «Автомобильные дороги САО» сообщили, ГБУ «Автомобильные дороги САО»: 8-985-112-8930

Почему закрылся детсад на Бутырской?



Почему перестал работать детский сад на Бутырской ул., 3?

Ирина, 1-я Квесисская ул.

условия намного лучше, так как в садике на Бутырской были проблемы с протечкой потолка из-за жильцов.

К тому же через прогулочную зону садика проходят трубы. А рядом, по адресу: Бутырская ул., 1, скоро начнётся строительство Московской государственной картинной галереи известного живописца и народного художника России Василия Нестеренко.

Маргарита ИВАНОВА

Управа Савёловского района: Петровско-Разумовский пр., 5, тел. (495) 614-0782. Эл. почта: saos-savel@mos.ru

Сухостой на улице Клары Цеткин удалят до конца октября



С противоположной стороны дома, на уровне седьмого подъезда, два года стоит засохшая вишня. Помогите спилить сухостой.

Александр, ул. Клары Цеткин, 17, 7-й подъезд

ды г. Москвы и получили разрешительную документацию на удаление сухостоя и кронирование деревьев, — сообщили в управе Войковского района.

Сухостой удалят до конца октября, а кронирование проведут в период с 15 ноября по 30 марта следующего года.

Маргарита ИВАНОВА

Управа Войковского района: 1-й Новоподмосковный пер., 2/1, тел. (499) 156-2002. Эл. почта: voik@mos.ru



Если жителю пришло уведомление о нарушениях в установке газового оборудования, нужно вызвать газовщиков

Не принесли очередной номер газеты?
Звоните!
Телефон единого контакт-центра редакции
(499) 647-6828
с 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

Капремонт в стиле конструктивизм

В почти вековой пятиэтажке на улице Расковой бережно обновили фасад, кровлю, коммуникации

В довоенном жилом доме 16/26, корп. 2, на улице Расковой завершили капитальный ремонт. Этот дом без декора — типичный образец стиля конструктивизм, популярного в архитектуре в 1920-30-х годах. Подробнее о проведённом ремонте и об истории дома узнал «Север столицы».

Без перестроек

Шестиподъездную пятиэтажку в стиле конструктивизм возвели в 1932 году. Дом сильно контрастирует со своими соседями под номером 16, построенным в 1955 году, и зданием под номером 20, которому уже больше 110 лет. Всё потому, что на фасаде нет никаких эркеров, балюс, капителей, рустов и тем более барельефов. Его формы лаконичны, а из украшений только межэтажные пояса и наличники на окнах лестничных клеток.

Дом хоть и возводили по индивидуальному проекту, однако имя или имена авторов не сохранились. Всё потому, что наступили другие времена и на смену конструктивизму пришёл сталинский ампи́р, он же советский монументальный классицизм. Однако и войну, и последующие годы дом пережил без серьёзных повреждений и перестроек. Лишь спустя 91 год после постройки пятиэтажку впервые капитально отремонтировали.

Обновили фасад и кровлю

По словам Евгения Антоненко, заместителя начальника управления строительного контроля по САО Фонда капитального ремонта г. Москвы, состояние дома перед началом работы было, мягко говоря, неудовлетворительное.

— Требовалась замена магистральных сетей отопления, горячей и холодной воды. Серьёзного ремонта просила скатная кровля, — рассказывает Евгений. — Кроме того, жильцы просили заменить окна на лестничных клетках. Они были деревянные, из-за этого в холодное время года там был сквозняк.

Внутри здание мало отличается от хрущёвок

Особое внимание уделили фасаду.

— Заделали все трещины, привели в порядок межэтажные пояса и наличники, а стены оштукатурили, покрасили в цвет, приближенный к оригиналу, и обработали их водоотталкивающим составом. Также обновили цоколь, откосы, — добавил Евгений Антоненко. — В будущем здесь проведут ремонт подъездов.



Роман Балаев

Жил Анатолий Тарасов

Старшая по дому Елена Исакова рассказывает, что внутри дом мало отличается от хрущёвок. Комнаты маленькие, но есть кла-

довки, а кухни, наоборот, больше, и в каждом подъезде лифт.

— В остальном же пятиэтажка довольно тихая, можно даже сказать, «сонливая». Может, это даже и

Дом построен в популярном в 1920-30-х годах стиле конструктивизм

хорошо, — говорит Елена.

Кстати, в этом доме живут легендарные фигуристы Игорь Бобрин и Наталья Бестемьянова. Также старожилы поговаривают, что здесь одно время жил

великий тренер, отец русского хоккея Анатолий Тарасов, а сейчас проживает один из потомков Иосифа Сталина.

Михаил КОФАНОВ



Лечение бородавок и папиллом

Вирус папилломы человека (ВПЧ) распространён широко и вызывает ряд доброкачественных поражений кожи.

Выделяют следующие виды клинических проявлений ВПЧ-инфекции:

- обыкновенные бородавки
- плоские бородавки
- подошвенные бородавки
- висячие папилломы
- остроконечные кондиломы

Заражение ВПЧ-инфекцией кожи происходит контактным путём, при соприкосновении с кожей больного человека, а также через загрязнённые предметы обихода. Это может произойти дома, на работе, в общественном транспорте, бассейне, спортзале и т. д.

Лечение ВПЧ-инфекции — трудная задача ввиду того, что нет возможности достичь полного удаления вируса из организма. Поэтому цель лечения — удаление новообразований, вызванных вирусом.

Для этого в настоящее время используют разные методы:

- криодеструкция
- электрокоагуляция
- метод радиоволновой хирургии
- вапоризация углекислотным лазером

Пенсионерам и льготным категориям граждан скидка 10 %

Тип воздействия в каждой ситуации выбирает врач, исходя из соображений максимального эффекта и минимальных следов на коже вследствие проведения манипуляции.

Перспективным направлением является метод радиоволновой хирургии по причине:

- быстрого заживления
- стерилизующего действия радиоволны

Ранняя диагностика и лечение ВПЧ-инфекции способствует снижению распространения заболевания и трансформации в онкологические формы.

В ГКБ №67 ведёт приём квалифицированный специалист — **Маркина Ксения Владиславовна**, врач-дерматовенеролог, косметолог, трихолог. **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-41-01137-77/00578563 от 21.12.2020 г.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Вместо дизеля — газ

В Ховрине работает уникальный автобусный парк

На Левобережной улице расположен единственный в столице парк автобусов, которые ездят не на дизеле, а на газе. В CAO они курсируют по четырём десяткам маршрутов. Сейчас в парке уже более двух сотен автобусов на газе. И, как сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам транспорта Максим Ликсутов, в ближайшее время поступит ещё столько же. Побывав в парке, наш корреспондент узнал, как устроена уникальная площадка Мосгортранса.

Если дверь не закрылась, приборы подскажут

Водитель 283-го автобуса Станислав Иштиряков выходит на работу. Буквально на днях в парк пришли новые модели с газовыми двигателями. На первый взгляд от старых они отличаются только цветом кузова: у новых он чёрно-синего цвета, у старых — исключительно синего.

Однако разница не только в окраске. Станислав садится за руль. Вместо привычных круглых приборов, показывающих скорость и уровень оборотов двигателя, стоит медиапанель, как в современных легковушках. Одна из наиболее полезных её функций — датчики открытых дверей.

Сейчас в парке больше двухсот автобусов на газе

— Если дверь не закрылась, то на панели она обозначена красным цветом, и я понимаю, что движение начинать нельзя, — говорит водитель.

Собирают в Подмоскowie

Автобусы с газовыми двигателями производят на ЛиАЗе в подмосковном Ликино-Дулёве.

На каждом таком автобусе есть зелёная табличка с надписью «КПП» (компримированный, то есть сжатый, природный газ). Баллоны для газа в специальном чехле смонтированы на крыше в передней части автобуса.

Начальник автоколонны Сергей Манчев рассказывает, что с комплектующими проблем нет. В частности, с колёсами, которые по заказу Мосгортранса производят в Ярославле. Резина у московских автобусов, кстати, всесезонная. Очередей на «переобувку» в парке не увидишь.



Ольга Певунова водит автобус уже шесть лет

Андрей Дмытрив

Из музыкантов в водители

В парке около 600 водителей. Ольга Певунова села за руль автобуса около шести лет назад. По образованию она музыкальный работник. Выступала в одном из столичных хоров, работала в школе. А потом решила стать водителем. Прошла обучение в Корпоративном университете Транспортного комплекса на Кривокожской улице. Сюда принимают даже тех, кто раньше за рулём никогда не сидел. Учиться нуж-

но с полгода. Ольга сдала теорию, изучила устройство пассажирской техники, прошла практику и стажировку под руководством опытных инструкторов.

Сейчас Ольга водит автобус, который курсирует между станциями МЦД Грачёвская и метро «Селигерская». О сделанном шесть лет назад выборе не жалеет. Зарплата достойная. Но главное — можно водить большие автобусы, которые Ольге всегда так нравились.

Роман ФЛЕЙШЕР

ДТП



Упала с электросамоката на улице Куусинена

Утром 11 октября 50-летняя женщина на электросамокате ехала по тротуару на улице Куусинена, в районе дома 7, корп. 2, не справилась с управлением и упала. Её госпитализировали с различными травмами.

Сбил ребёнка в Чапаевском переулке

13 октября 48-летний мужчина на машине марки «Лексус» при выезде со двора дома 3 в Чапаевском переулке сбил 13-летнего мальчика на электросамокате. У школьника медики диагностировали ушиб ноги.

Пострадал на Бутырской

Вечером 14 октября 35-летний мужчина на автомобиле «Хёндай» ехал по Бутырской улице в сторону Третьего транспортного кольца и в районе дома 1/3 на Бутырской сбил 17-летнего парня, который переходил дорогу в неполюженном месте. Юношу госпитализировали с различными травмами.

Столкнулись на ТТК

14 октября в 10 часов вечера 21-летний мужчина на грузовике «Хёндай» ехал по внутренней стороне Третьего транспортного кольца в сторону улицы Новой Башиловки. В районе дома 4 из-за несоблюдения дистанции грузовик врезался в такси «Шкода». От удара такси отбросило на попутные «Форд» и «Мерседес». В аварии пострадала 27-летняя пассажирка такси. Её госпитализировали с тяжёлыми травмами.

Отдел Госавтоинспекции УВД по CAO

Помогите соседям получать актуальную информацию о событиях в нашем городе

ЕСТЬ РАБОТА!

- Раскладка газеты «Север столицы» по почтовым ящикам.
- Работа рядом с домом.
- Дополнительный заработок, свободный график.

Оплата от 500 рублей в час до 3000 рублей в день.

ТЕЛЕФОН: +7 (495)136-67-70

ВАРИКОЗА НЕТ
КЛИНИКА ЛАЗЕРНОЙ ХИРУРГИИ

Реклама. ООО «Варикоза нет»

КОНСУЛЬТАЦИЯ + УЗИ ФЛЕБОЛОГА ВЕН НОГ **990** р. 6200

5 ПРИЧИН ВЫЛЕЧИТЬ ВАРИКОЗ ЛАЗЕРОМ В ОКТЯБРЕ!

- 1 Прием флеболога с УЗИ вен **БЕСПЛАТНО**
- 2 На лазерное лечение **СКИДКИ**
- 3 Набор анализов **БЕСПЛАТНО**
- 4 Компрессионный трикотаж в **ПОДАРОК**
- 5 Год наблюдения в **ПОДАРОК**

ВЫГОДА от 25 000 р.

варикозанет77.рф

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ!
8 (499) **490-20-20**
Пресненский Вал, 16, стр. 3

*Акция действует при прохождении лазерного лечения. Срок акций с 01.10.23 по 31.10.23 г., подробности об организаторе, правилах проведения, кол-ве подарков, сроках, месте и порядке получения уточняйте по тел.: 8 (499) 490-20-20. Лиц. ЛО41-01019-24/00306317 от 27.05.2016г., ЛО41-01167-59/00364692 от 22.09.2017г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ! НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

реклама 1269

Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru

Нужны знатоки ремесла

Мастера обучат жён и детей участников СВО делать ватные игрушки

В центре творческого развития и популяризации ремёсел «Семейные традиции» недавно стартовал социальный проект для семей участников СВО. В центр приглашают мастеров, готовых обучать созданию ватной игрушки.

Разработали авторский курс

— Мамы, жёны, бабушки, дети участников СВО могут не только заполнить свой досуг творчеством, но

ставников — заслуженные художники-мультипликаторы России и известные мастера. Они разработали целый авторский курс. Первые пробные мастер-классы прошли в июле.

— Участники с большим интересом создавали свои первые работы, а некоторых так увлек процесс, что они решили продолжать занятия на постоянной основе, — рассказала Светлана Моднова.

Будущая профессия

У Анны Калининской с Дубнинской улицы супруг служит в зоне СВО. Она присоединилась к проекту несколько недель назад.

— Это занимательный процесс, в котором отдыхают мозг и душа. А когда получаешь результат, приятно думать: «Неужели я смогла это сделать сама?»

— говорит Анна, — Педагоги всё объясняют, помогают, хвалят за достижения.

Анна планирует сделать мастерство своей будущей профессией.

Украсят Усадьбу Деда Мороза

Пока взрослые осваивают ремесло, для детей проводят менее сложные мастер-классы, обучая даже кукольной анимации.

— В проекте участвует и моя восьмилетняя дочка, — говорит Анна. — Она просто в восторге, хочет делать всё больше и больше прекрасных игрушек.

Игрушки, сделанные участниками проекта и их детьми, украсят ёлки в Московской усадьбе Деда Мороза, а также в госпиталях, где проходят лечение бойцы.

Занятия бесплатные. Записаться на них можно на сайте проекта.

В проекте ждут мастеров, умельцев и знатоков ватной игрушки и других народных ремёсел. Группы участников расширяются, мастер-классов становится больше — соответственно, возросла потребность в компетентных наставниках, готовых посвящать занятиям хотя бы пару часов в неделю.

Ольга СОКОЛОВА

Сайт проекта: toysmk.ru/muzei

В храмах округа принимают продукты для беженцев

В храмах САО проводится сбор гуманитарной помощи для пострадавших мирных жителей и беженцев Донбасса. Наши читатели могут присоединиться к сбору.

В храме Знамения иконы Божией Матери в Ховрине (Фестивальная ул., 77а) собирают продукты.

— Во многих районах, где нужна помощь, нет электричества и газа, поэтому нужно то, что поможет людям выжить в укрытиях без тепла и света: непортящиеся продукты питания, — подчеркнули в храме.

Нужно детское питание с запасом срока годности месяц и больше: пюре в баночках (фруктовое, мясное, овощное) и в дой-паках (пластиковые пакеты с крышечками) — фруктовое, с йогуртом, творогом и др. Необходимы молочные смеси для малышей (от 0 до 1,5 года), детские каши, батончики (ореховые, злаковые), сок в упаковках тетрапак, гематоген, бутылочки для кормления малышей.

Для взрослых нужны лапша, суп и каши быстрого приготовления, хлопья, мюсли, которые можно залить холодной водой, соком. Требуются хлебцы, сухари, сушки, печенье, хлебцы для ди-

абетиков, консервы (мясные, рыбные, овощные), пастеризованное молоко в упаковках тетрапак, крупы (рис, гречка, манка), макароны, сухое молоко, сухое картофельное пюре, яичный порошок, подсолнечное и топленое масло, соусы и джемы в порционных упаковках. Нужны также чай в пакетиках, сахар, шоколад, конфеты, орехи, сухофрукты, кофе 3 в 1 в пакетиках, джем и повидло в мягких упаковках.

Сбор помощи проводится и в храме Сергия Радонежского на Ходынке (Ходынский бул., 6, стр. 1). На территории есть большой ящик, куда в часы работы храма можно принести продукты, средства гигиены, вещи первой необходимости, бытовую химию, кухонную утварь, постельное бельё, одежду в хорошем состоянии и т.д.

Как уточнили в храме, требуется всё, что может понадобиться нуждающимся. Потом волонтеры разбирают собранное, проверяют сроки годности продуктов, сортируют вещи и одежду и направляют помощь в Синодальный отдел по благотворительности РПЦ, в госпитали, на фронт.

Анна ФОМИНА

Пока взрослые осваивают ремесло, для детей проводят мастер-классы

и бесплатно овладеть новой профессией, ведь игрушки из ваты очень востребованы на рынке сувениров, — рассказала руководитель организации Светлана Моднова.

В числе мастеров-на-

По словам руководителя центра Светланы Модновой, участвовать в проекте могут мамы, жёны, бабушки, дети участников спецоперации



Виктория Водостоева

5 причин покупать хлеб у «Каравай-СВ»

- 12 Гран-При «Лучший Хлеб России» за последние 11 лет!
- Более 120 видов хлеба в ассортименте.
- Опыт - 27 лет добросовестного Труда.
- Постоянные бесплатные дегустации.
- Если Вас не устроит вкус или качество, вернём деньги или заменим продукт.



НАМ 27 ЛЕТ-27%

7 ноября и 5 декабря СКИДКА на весь ассортимент

ВНИМАНИЕ! СКИДКА ТОЛЬКО В ЭТИХ БУЛОЧНЫХ:

- г. Москва, ул. 800-летия Москвы, 22, к. 2
- г. Москва, Ленинградский проспект, 75, к. 1
- г. Москва, Бескудниковский бульвар, 12
- г. Москва, ул. Дубнинская, 16, к. 1
- г. Москва, Коровинское шоссе, 20, к. 1
- г. Москва, ул. Зои и Александра Космодемьянских, 11

- г. Москва, ул. Новопесчаная, 21, к. 1
- г. Москва, ул. Лихоборские Бугры, 9, к. 1
- г. Москва, ул. Куусинена, 4, к. 1
- г. Москва, Фестивальная улица, 53а, с. 3

Более 2 тысяч семей из Северного округа объединило сообщество многодетных САО. Здесь помогают словом и делом тем, кто нуждается в вещевой, юридической, информационной поддержке: многодетным, неполным, опекунам семьям, родителям с ребятами-инвалидами. Стать другом сообщества и тоже помогать может каждый.

Проводят мастер-классы

Уже почти 10 лет сообществом руководит житель района Аэропорт, отец пятерых детей Михаил Федоренков.

— У нас много мероприятий, праздников, концертов, куда приглашают наших родителей с детьми.

В «Уголке добра» можно подобрать детские одежду и обувь

Очень нужна помощь волонтеров, чтобы раздавать листовки и журналы, разбираться с билетами, провожать на места мам и детей, фотографировать, — говорит Михаил. — Всегда нужны аниматоры, чтобы

Помогите семьям на концертах и турслётах

Сообщество многодетных САО ищет единомышленников



По словам Михаила Федоренкова (слева), сообщество поддерживает многодетные, неполные, опекунские семьи, родителей с ребятами-инвалидами

играть с малышами и проводить мастер-классы.

Ближе к декабрю в дома с детьми-инвалидами придёт «новогодний десант» — Деды Морозы и Снегурочки.

— Ролей волшебников хватит на всех, присоединяйтесь! — приглашает Михаил.

А ещё ребята ходят в походы и выезжают на тур-

слёты. Завоевывают призовые места. Активных и весёлых помощников тоже ждут с нетерпением.

От старших детей — младшим

Вещевая помощь, по словам Михаила, остаётся одной из самых актуальных. То, из чего вырастают стар-

шие ребята, переходит по наследству младшим.

— В «Уголке добра», как мы его называем, можно найти одежду и обувь для ребят разного возраста, а также отдать то, что ещё послужит другим семьям, — говорит Михаил. — Часто семьи сами общаются в чатах и обмениваются вещами. А не так давно был случай, когда помог-

ли людям в экстренной ситуации: мужчина-вдовец вернулся на родину с сыном из Болгарии, история непростая, у них не было практически ничего. Подобрали парню кроссовки, верхнюю одежду, кое-что для школы.

Нужны «расходники»

В одежде и игрушках, по словам Михаила, недостатка нет — их круговорот в сообществе обеспечивается самими родителями, но «расходных материалов», как правило, не хватает.

— Нужны памперсы разных размеров, чистящие и моющие средства, шампуни «без слёз», гипоаллергенное детское питание, которое стоит недёшево, канцелярские принадлежности, развивающие игры, — пояснил Михаил.

Ольга СОКОЛОВА

Передать помощь можно по адресу: Дубнинская ул., 16, корп. 1. (визит обязательно согласовать по тел. **8-985-031-7001**, Светлана). Телефон для желающих стать волонтерами: **8-929-551-1339**, Михаил. Страница в соцсети «ВКонтакте»: vk.com/club87143714

«Большому ребёнку» с улицы Алабяна нужно сопровождение

Региональная общественная организация «Клуб «Сильные духом» объединяет порядка 30 семей столицы, в которых есть люди с ментальными особенностями — «большие дети». Семьи поддерживают друг друга и одиноких пациентов геронтологических отделений ПНИ: передают средства гигиены, гостинцы, сувениры, утешают добрым словом. Скрасить жизнь людей с особенностями развития может каждый.

Руководит организацией Наталья Яковлева, одинокая мама взрослого инвалида-ментальника. Владимиру 40 лет, но заботы и внимания он требует, как маленький ребёнок.



Сергей и его мама Вера подготовили сувениры

— Не откажется от шоколада и других вкусняшек, любит уютные вещи: тёплые носки, мягкие толстовки, — говорит Наталья.

В САО, на улице Алабяна, живёт ровесник Владимира Сергей — тоже «большой ребёнок».

— Семье очень нужны средства гигиены. Тех, что

выделяют по программе реабилитации, просто не хватает. Родители Сергея будут рады подгузникам для взрослых и впитывающим пелёнкам, влажным салфеткам и, конечно, гостинцам, — говорит Наталья.

Время от времени семье Сергея, как и другим подопечным клуба, нужна помощь на машине: доехать до реабилитационного центра, в социальное учреждение.

— Перемещение на общественном транспорте и даже в такси для «больших детей» — большая проблема, — говорит Наталья. — Они быстро устают, начинают капризничать. Нужны волонтеры с добрым сердцем, тер-

пеливые, готовые войти в положение и предложить помощь так, чтобы психологически не травмировать особенных людей и их родных.

В «Сильных духом» постоянно идёт сбор сувениров ручной работы, блокнотов, носков, носовых платков, ароматного мыла, зубных щёток, пасты для 50 пациентов геронтологических отделений.

— Навещать наших подопечных стараемся регулярно. Это скрашивает больничные будни, — поясняет Наталья.

Ольга СОКОЛОВА

Передать помощь и стать автоволонтером можно, обратившись по тел. **8-916-739-6419**, Наталья

ПОДДЕРЖИМ!

Бабушкам и дедушкам в регионах собирают тёплую одежду

В двух почтовых отделениях САО появились контейнеры благотворительного фонда «Второе дыхание», куда можно принести ненужные вещи и помочь нуждающимся.

Совместный проект «Почты России» и БФ «Второе дыхание» продлится до конца года.

Сейчас фонд в рамках благотворительной акции «Куртка бабушке зимой» собирает тёплую одежду для одиноких бабушек и дедушек из небольших городов и сёл. Помощи ждут более 6 тысяч пожилых людей в 19 регионах России.

— Особенно нужны сезонная обувь на осень и зиму, верхняя одежда, шапки, шарфы, перчатки, утеплённые штаны, термобельё, — уточнили в фонде.

Принести вещи в хорошем состоянии можно в контейнеры и в магазины фонда или привезти самостоятельно на склад.

В боксы можно класть использованные одежду и обувь, постельное бельё и полотенца, сумки и ремни, мягкие игрушки. Главное условие — чтобы они были чистыми и упакованными в отдельные пакеты.

Вещи в хорошем состоянии передадут многодетным семьям и пенсионерам, людям с инвалидностью и малоимущим. Вещи в плохом состоянии отправят на переработку. Уникальные и брендовые вещи продадут в благотворительном магазине.

Фонд также помогает беженцам. Например, в сентябре отправил помощь в Воронежскую, Костромскую области и в Москву. Беженцы получили более 1 тонны одежды и обуви, 215 единиц предметов первой необходимости и бытовой химии. Помощь передали 276 людям.

Анна ФОМИНА

Боксы для сбора вещей находятся в почтовых отделениях по адресам: Беговая ул., 11; ул. Ляпидевского, 14, стр. 1. Адреса всех контейнеров есть на сайте фонда vtoroe.ru

ХРОНИКА



В Западном Дегунине выявили притон

Полицейские нагрянули в квартиру в одном из домов на Коровинском шоссе. Оперативная информация подтвердилась: там был наркопритон. Оперативники обнаружили стеклянные колбы с остатками наркотической курительной смеси, использованные шприцы, а также четверых мужчин в состоянии наркотического опьянения. Троице выписали административные протоколы, а на хозяина квартиры заведено уголовное дело за организацию притона. Установлено, что он часто предоставлял квартиру знакомым для совместного употребления запрещённых веществ.

Ссора в Коптеве закончилась стрельбой

У одного из подъездов дома на Большой Академической улице поссорились местные жители. У 52-летнего мужчины закончились аргументы, и он направил в компанию из четверых человек пистолет и трижды выстрелил в их сторону, к счастью, ни в кого не попав. Очевидцы сообщили в полицию, и вскоре агрессивного мужчину задержали. С учётом позиции Коптевской межрайонной прокуратуры суд назначил ему наказание — два года лишения свободы условно.

Обокрал возлюбленную на Дмитровском

Жительница дома на Дмитровском шоссе познакомилась на отдыхе с молодым человеком. Они три года поддерживали отношения по переписке. Потом мужчина приехал в гости. Он попросил денег в долг, но женщина отказала: кавалер уже занимал у неё 45 тыс. рублей и не отдал. Разозлённый отказом, мужчина схватил девушку, разблокировал её телефон, оформил на неё микрозайм — 300 тыс. рублей, которые перевёл на свой счёт, и был таков. Позже его задержали. Выяснилось, что деньги он проиграл на ставках; кроме того, он ранее уже привлекался к уголовной ответственности за разбой и кражу велосипеда.

Анна ГОНЧАРОВА

Отдала 25 миллионов

Аферисты несколько дней обрабатывали пенсионерку из района Сокол, пока не выманили все семейные накопления

В районе Сокол пожилая женщина попала на уловку телефонных мошенников. Начало у таких историй бывает разным, но потом сводится к тому, что надо перевести деньги на якобы безопасный счёт, а на самом деле — передать аферистам. В этот раз улов преступников оказался особо крупным — 25 млн рублей. Двоих подозреваемых удалось задержать. Подробности «Северу столицы» рассказали в Савёловской межрайонной прокуратуре.



Татьяна Сорокина

Звонили «из банка» и «из полиции»

На домашний телефон 78-летней жительницы дома на Ленинградском проспекте позвонил неизвестный:

— Добрый день, это из банка! На имя вашего супруга оформлена генеральная доверенность на пользование вашими счетами. Подтвердите, пожалуйста, данные...

— Постойте! Мы с мужем развелись в прошлом веке, я не могла никак оформить на него никакую доверенность! Я даже не знаю, жив ли он! — удивилась пенсионерка.

— Если это так, то, боюсь, что вы стали жертвой мошенников. Я свяжусь с полицией, — ответил «банкир».

Через некоторое время пенсионерке позвонил другой мужчина, который представился полицейским.

«Я не могла оформить доверенность на мужа! Мы с ним развелись в прошлом веке!»

— Мы вычислили банду и скоро арестуем преступников, но вам срочно нужно перевести деньги на безопасный счёт.

Звонили каждые 10 минут

Пенсионерка поверила не сразу, но незнакомцы буквально оборвали её телефон, звонки поступали каждые 10 минут.

В течение нескольких

дней злоумышленники по телефону контролировали всю жизнь пенсионерки: в любые поездки, в магазин или поликлинику отправляли за ней такси, потому что «аферисты за вами следят». В конечном итоге она сдалась и отправилась с женщиной-курьером в банк, где взяла из ячейки все накопления — свои и своих родственников — всего 25 млн рублей.

— Пожилая женщина на-

стаивала на расписке, тогда давление продолжило снова по телефону: ей говорили, что пенсионерка срывает следственные действия и ей грозит наказание, — рассказали в Савёловской межрайонной прокуратуре. — И добились своего: получили деньги. А спустя какое-то время пенсионерка обратилась в полицию.

Задержали двоих

С помощью камер видеонаблюдения стражи порядка вычислили злоумышленницу, которая сопровождала пенсионерку в банк. 58-летнюю приезжую задержали на железнодорожной станции Ро-

ВАЖНО ПОМНИТЬ!

По телефону дела не расследуют

Сотрудники прокуратуры напоминают, что правоохранительные органы никогда не ведут расследования по телефону, тем более не требуют передавать деньги курьерам или переводить на безопасные счета. Будьте бдительны — это мошенники. Как можно скорее положите трубку и обратитесь в полицию.

стова-на-Дону. Вину она признала. В данный момент на контроле прокуратуры возмещение ущерба, причинённого преступлением.

При содействии Савёловской прокуратуры был задержан ещё один подозреваемый.

— 30-летний мужчина согласился участвовать в криминальном заработке по предложению своего знакомого. Он был координатором курьеров, то есть подбирал кандидатуры по объявлениям в Интернете, направлял доставщиков к жертвам, забирал у них деньги, — сообщают прокуроры. — За похищение 25 миллионов рублей у пенсионерки он «заработал» 10 тысяч рублей.

Сейчас мужчина под стражей. Проверяется его причастность к аналогичным эпизодам. За мошенничество в особо крупном размере обвиняемым грозит до 10 лет тюрьмы со штрафом до миллиона.

Анна ГОНЧАРОВА



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993
Номер свидетельства государственной регистрации 024.266

ЖИВИТЕ ДО 100!

8 499 100 5 100

RITUAL.RU

- организация церемоний
- прижизненный договор
- захоронение, кремация
- благоустройство могил
- поминальные трапезы
- фиксированные цены
- льготы и пособия
- свыше 1000 наименований в ритуальном каталоге

ДАЛЬШЕ — НАША ЗАБОТА. ЗВОНИТЕ

ООО Ритуал.ру 5167746491237 город Москва / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru. Информацию о партнёрах вы можете получить на сайте ritual.ru.

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций (499) 647-6831 С 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

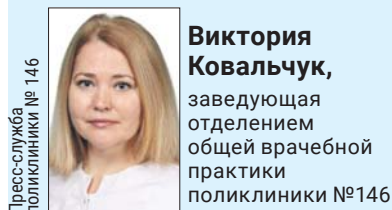
info@saonews.ru chitatel@internet.ru



Чая с малиной недостаточно

Врач из Бескудниковского развеяла пять мифов о гриппе

В Москве наступает гриппозное время. Мифы о нём развеяла Виктория Ковальчук, врач с 19-летним стажем работы, заведующая отделением общей врачебной практики поликлиники №146, расположенной в Бескудниковском переулке.



Виктория Ковальчук,
заведующая
отделением
общей врачебной
практики
поликлиники №146

МИФ 1 Проходит сам за неделю

В народном сознании бытует мнение, что грипп проходит сам за семь дней без лечения.

— Во-первых, современные препараты могут ускорить выздоровление и справиться с вирусом за три-пять дней, — замечает доктор. — А во-вторых, если организм ослаблен, то без лечения возможны осложнения, в том числе такое опасное, как вторичная бактериальная пневмония.

МИФ 2 Профилактика бесполезна

Существуют народные способы профилактики. Например, чай с лимоном и имбирём. Но корень противопоказан тем, у кого гастрит или язвенная болезнь желудка.



Elmir/Фотобанк Лори

Для профилактики можно принимать настойку эхинацеи

— Советую принимать настойки элеутерококка или эхинацеи по 40 капель в день. Мёд, лук и чеснок не помогают в профилактике гриппа. Это бактерицидные продукты, с вирусом гриппа они не справятся, — говорит Виктория Ковальчук. — И конечно, эти средства не заменят прививку.

МИФ 3 Нужны антибиотики

Грипп — это вирус, а антибиотики воздействуют на бактерии. При заболевании гриппом и ОРВИ можно в первые 48 часов пить только противовирусные препараты.

— Бесконтрольный приём антибиотиков приводит ор-

ганизм к невосприимчивости к ним. И если случится бактериальная пневмония, антибиотики могут не подействовать, — отмечает врач.

МИФ 4 Вирус мутирует, вакцинация бесполезна

Даже если вакцинированный человек заразится гриппом, болезнь будет не такой тяжёлой, как у непривитых.

— Институт Гамалеи заранее просчитывает штам-

Современные препараты могут справиться с вирусом за три-пять дней

мы и выпускает вакцины, которые к ним адаптированы. В одной вакцине работает защита от нескольких штаммов. Сейчас в Москве «гуляют» четыре мутации: свиной грипп А (H1N1), гонконгский грипп — А (H3N2), вирус гриппа группы В-Victoria и вирус гриппа группы В-Yamagata, — рассказала врач.

Нужно также помнить о «слепом окне». 22 дня после прививки иммунитет настраивается, но поначалу ослабевает. В это время

человек может подхватить заразу.

МИФ 5 Прививка вызовет осложнения

В очень редких случаях прививка может вызвать аллергическую реакцию, температуру выше 37, отёк или покраснение в месте инъекции больше 8 см в диаметре. Чтобы отследить реакцию организма на вакцину, нужно полчаса подождать у кабинета врача.

Виктория КАЙТУКОВА

**Давайте делать
«Север столицы» вместе!**

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

Звоните! (499) 647-6831

С 10.00 до 17.30
с понедельника по пятницу

Пишите!
info@saonews.ru, chitatel@internet.ru

Предприятие питания
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

- Пекарей-кондитеров
- Фасовщиков
- Поваров
- Грузчиков
- Уборщиц/мойщиц
- Кухонных работников

Ждём Ваших звонков!

8-929-980-23-79

Не могу перестать контролировать сына-подростка

?! Сыну 15 лет, а я не могу перестать пытаться контролировать, что он делает, с кем общается. Мне кажется, что он наделает ошибок. Он упирается, мы ссоримся. Как мне быть?

Светлана,
Дмитровский район

Отвечает психолог семейного центра «Преображение» Дмитрий Раковский.

— В такой ситуации, первое, что нужно сделать, — это вернуть самой себе чувство уверенности, принять, что ваш сын может сам справиться со многими проблемами и трудностями. Иначе, пока вы будете думать о возможных ошибках ребёнка, переживать за то, чего, собственно, и нет, победить свой страх у вас не получится.

Попробуйте честно ответить на очень простой вопрос: «А что я точно знаю



Дмитрий Раковский,
психолог
семейного центра
«Преображение»

про сына?» Предположим, вы уверены, что он любознательный, целеустремлённый, упрямый в достижении цели, определился с выбором будущей специальности. Вы не сомневаетесь, что ребёнок умело распорядится своими качествами и не навредит себе. Следовательно, передать сыну ответственность за эту часть его жизни вы можете, не опасаясь, что что-то пойдёт не так.

Испытывая уверенность в определённых личностных качествах своих детей, вы переходите на новый уровень взаимоотношений: от родительского контроля к взаимопониманию и доверию.



Если дом стал полем битвы отцов и детей, победителей в таком сражении не будет

В Семейном центре CAO родителям помогают лучше понять своих детей

Лучше понимать своих детей помогают в бесплатном проекте «Осознанное родительство», который существует при семейном центре «Преображение» CAO. Психолог Дмитрий Раковский ведёт группы в Дмитровском районе и в Ховрине.

— Начиная с первой бесе-
ды я рассказываю родите-

лям, что наши встречи — это безопасная и комфортная для них территория, — говорит он. — Здесь есть право на ошибку, можно говорить и слушать, и это время — их личное. Ведь очень важно регулярно посвящать время не только детям, но и себе. И тогда дети в свою очередь увидят не издёрган-

ных и сердитых, а отдохнувших, весёлых, счастливых и осознанных родителей.

Занятия групп проходят по средам в 18.15 по адресу: Карельский бул., 21, стр. 1, и по четвергам в 17.30 на Клинской ул., 14, корп. 1. Тел. для записи (495) 485-1181. Сайт: мойсемейный-центр.москва.

Яков Филимонов/Фотобанк Лори

«СЕВЕР СТОЛИЦЫ» В ТЕЛЕГРАМЕ

«Север столицы» можно читать и в Телеграме. Здесь публикуются самые яркие статьи газеты, оперативные новости, любопытные истории из жизни районов CAO, опросы.



На Коровинском трактор снёс дорожный знак

В районе дома 33 на Коровинском шоссе столкнулись легковой автомобиль, грузовой автофургон и поливочный трактор. Автофургон и трактор оказались на тротуаре, при этом трактор подмял дорожный знак «Пешеходный переход», также был повреждён светофорный столб.

По улицам Ховрина путешествует ястреб

На территории одной из школ Ховрина был замечен ястреб. По словам очевидцев, птица притаилась между кустами и забором. По словам местных жителей, раньше ястреба видели на Левобережной и Петрозаводской улицах, а также в парке Дружбы.

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 2х 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 добавок, которые продаются в Интернете, ЧИНЧ® продается 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 комплекс не может предложить подобной комбинации трав по такой низкой цене. Чтобы получить схожий эффект, вам придется купить сразу 4 других добавки.

Присмотритесь и Вы к комплексу ЧИНЧ®, ведь уже продано 160 тысяч упаковок.⁴

Просто выберите аптеку по адресу справа или закажите доставку в аптеку: **8-800-700-8888**

18+ РЕКЛАМА. 1. И. В. Виноградов. Оценка эффективности комбинированной терапии симптомов нижних мочевых путей у пациентов с хроническим простатитом. АОУ ВО «Российский университет дружбы народов» Министерства образования и науки РФ; 2. Кульченко Н.С., Фитотерапия при воспалительных заболеваниях предстательной железы. Исследования и практика в медицине. 2019; 6(3): 87-97. 3. <https://uroweb.org/guideline/> 5, 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)311-67-71. СТР № АМ.01.48. 01.003.Е.000166. 10.18 от 31.10.2018 г. ЧИНЧ-ПН2-зима23



160 тысяч
мужчин уже
приобрели
ЧИНЧ®

Заказать **8-800-700-8888**

Столбунки
сеть социальных аптек
Аптеки

Во всех Столичках CAO

- 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 Масловка, 22
- Белорусская, Расковой, 26/29
- Беговая, Хорошевское ш., 1
- Полежаевская, Хорошевское ш., 82
- Селигерская, Коровинское ш., 13, к. 1
- В. Лихоборы, Бескудниковский б-р, 5
- Окружная, Б. Академическая, 73, к. 1
- Колтево, 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.

ЖИЗНЬ ВЗАЙМЫ

В группах анонимных должников помогают справиться с неконтролируемой тратой денег

Обществе «Анонимные алкоголики», где помогают излечиться от зависимости, знают многие. По аналогии с ним существует сообщество «Анонимные должники». В него может вступить любой, у кого есть проблемы с потребительскими кредитами, деньгами с кредитных карт и микрозаймами. Здесь учатся разумным тратам. В Москве вживую общаются три группы, есть также онлайн-встречи. «Север столицы» пообщался с тремя анонимными должниками из САО.

чество — это зависимость, болезнь. Получая деньги и компульсивно покупая вещь, человек заряжается счастьем. При этом нет осознанности, понимания, как потом расплатиться.

— Я ожидал, что в группе получу помощь финансовых консультантов. Но программа о другом: она учит, как жить, чтобы не брать в долг. Сейчас я на 4-м шаге, анализирую свои качества, учусь рассчитывать финансы. Банк удерживает 50% моей зарплаты, — объясняет Михаил.

Закрывал одни кредиты другими

42-летний Михаил с Флотской улицы работает администратором в госкомпании. Его кредитная задолженность началась в нулевые годы, когда банки раздавали свои карты. Он прилично зарабатывал, но денег не хватало.

— Началось с покупки компьютера за 80 тысяч рублей. Завёл несколько кредитных карт, с которых брал по 30 тысяч, потом — по 150 тысяч. Одни кредиты закрывал другими кредитами. В 2021 году по решению суда я должен был уже 2 миллиона 700 тысяч рублей. Дело передали судебным приставам, — рассказал Михаил.

В группу «Анонимные должники» он пришёл два года назад. Был подавлен: хотел отдать долг, но не знал как. Ведь должни-

Взял кредит на покупку машины, но при этом задолжал квартплату

Хотел казаться богатым

46-летний Игорь с Беговой улицы всегда хорошо зарабатывал, но у него не хватало денег на самое необходимое.

— В первый раз я взял кредит 20 лет назад на покупку телефона жене. Водил её в шикарный ресторан, покупал люксовую одежду, возил семью на дорогие курорты. Для этого брал деньги в кредит. Расходы всегда превышали мой доход на 15%. Взял кредит —



Татьяна Сорокина

1,5 миллиона рублей на покупку машины. При этом задолжал 50 тысяч квартплату. Долги я всегда закрывал, беря новые кредиты, — рассказал Игорь.

Три года назад, получив выходное пособие — 400 тыс. рублей, — он всё отдал банку за кредит. Семью нечем было кормить. Пришёл в группу. И теперь два с половиной года не берёт новые кредиты, научился рассчитывать семейный бюджет. Остаток долга — 750 тыс. рублей — банк списывает автоматически каждый месяц.

— Долги люди делают потому, что хотят произвести впечатление на окружающих с помощью дорогих вещей. Виной тому — низкая самооценка и пропаганда

общества потребления, — считает Игорь.

Покупала ненужные вещи

Марине с Онежской улицы 53 года, она риелтор. В городе Находке руководила рекламным бизнесом, снимала фильмы и писала статьи.

— Я никогда не умела пользоваться деньгами. На всю зарплату покупала ненужные вещи. Был свой бизнес, но он прогорел из-за неумения составлять бизнес-план. Не помог и бухгалтер: я тратила полученные от клиентов компании авансы. Постоянно брала кредиты, самый большой — 300 тысяч рублей, — говорит Марина.

Два года назад, приехав в

Москву, она закрывала кредиты другими кредитами. Из порочного круга ей помогли выбраться в группе «Анонимные должники».

— Здесь я учусь планировать расходы, исходя из дохода, и придерживаться его. Прошла 12 шагов программы — они такие же, как и у анонимных алкоголиков и анонимных передающих. Постепенно выплачиваю свой старый долг банку. Налаживается и личная жизнь, ведь раньше я мужчин воспринимала как «денежный кошелек», — заметила Марина.

Виктория КАЙТУКОВА

Расписание встреч онлайн и офлайн-групп и программа «Анонимные должники» — на сайте adebtors.ru

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Обследование деревьев на Ленинградке проведут до конца октября



У подъезда темно, хотя возле дома в 20 метрах стоят два фонаря. Но кроны деревьев не дают свету достигнуть земли. Помогите решить вопрос.

Владимир Иванович, Ленинградское ш., 44

— До 30 октября сотрудники «Жилищника» обследуют деревья на территории по указанному адресу. Если выявят зелёные насаждения, требующие санитарной обрезки, то выполнят работы с привлечением автовышки, — сообщили в управе Войковского района.

Маргарита ИВАНОВА

Управа Войковского района:
1-й Новоподмосковный пер., 2/1, тел. (499) 156-2002. Эл. почта: voik@mos.ru

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций (499) 647-6831

С 10.00 до 17.30 с понедельника по пятницу

info@saonews.ru
chitatel@internet.ru

ИМПЕРИЯ
www.imperico.ru

Сумма от 50 тыс. до 2 млн., срок от 4 мес. до 2 лет.

- Под контролем ЦБ РФ и СРО.
- Член торгово-промышленной палаты.
- Ежемесячные выплаты.
- **АКЦИЯ «Проценты вперед» до 15.11.2023 г.**
- **АКЦИЯ 26% ПО ВСЕМ ПРОГРАММАМ до 15.11.2023 г.**
- **Особые условия для пенсионеров.**

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

до 26% ГОДОВЫХ

СУММА СБЕРЕЖЕНИЙ	СРОК, МЕС.	СТАВКА, % ГОДОВЫХ	ВАШ ДОХОД
100 000	12	11,50% 26%	26 000
600 000	12	13,50% 26%	156 000
1 000 000	24	26%	520 000

8 (495) 150-52-94

г. Москва, Ленинградский пр., 35 (м. «Динамо», м. «Петровский парк») Время работы: пн-пт: 10.00-19.00, сб: 11.00-17.00.

Кредитный потребительский кооператив «Империум ИК» ОГРН 1205000079074, член СРО Союз Саморегулируемая организация «Национальное объединение кредитных кооперативов» (свидетельство №345), Полис № ГО КПК 00656/2023 от 20 июня 2023г. Предложение действительно только для членов КПК. Единственный вступительный взнос 300 рублей. Денежные средства принимаются на основании договора передачи личных сбережений от 50 000 рублей. Сбережения принимаются у граждан РФ с 16 лет без верхнего возрастного предела. Срок сбережения от 4 до 24 мес., доход от 10% до 26%. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются по ставке 0,1%. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения по телефону: 8 (495) 150-52-94 или на сайте www.imperico.ru. Реклама

Капнуть на ладонь, растереть и вдыхать

Алина Комлева с Ленинградского проспекта — аромапрактик. Она участвует в выставках, ведёт свой блог и подбирает людям индивидуальные «эфирные коды».

Появилось желание выйти на улицу

По образованию Алина художник. В юности, когда она писала картины, любила капнуть на аромалампу капельку-другую масла бергамота или мяты и работала под приятные запахи. Но серьёзно в эту тему погрузилась, когда столкнулась с диагнозом. В 2009 году, когда Алине было 19 лет, врачи обнаружили у неё неизлечимое на сегодняшний день аутоиммунное заболевание.

Послушайте аромат. Нравится? Значит, он вам подходит

— Дозы выписанных сильных медикаментов вводили меня в депрессию, ничего не хотелось делать, порой просто не хватало сил встать с кровати, — рассказывает она. — Однажды в Интернете я наткнулась на статью про це-



Алина стала изучать свойства эфирных масел, после того как они помогли ей спастись от депрессии

лебные свойства эфирных масел. Прочитала о том, что их компоненты могут активизировать механизмы

саморегуляции организма. Решила попробовать. Купила различные масла и стала экспериментировать.

Когда дошла до ладана, то даже не поверила, насколько эффективен он для меня оказался. Как тумблер пе-

реключили. Я вдыхала это эфирное масло, и мне стало легче подниматься, появилось желание выйти на улицу, писать картины. После этого захотелось развиваться в этом направлении, делиться знаниями с людьми. Сегодня я занимаюсь сразу двумя любимыми вещами: пишу картины и популяризирую ароматерапию.

Нагревать нельзя

Алина родом из Карачаево-Черкесии, переехала в Москву после того, как вышла замуж.

— По сравнению с моим маленьким городом Москва — огромный, шумный и многолюдный мегаполис. И одна из главных проблем жителей — постоянные стрессовые состояния, — отмечает Алина. — Людям хочется успокоиться, войти в спокойный ритм жизни. И здесь, как ничто другое, поможет эфирное масло. В идеале — индивидуально подобранное под человека. Я рекомендую попробовать разные ароматы, чтобы понять, что больше всего на данный момент подходит. Послушайте аромат. Нравится? Да, оно! Мне лично «заходят» ладан, сандаловое масло. Они отлично взаимодействуют с нервной системой, эфиры воздействуют на регенерацию клеток, начинают восстановительный процесс. Причём нужна лишь одна капля. Перебарщивать не стоит.

Нагревать эфирные масла нельзя, они потеряют свои свойства. Можно капнуть в диффузор, а можно — на ладонь, растереть и вдыхать. Глубокий вдох, чуть задержать, выдохнуть. Так раз десять. И настроение начинает тут же повышаться, а состояние — меняться. Рукой с остатками масла проводим по вискам и седьмому шейному позвонку.

Роза настроит на мир в семье

Если трудно просыпаться, настраиваться на работу или учёбу, помогут ароматы мяты, лимона, который можно сочетать с перечной мятой или бергамотом. Успокаивают лаванда, дикий апельсин. На мир в семье настроит роза, цитрусовые, ладан. Обеззараживание и снятие негатива обеспечат гвоздика, чайное дерево, перечная мята, орегано.

По словам Алины, аромасла и эфирное масло — совсем не одно и то же.

— Эфирное масло получают из конкретного растения — его листьев, цветов, корней и других частей — методом дистилляции или прессования. Оно полностью натуральное и обладает терапевтическим эффектом. Конечно, такое масло лучше. Аромасла — оно и есть масло с ароматом. Стоит дешевле, и наличие натуральных компонентов — на совести производителя.

Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

ТИПОГРАФИЯ ПРИГЛАШАЕТ РАБОЧИХ

В обязанности входит склейка изделий из бумаги и картона (бумажные пакеты, бумажные коробки).

Оплата **55–85 тыс. руб.**,

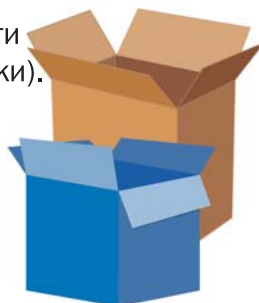
сдельная или оклад в зависимости от участка работы на производстве.

Наличие опыта работы с бумагой или картоном необязательно. Главное — желание работать. Всему научим!

График работы с 9.00 до 18.00

Ближайшая станция МЦК Коптево

Т. 8-989-097-07-65



Может ли одиноко проживающий пенсионер взыскать алименты со своих детей?



Живу один, дети совсем не помогают. Можно что-то сделать?

Сергей Иванович, Коровинское ш.

Отвечает юридическая компания «Вектор Прайм».

Обязанность детей уплачивать алименты на содержание родителей возникает при одновременном выполнении следующих условий: дети достигли совершеннолетия и являются трудоспособными; родители нетрудоспособны и нуждаются в помощи — имеют инвалидность или достигли возраста 55 лет (для женщин), 60

лет (для мужчин). Уплата алиментов детьми на содержание родителей может быть добровольной (по соглашению сторон) и принудительной (в судебном порядке). Каждый из родителей имеет право обра-

титься в суд с иском о взыскании алиментов. Если родитель уклонялся от выполнения обязанностей родителей, то суд может освободить детей от уплаты алиментов.



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. 23

▲ Библиево, 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

▲ Рязанский проспект, ул. Зеленодольская, д. 3, оф. 8

Запекать лучше дольками

Шеф-повар из Бегового рассказал о необычных блюдах из тыквы



По словам Артёма Ларичева, тыквы разнообразны по размеру, цвету, а главное — по вкусовым качествам

— Запекать тыкву лучше всего дольками на коже, а потом снимать кожуру. Использовать запечённую мякоть можно в салатах, смешивать с любимыми кашами, приготовить суп-пюре, подать в качестве гарнира, — объясняет он.

На свадебный стол

В разных странах есть свои особенности приготовления тыквы. Например, в Армении сладкую фаршированную тыкву хапаму подают к свадебному столу как символ изобилия. С тыквы срезают верхушку, удаляют семечки и мякоть, которую нарезают для начинки, добавляют отваренный до полуготовности рис и какие угодно сухофрукты. Закрывают крышкой — и в духовку.

— Я очень люблю готовить равиоли с тыквой, — рассказывает Артём. — Это древнее блюдо из Северной Италии. Говорят, что первое упоминание о нём появилось более чем 500 лет назад. В Ломбардии особенно любят их готовить в преддверии Рождества. Делаются они просто. Для начинки нужно перемешать сыр маскарпоне с запечённой тыквой. Раскатать два пласта тонкого теста, выложить чайной ложкой начинку на нижний пласт и накрыть вторым. Осталось фигурным ножом вырезать равиоли квадратной формы и отварить четыре минуты в подсоленной воде.

Григорий Матвеев

Виктория Панченко/Фотобанк Лори

Чтобы раскрыть вкус тыквы, добавьте мёд, лимонный сок, тимьян и розмарин

РЕЦЕПТ ОТ ШЕФ-ПОВАРА

Ризотто с тыквой

300 г очищенной тыквы нарезать кубиками с ребром примерно 1,5 см. Посолить, сбрызнуть оливковым маслом, добавить листики тимьяна и поставить запекаться в духовку на 10-12 минут при температуре 180 градусов.

1 лук-шалот нарезать мелким кубиком. Разогреть в сотейнике две столовые ложки оливкового масла, обжарить лук до полуготовности.

Добавить 160 г риса арборио, хорошо прогреть, постоянно помешивая.

Влить 80 мл сухого белого вина, посолить. Выпарить вино и постепенно,



по одному половнику, вводить 400 мл свежеежатого тыквенного сока, пока рис не будет готов.

Добавить в ризотто 60 г сливочного масла и 60 г маскарпоне, снять с огня и взбить деревянной лопаткой. Выложить на та-

релку ризотто, сверху добавить кубики запечённой тыквы. С помощью двух ложек сделать кнели (шарики) из 120 г сыра и выложить их на ризотто. Сверху можно сбрызнуть одной чайной ложкой тыквенного масла.

Сезон тыквы в разгаре. Тыквина — так называют плод ботаники — отлично хранится, поэтому полезные и вкусные блюда можно готовить вплоть до весны. Шеф-повар Кулинарной студии Юлии Высоцкой на Ленинградском проспекте Артём Ларичев рассказал о том, как лучше приготовить тыкву, чтобы её вкус полностью раскрылся, и поделился с «Севером столицы» авторским рецептом.

Круглые и плоские

Многообразие форм и расцветок тыквы поражает: круглые, плоские, вытянутые, ярко-оранжевые, бледно-жёлтые, серые в крапинку и зелёные в полосочку.

— Родители выращивают на даче тыквы и каждый год осенью привозят мне самую крупную, — рассказывает Артём Ларичев. — Каждый год они бьют свой же рекорд: в этом году тыква ве-

сит 15 килограммов. У нас в семье традиция: в первых числах ноября её разрезать и приготовить что-нибудь вкусное. Моё самое любимое блюдо — пшённая каша с тыквой.

По словам Артёма, у каждого сорта тыквы свой вкус. Чтобы его раскрыть в полной мере, лучше всего тыкву запекать, добавляя немного мёда, лимонного сока, тимьяна и розмарина, свежемолотого чёрного перца, гвоздики — в общем, специй, которые ассоциируются с осенью.

«Север столицы» теперь в Телеграме!

Новости Северного округа теперь можно читать в мессенджере Телеграм. Здесь публикуются информация из вышедшего номера и заметки, только что на-

писанные нашими корреспондентами. Тематика прежняя: общественно-политическая и хозяйственная жизнь Москвы и округа, интервью с интересны-

ми людьми, криминальная хроника, афиша культурных событий. Подписаться на наш канал можно по ссылке t.me/Sever_Stolicy_news_SAO.



Ирина ЛЬВОВА

Учёный и популяризатор науки житель Тимирязевского района Илья Гомыранов рассказал «Северу столицы» о том, кто на нашей планете, помимо человека, обладает интеллектом и способностью к обучению.

Чьё это отражение?

Например, вороны используют разные предметы, чтобы добывать пищу, слоны запоминают местность и возвращаются туда даже с расстояния больше сотни километров, а осьминоги распознают лица людей, видят сны и меняют свою окраску в зависимости от сюжета.

Самый простой тест, с помощью которого учёные узнают об интеллекте животных, — зеркальный.

— Животному незаметно ставят на лоб яркую отметку, а потом показывают зеркало. Если оно понимает, что в зеркале его отражение, то начинает стирать отметку не с зеркала, а у себя со лба, как сделал бы человек, увидев у себя на лице грязь, — рассказывает Илья Гомыранов.

Зеркальный тест успешно проходят обезьяны, слоны, свиньи, сороки, попугаи и некоторые другие животные.

— Например, кошки. Правда, из-за того что убирать «грязь с лица» им нечем, учёные проводили эксперимент так: размещали в воде зеркало гораздо меньшего раз-

Вы знали, что пчёлы умеют считать?

Биолог из Тимирязевского об удивительных способностях живых существ



Бонобо Канзи и его сестра на занятии. Канзи понимает около 3 тысяч слов

мера, чем сама кошка. Она подплывала, смотрела в него, а потом начинала вести себя, словно девочка, на которую надели красивое платьице: вертелась, чтобы были видны то хвостик, то седловидное пятно за плавником, то есть те места, которые она в обычной жизни не видит, — говорит Илья.

Поговорить с обезьяной

Другой важный показатель развитого интеллекта — это речь. Собственным языком, который состоит из сигналов, пользуются многие животные. Но оказалось, что некоторых можно научить и человеческому.

— Например, американские биологи из Невады научили жестовому языку шимпанзе Уошо. За не-

Осьминоги распознают лица людей и видят сны

сколько лет он выучил и мог показать жестами около 300 слов, и ещё понимал 500–600, — рассказывает учёный. А настоящим гением среди обезьян считается карликовый шимпанзе — бонобо Канзи.

— Сначала языку йеркиши, в котором используются изображения типа египетских иероглифов, учили его маму, а он в то время был маленький и висел у неё на спине. Мама в учёбе не преуспела. Но неожиданно много слов-картинок запомнил Канзи. Сейчас он знает и может показать около 600 слов, ещё 3 тысячи — понимает. Примерно столько же нужно человеку для уверенного бытового общения на иностранном языке за границей. С Канзи можно вести осознанные беседы. Он рассказывает, как себя чувствует, что хочет, какое у него настроение, какой сон ему приснился. Канзи даже попробовал обучить йеркишу своих сородичей. Но не получилось. Когда учёные дают ему фо-

тографии, где на одних изображены люди, а на других обезьяны, и просят разложить их в две стопки, своё фото он кладёт в стопку с людьми: считает себя человеком, — смеётся биолог.

Насекомые-«математики»

Интеллектом обладают не только птицы и млекопитающие, но и насекомые. Так, пчёлы умеют считать до пяти.

— Ещё в 1970-х годах учёный Карл фон Фриш выяснил, что пчела в танце может передавать своим сородичам информацию — например, где видела поле с цветами и как далеко оно находится. За открытие этого языка даже дали Нобелевскую премию. А недавно биологи провели новый эксперимент. Поставили в поле пять одинаковых палаток жёлтого цвета, а рядом с последней — столик со сладким сиропом. Как только первая пчела-разведчик его обнаружила и полетела в улей сообщать своим, столик перенесли к третьей палатке. Но пчёлы всё равно полетели к пятой, — объясняет учёный.

Кстати, по его словам, способностью к счёту обладают и менее разумные существа — например, рыбы и каракатицы умеют считать до трёх. Наталья АНОХИНА

ДОСЬЕ

Исследователь и популяризатор науки

Илья Гомыранов — зоолог, сотрудник Сколковского института науки и технологий, выпускник кафедры энтомологии биофака МГУ. Автор множества статей и книг о природе, популяризатор науки, фотограф дикой природы, постоянный эксперт радио- и телепрограмм. Был награждён ежегодной премией «За верность науке», учреждённой Министерством образования и науки РФ за популяризацию научных достижений и поддержку престижа научной деятельности.



Андрей Дмытрив



В ДОБРЫЕ РУКИ



Питомцы ждут хозяев!

В муниципальном приюте САО для бездомных собак «Химки-2» в Молжаниновском живёт 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.



William H. Calvin, PhD/wikimedia.org

Ёжику 2 года. В приюте он живёт около года и поэтому пока немного робкий и осторожный. Ёжик послушный, дружелюбный, прекрасно гуляет на поводке, ладит с другими собаками. Будет верным другом в вашей семье. Здоров, привит, чипирован.



Лео 4 года. Он весёлый и общительный, поэтому ему трудно находиться в вольере. Лео обожает детей и отлично ладит с другими собаками. Знает многие команды и с удовольствием их выполняет. Прекрасный компаньон. Здоров, привит, чипирован.

Лия ЛЬВОВА

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

АФИША



На Соколе танцуют джаз-модерн

24 октября культурный центр «Гармония» (2-я Песчаная ул., 3) приглашает всех желающих младше 18 лет на танцевальный мастер-класс. Его участники научат основам современной хореографии и технике стиля джаз-модерн. Начало в 16.15. (0+) Форма регистрации на сайте ckgarnoniya.ru, раздел «Афиша».



В Левобережном сыграют вальсы

Послушать классику можно 28 октября на концерте, посвящённом Святославу Рихтеру, в библиотеке №44 им. В.Г.Короленко (Фестивальная ул., 46, корп. 1). Вальсы Шопена, Брамса, Рахманинова, Глинки и Чайковского, которые в своё время играл Рихтер, исполнит выпускник Московской государственной консерватории им. П.И.Чайковского Алексей Кудряшов, лауреат всероссийских и международных конкурсов. Начало в 17.00. (12+) Регистрация на сайте kulturasao.ru, раздел «Афиша».



В Ховрине научат основам вокала

27 октября в 16.00 культурный центр «Огонёк» (Зеленоградская ул., 33а) приглашает детей шести-девяти лет на мастер-класс «Песни волшебства». На нём они научатся правильно произносить звуки и узнают о базовых вокальных терминах. (6+) Регистрация на сайте ogonek.kulturasao.ru, раздел «Афиша».



Мария ГОРБУНОВА

В афише возможны изменения, уточняйте на сайтах организаторов

Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru



Шедевр без авторства

В Музее русского импрессионизма открылась новая выставка

Необычность новой выставки «Автор неизвестен» известен. Коснуться главного Музея русского импрессионизма в том, что имена большинства художников, творивших на рубеже XIX–XX веков, пока не установлены. Часть экспозиции составили работы, авторство которых было раскрыто в последние годы.

Рассмотреть под лупой

По словам куратора выставки, ведущего специалиста выставочного отдела Музея русского импрессионизма, Анастасии Винокуровой, произведения с пометкой «Неизвестный художник» (н/х) крайне редко попадают на большие выставки. Но музею удалось собрать блестящие работы из 30 музеев России и шести частных собраний, скрытые в запасниках из-за отсутствия подтверждённого авторства.

Воспринимать работы, не зная имя художника, непросто. Поэтому в музее развернули мультисенсорную лабораторию, где посетители могут, например, рассмотреть под лупой поверхность картины.

Ждут версии посетителей

Одной из самых загадочных картин на выстав-

ке можно назвать композицию «Рождение» (1910–20 годы) из собрания коллекционера Михаила Каменского. Она одновременно напоминает работы художников Витебской школы (отсылка к работам Шагала) и других известных мастеров. Кстати, по словам Анастасии Винокуровой, многие

Из-за перепутанной буквы картину приписали некоему Гестинскому

гие коллекционеры согласились участвовать в выставке в надежде на обратную связь с посетителями. Возможно, благодаря их познаниям и догадкам какие-то картины обретут авторство.

Подпись неразборчива

В числе картин, авторство которых было недавно установлено, — полотно ученика Петрова-Водкина Бориса Пестинского «Портрет Мухитдина». На ней изображён узбекский мальчик, читающий труды Владимира Ленина. Когда известный эксперт



«Портрет Мухитдина» Бориса Пестинского. 1933

Татьяна Белоножкина

и галерист Ильдар Галеев приобрёл картину, считалось, что её автор некий Гестинский. Но такого художника никто не знал. Ильдар Галеев установил, что первоначально в подписи перепутали букву Г с буквой П. Её автор — художник и зоолог Борис Пестинский, который в 1932 году был сослан из Ленинграда в Узбекистан, работал там герпетологом, не переставая писать картины.

Продавали как Рериха

Полотно «Северный город» коллекционер Андрей Васильев приобрёл как работу неизвестного автора. Он провёл ряд экспертиз и получил заключение, что автор — художник-символист Василий Денисов. Коллекционер продал картину, а потом обнаружил её в антикварном салоне под авторством Николая Рери-

ха. На обороте даже появилась подпись «НР». Андрей Васильев выкупил картину и теперь хранит её в своей коллекции, вернув автору заслуженную славу.

Выставка продлится до 21 января 2024 года. (3+) Татьяна БЕЛОНОЖКИНА

Музей русского импрессионизма: Ленинградский просп., 15, стр. 11. Сайт: rusimp.su

На Соколе открылась выставка пейзажей и натюрмортов

В библиотеке №25 им. Всеволода Иванова открылась художественная выставка «Природа в творчестве». На ней представлены картины Валентины Паршиной.

— Работы Валентины Паршиной выставлялись в России, Египте и странах Европы, некоторые хранятся в частных коллекциях, — рассказали в Объединении культурных центров САО. — На выставке представлены

её пейзажи и цветочные натюрморты. Например, картина с изображением дома Валентины Павловны в Самаре, который построила её бабушка, и рассветный пейзаж, написанный в три часа утра. Посетить выставку можно до 29 октября. Вход свободный.

Мария ГОРБУНОВА

Адрес: ул. Врубеля, 13. Сайт: kulturasao.ru

Задавайте вопросы, предлагайте темы для публикаций

(499) 647-6831
С 10.00 до 17.30
с понедельника по пятницу

info@saonews.ru
chitatel@internet.ru



На Ходыньском поле занимаются йогой ума

Освоить медитативную практику Heartfulness можно в парке «Ходыньское поле».

— Heartfulness — это медитация, основанная на древней системе раджа-йоги, то есть йогой ума. Она регулирует ум и учит прислушиваться к себе, благодаря чему человек может пребывать в естественном состоянии

любви, мира и споконьятия, — рассказали в парке. — Практика проходит сидя, приходите на неё можно всем желающим старше 16 лет в удобной одежде.

Занятия проходят каждый четверг в 11.00 в культурном центре парка. Вход свободный.

Мария ГОРБУНОВА

Адрес: Ходынский бул., 1

Евгений Воловенко: В благодарность Африке я изменил свою фамилию

Актёр поделился впечатлениями от съёмок

У Евгения Воловенко, кроме актёрского таланта, есть особый дар: он умеет располагать к себе людей — и не только в России, а как выясняется, и в Африке тоже. Где он был не как турист, а как исполнитель главной роли в сериале «Лихорадка», в котором Евгений Воловенко играет одну из главных ролей — врача-вирусолога Ивана Матецкого, приезжающего в Африку спасать местное население от смертельного вируса. И во время съёмок актёр успел не только поработать, но и попутешествовать по Кении. И настолько подружился с местными жителями, что они признали его своим и подарили специальную трость — отличительную примету человека, принадлежащего к народу масаи. А он в знак благодарности решил даже немного поменять фамилию... Евгений поделился подробностями съёмок и воспоминаниями о своих африканских приключениях.

В роли вирусолога

— Евгений, сразу ли вы согласились на съёмки в сериале «Лихорадка»?

— Сразу. Потому что в

моей практике не так часто попадают сценарии, когда читаешь с огромным интересом, как какой-то роман или книгу, которая действительно захватывает. Была интрига, интересная история. Сценарий вызвал положительные эмоции и желание работать в этом проекте. Съёмки в Африке были дополнительным бонусом. У нас сложилась отличная команда: и актёрская, и самой съёмочной группы, полное взаимопонимание с режиссёром, оператором-постановщиком, продюсерами. Все получили удовольствие от работы, что крайне важно в нашем деле. Тот результат, который видел я, — он меня порадовал, как и остальных.

— Ваш герой — врач-вирусолог. Вам пришлось учить какие-то термины для роли, вдаваться в подробности медицинской тематики?

— Разумеется, не без этого. Помимо самой тематики, действительно были различные медицинские термины. Это не так сложно, так как понятно, что всё можно заучить. Но все эти костюмы врачей-вирусологов, когда мы по несколько часов снимались в этой экипировке, — вот это было

тяжело. Я, конечно, понимаю, что мы в этих костюмах были только на дубль или на сцену: у нас была возможность снять маску, подышать воздухом. А у реальных врачей такой возможности нет, и действительно любой прокол или порез костюма может привести к печальным последствиям.

— Вы, наверное, немного иначе стали относиться к врачам?

— Это не первый проект, где я играю врача. Когда ты примеряешь на себя чужую жизнь — это всегда добавляет понимания того, насколько непросто то, что делают люди, которых мы играем. К врачам у меня всегда было хорошее отношение. К тому же у меня мама медицинский работник и она мечтала, чтобы я стал врачом. Но я пошёл другим путём...

Поехал к океану

— Вы до сих пор под большим впечатлением от поездки в Африку?

— Для меня эта поездка была просто каким-то взрывным всплеском эмоций и впечатлений, знакомством со многими людьми. Дело в том, что перед поездкой нас проинструктиро-

Мама мечтала, чтобы я стал врачом, но я пошёл другим путём

вали о том, как себя вести. Выглядело всё довольно страшно: вправо-влево и по одному не ходить, кругом бандиты и хулиганы, всюду инфекции, пить только бутилированную воду, зубы чистить только бутилированной водой, пищу никак не есть, кроме как в гостинице, и так далее... Мы прилетели в Кению. Всё действительно отличалось от привычного мира. Мой первый съёмочный день состоялся практически сразу после прилёта, и потом у меня выпадало по графику три дня выходных. Я сразу подумал: что же буду делать всё это время здесь с учётом всех ограничений и опасностей?! И добрый человек из нашей съёмочной группы подсказал мне: «Да тут океан же недалеко — возьмём часов на машине всего!» Я служил на флоте, мы проходили вблизи Марокко, я видел Африку с другой стороны, и мне очень захотелось посмотреть с бе-

рега на океан. Было, правда, немного страшно решиться на поездку одному. Но нашёлся оптимальный вариант, как туда добраться: на железнодорожном экспрессе. На нём путь из Найроби, столицы Кении, в город Момбасу на берегу океана составил всего лишь пять часов. Я провёл это время в поезде с огромным удовольствием, за окном плыла Африка. Я нарушил практически все правила, о которых нам говорили. Выходя из поезда, я познакомился с ребятами из Пакистана, которые давно живут в Африке. Они меня провезли практически по всему побережью Момбасы, показали те районы, в которые ни один турист не заходит, там я с ними ел придо-



реклама и частные объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Абсолютно адекватная семья снимет квартиру. Т. 8-901-524-2253
- Агентство. Покупка, продажа квартир, комнат, долей. Неприватизированных, с долгами. Т.: 8 (495) 231-8042, 8 (495) 924-5016
- Аренду жильё. Т. 8-964-635-0700

- А я сниму. И отремонтирую. Т. 8 (495) 782-5671
- Жители Москвы снимут квартиру. Т. 8-967-066-1442
- Риелтор. Недорого. Т. 8-962-979-1707
- Сниму комнату строго у хозяев. Т. 8-993-899-5831
- Сниму однокомнатную или двухкомнатную кв. Т. 8-985-999-5831

КОМИССИОНКА

- Антиквариат. Книги. Значки. Статуэтки. Подстаканники. Иконы. Игрушки. Самовары куплю. Т. 8 (495) 643-7212

МосСкупка дорого купит
Книги до 1940 г. до 100 т.р.
Архивы • автографы • серебро • бронзу
• янтарь • иконы • награды • статуэтки •
знаки • монеты • часы и др. антиквариат
8-915-171-71-02, Светлана

СкупКа дорого купит
Антиквариат. Коллекции
иконы • янтарь • статуэтки • фарфор
серебро • бронзу • часы • монеты • значки
автографы • картины • книги и много др.
8-967-000-71-02 оплата сразу

- Библиотеку домашнюю. Т. 8 (495) 724-3045
- Буканист купит книги до 1940 г. за 50 000 р.! Т. 8-900-546-0081
- Выкуп книг, посуды. Т. 8-925-509-2894
- Куплю всё! Т. 8-985-300-0909
- Куплю ёлочные игрушки, календарики, пластинки, бижутерию, хрусталь, гитары, кукол. Т. 8-915-401-6488
- Куплю книги, документы, архивы, ноты, фотографии до 1940 г. Т. 8-985-275-4333
- Куплю книги, фарфоровые статуэтки. Т. 8-917-533-5750

- Куплю старинные: иконы от 80 тыс. руб., книги, статуэтки, самовары, колокольчики. Т. 8-920-075-4040
- Продадим вашу вещь в комиссии. Цену назначаете сами! Т. 8 (499) 226-2879
- Радиоэлектроника. Т. 8-916-774-0005, Дмитрий
- Скупка. Быстро. Деньги сразу. Т. 8 (499) 226-2539
- «Старый Китай». Т. 8-916-993-3664
- Часы (любое состояние), значки. Т. 8 (495) 723-1905

ЗНАКОМСТВА

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

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

Крупная стабильная российская компания приглашает:

ВОДИТЕЛЕЙ

категории В (на машину компании)

3/п от 60 000 р. на руки

- 3/п два раза в месяц без задержек
- График 5/2 (выходные сб, вс), 4:00-14:00
- Место загрузки в Ховрино

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ:

- Погрузка, разгрузка продуктов питания, готовой продукции
- Развоз груза по объектам (5-7 точек ТОЛЬКО в районе СВАО)

ТРЕБОВАНИЕ:

- Наличие медкнижки или готовность её оформить

8-926-979-47-98, 8-926-979-47-26





Пока шли съёмки, Евгений Воловенко успел стать своим среди местного населения в Африке

рожную шаурму и попробовал национальные блюда. Мне уютно было среди этих людей, ушли все страхи, я понял, как тут себя вести, ощутил себя местным жителем. Без них, конечно, я бы не смог всё это осуществить. А жизнь в бунгало на берегу океана в эти несколько дней превзошла все мои ожидания! Ну и потом я вернулся обратно на съёмки в Найроби. А после меня остальные члены съёмочной группы, когда я с ними поделился подробностями своей поездки, когда у них был выходной, отправились в такое же путешествие.

Воин и кочевник

— А что это за история с вашей фамилией и приставкой к ней? Вы теперь же Воловенко-Масаи.

— Когда я почувствовал, что я свой, что мне нечего бояться, что любая ситуа-

ция может быть выровнена, это позволило мне легче общаться с местным населением. Уже позже, когда мы снимали в масайской деревне (масаи — одно из самых известных племён Восточной Африки, полукочевой африканский коренной народ. — *Авт.*), я познакомился с местными

кочевник, путешественник. И да, я был согласен с тем, что мой стиль жизни, моё отношение к ней соответствует этому. А поскольку я ходил с этой палкой везде, это, естественно, вызвало дополнительный интерес ко мне, и я объяснял, что мне эту палку подарили масаи. И как-то так за-

Я нарушил почти все правила, о которых нам говорили, — например, ел придорожную шаурму

ребятами. Они тоже прониклись ко мне доверием, мы долго с ними общались, они мне подарили масайскую трость. С этой палкой я ходил везде и повсюду, и эти ребята, глядя на меня, на мою экипировку, зная моё отношение к жизни, сказали, что я тоже масаи. Масаи — это воин, ко-

крепилось, что везде, где я бывал, меня называли Масаи. Мне это льстило, мне понравилась эта история. В итоге это желание поблагодарить Африку и всех тех людей, с которыми я общался, за мои эмоции родило во мне идею именно для этого проекта добавить к своей фамилии вто-

рую часть — Масаи. Конечно, дальше это во мне будет оставаться просто как стиль жизни.

— Не хочется туда вернуться — может быть, просто как туристу?

— Даже не было желания оттуда уезжать! И если такая возможность представится, то с удовольствием бы отправился туда ещё раз...

— Так откройте тайну: а 2-й сезон сериала «Лихорадка» не планируется?

— Задел есть. Это вообще задача любых сериалов: когда повисает интрига в финале, чтобы обязательно было продолжение. Ну и, насколько я знаю, есть предположение, что будет 2-й сезон.

Ходим с семьёй в походы

— Как при большой занятости проводите свободное время? Хватает ли для того, чтобы уделить достаточное время своей семье?

— Семья для меня — это мой жизненный приоритет, это для меня первое и основное! Я стараюсь быть максимально близким к семье, к детям. Мы любим путешествовать, летом с семьёй удалось провести время на побережье. Мы любим походные варианты: палатка, костёр... Пока у меня получается разделить время таким образом, чтобы успевать и работать, и чтобы моего внимания хватало и семье...

Беседовала
Валерия Хвачевская
Фото телеканала «Россия»,
Рустама Вагапова, из личного
архива Евгения Воловенко
и пресс-службы Первого
канала (ИА «Столица»)

РАЗГОВОР БЕЗ СУЕТЫ

Рубрику ведёт
главный редактор
православной газеты
«Крестовский мост»
Михаил Устюгов



О чём святой Афанасий написал товарищу Маленкову

28 октября — день памяти святителя Афанасия (Сахарова). Почти 30 лет он провёл в лагерях, стал инвалидом, но не утратил веры и духовной бодрости. Свою краткую автобиографию он начал так: «Арестован 11 раз». И уже потом: «Родился 2 июля 1887 года».

Его путь в Церкви развивался успешно: в 33 года — архимандрит, в 34 — епископ. А потом — революция, большевики и Голгофа для тех, кто остался верным Христу. Афанасию выносили приговор за приговором: лесоповал, Беломорский, онежские, сибирские лагеря. Регулярно попадал в изолятор. И так до смерти Сталина.

Было в его жизни и особое испытание, психологическое. Известно, что заключённые считают дни до выхода, ждут, жи согревает надежда. Владыка знал, что 9 ноября 1951 года его, старорого, больного, должны наконец выпустить на свободу. Но миновала эта дата, и ничего не изменилось, его по-прежнему держали за решёткой. Так прошёл год. И ещё год. Всё это время он переписывался со своими духовными чадами. Его ждали на воле, спрашивали, а он ни-

чего не мог объяснить.

Казалось, терпение епископа не имеет пределов. И лишь в июне 1954-го он не выдержал: обратился к председателю Совета Министров СССР Георгию Маленкову. Редкий случай: будующий святой попросил помощи у главы безбожного правительства. «Моё заявление — это крик наболевшего сердца, — писал он. — Я обращаюсь к Вам прежде всего как к человеку и прошу Вас сердцем откликнуться на боль многих сердец, так как, кроме меня, в ещё большей степени страдают мои близкие. Я не был освобождён в положенный срок и уже 33-й месяц не имею свободы...» А далее — рассказ о наказаниях, издевательствах и в конце письма просьба: «Дайте мне возможность провести остаток жизни и умереть среди близких людей».

Маленков не ответил. Освободили владыку лишь в марте 1955-го. Последние годы он прожил во Владимирской области. К нему часто приезжали верующие. И как потом было сказано в некрологе «Журнала Московской Патриархии», «каждый уходил от него духовно обогащённым и умиротворённым».

реклама и частные объявления

АВТОМОБИЛИ

- Автовыкуп. Т.: 8 (495) 227-5655, 8-915-154-2230
- Автовыкуп. Т. 8-903-542-6962

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Антенна, настройка, ремонт ТВ. Т. 8-977-575-8564
- Ремонт стиральных машин, электроплит и холодильников. Диагностика бесплатно. Т. 8-980-900-7114
- Ремонт стиральных машин. Т. 8-929-954-1402
- Ремонт телевизоров. Антенны. Т. 8 (495) 614-3098
- Ремонт швейных машин. Т.: 8 (495) 142-2058, 8-925-642-5807
- Ремонт: стиралки, холодильники и пр. Т. 8-995-222-1517

МЕБЕЛЬ

- Ремонт, перетяжка мягкой мебели на дому. Т. 8 (495) 532-3312

ПСИХОЛОГИЯ

- Психолог-онлайн по тревожным и депрессивным состояниям. Т. 8-925-463-0061, Косова Марина

ФИНАНСЫ

- Займы под залог золота, меха, техники, авто. ООО «Ломбард Платинум», ОГРН1087746946847. Т. 8 (499) 112-0533

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- Автогрузоперевозки. Недорого. Т. 8 (495) 728-6981
- «Газель» на дачу. Т. 8 (499) 394-3060

- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-7852
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 778-7366
- Грузоперевозки. Профгрузчики. Упаковка. Т.: 8 (495) 220-2235, 8-903-000-7592

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-2563
- Освобождение от долгов. Т. 8 (495) 960-1160
- Юристы. Т. 8 (495) 363-5717
- Юристы и адвокаты. Пенсионерам скидки до 50%! Консультация бесплатная! Т. 8 (495) 201-2512

РАЗНОЕ

- Гадаю. Т. 8-925-871-6390

ОБУСТРОЙСТВО И РЕМОНТ

- Бюджетный ремонт комнаты, квартиры поэтапно. Обои. Покраска. Плитка. Сантехника. Электрика. Натяжной потолок. Окна. Циклёвка и ремонт паркета. Ламинат. Т. 8 (495) 978-0344
- Замена замков. Т. 8-915-064-5208, Владимир

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

0897

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

0936

- Замена замков. Т. 8-926-341-2727
- Мастер на час. Т. 8 (495) 686-9364
- Ремонт квартир. Т. 8-965-208-2054, Сергей
- Ремонт квартир. Т. 8-963-344-7000, Егор
- Циклёвка паркета. Т. 8 (495) 761-2388

ОКНА
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
РЕМОНТ КВАРТИР
ОТДЕЛКА, КРЕШКИ, ВЕНОС, ШКАФЫ
МОСКОВИЙСКИЕ СЕТКИ, СТЕКЛОПАКЕТЫ
РЕМОНТ ОКОН, ЖАЛЮЗИ
(495) 150-04-01
www.int-okna.ru

0951

ПРОПАЖИ

- Утеряна сумка с документами АНО ДПО «СТАВРОПОЛЬ-ПРОФИ». Нашедшего прошу вернуть за вознаграждение. Т. 8-910-340-4753

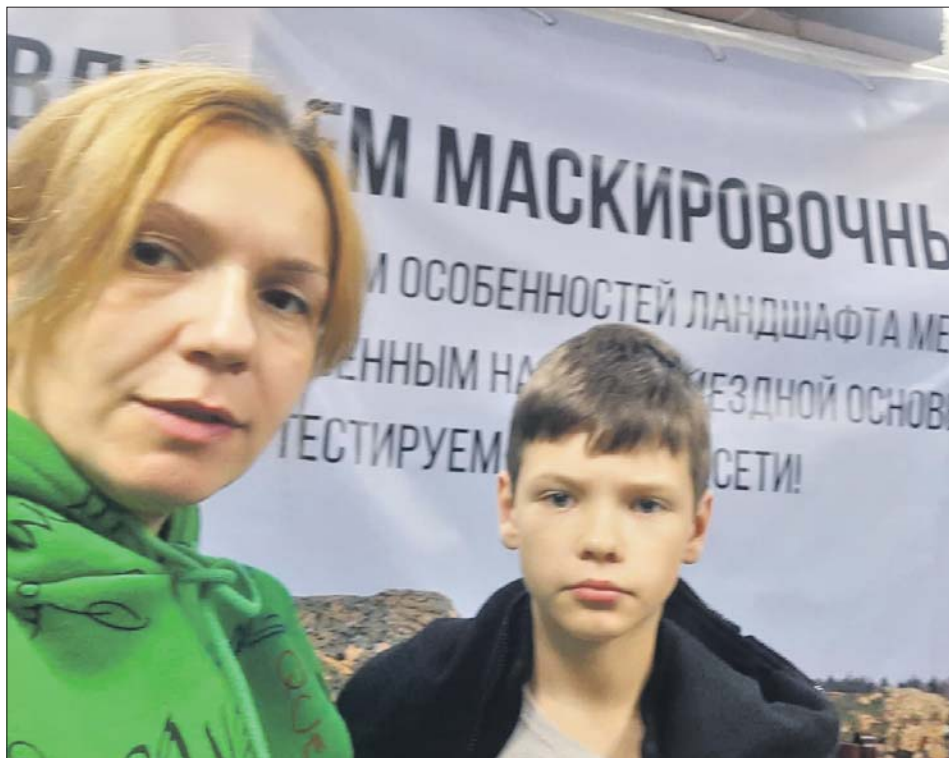
РАБОТА

- Гардеробщицы требуются в медучреждения. Т.: 8-903-762-6210, 8-925-936-2117
- Консьерж в жилой дом. Сутки/трое, м. «Водный стадион». Т. 8 (499) 940-5050
- Курьеры на доставку документов. З/п до 35 000р., выплаты ежедневно. С 9 до 18 ч. Т. 8 (499) 686-0373
- Требуется консьержка. Т. 8-985-306-9800

ФОТОКОНКУРС «МОЁ ХОББИ»



Дима с мамой помогают плести сети



Из личного архива

Девятилетний Дима и его мама Ольга в свободное время помогают в плетении маскировочных сетей для фронта. Сети сыну пока плести сложно, а вот подготавливать материал: резать и наматывать стропы для дальнейшего плетения лент — его любимая работа, — рассказала Ольга.

И ждём снимки, на которых вы и то, что вы создаёте в свободное время и не на продажу. Обязательно напишите несколько слов о себе и своём увлечении! Самые лучшие снимки опубликуем в газете, по итогам года будут выбраны победители. Присылайте фото по адресу: info@saonews.ru. Формат: jpeg

СКАНВОРД

								Желудевое дерево					
Гостиница с кормежкой	Лариска. Увал. Дартс. Вика. Абакан. Бланк. «Ада». Портсигар. Товар. Нок.				Дом богатея	Показывают лицом		Метание дротиков в мишень	Заготовка для документа				
Дворянин с родословной	По вертикали: Аристократ. Отхаки. Сани. Брат. «Аида». Тракт. Арвал. Тесто. Тоника. Блеск. Кар. Караторка. Прусок. Ирюк. Карнавал. Горизонтально: Пасионат. Дуб.				Ошибка в прямом эфире	Футляр для папирос	Продолговатый холм	Столица Хакасии					
					Рыжий таракан								
					Уличный маскарад		Оконечность реи судна	Кормовая трава	Крыса старухи Шапокляк				
Тонкая насмешка	Финал карьеры офицера	Толщина ствола дерева			Грузинская валюта	Малая часть							
Содержимое квашни	Сверкание							Перронная тележка					
							Роман В. Набокова	Готовь летом					
Большой ломоть хлеба	Противник							Не принесли очередной номер газеты? Звоните! Телефон единого контакт-центра редакции (499) 647-6828 пн.-пт. с 10.00 до 17.30					
Большак для ямщика	Опера Д. Верди												
					Глубокая старина								

«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.

Смотреть здесь

БИОИМПЛАНТАТЫ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ СТОМАТОЛОГИЯ БУДУЩЕГО НА АЛТУФЬЕВСКОМ ШОССЕ

Установка имплантатов взамен утраченного зуба — широко распространённая сегодня в стоматологии практика. О том, что сегодня предлагают медики клиники «Скайс», рассказала заведующая клиникой, стоматолог высшей категории Марина Гудиева.

ПРАКТИЧЕСКИ ВЕЧНЫЙ — Сегодня в стоматологии применяют три типа имплантатов, — рассказывает Марина Гудиева. — Первый — титановый. Второй — роксолитовый. Это 70% титана и 30% циркония. Но мы ориентированы в нашей клинике на 3-й тип дентальных имплантатов — биогенный, целиком из циркония. Между прочим, «Скайс» — одна из первых клиник в Москве, где стали более 10 лет назад применять для протезирования этот материал.

Пациенты нередко спрашивают: чем этот материал так хорош и почему стоит выбрать именно его? Специалист Гудиева всегда объясняет, что именно этот материал практически идеально совместим с человеческим организмом. Он гипоаллергенный, и организм не несёт никакой лишней нагрузки, пытается его отвергнуть, как иногда бывает, например, с титановыми имплантатами. К тому же у циркония очень низкая теплопроводность, и человек с такими

имплантатами не испытывает дискомфорта от слишком горячей или слишком холодной пищи. Если соблюдать все рекомендации врача, имплантат из циркония получается практически вечным. **ЗА ОДИН ДЕНЬ** Мало установить имплантат, надо сделать и сам зуб. И не просто сделать, а идеально вписать его в зубную дугу, чтобы человек, во-первых, не испытывал дискомфорта, а во-вторых, чтобы сохранить эстетичный вид и красивую

улыбку. Тут на помощь приходят 3D-технологии — настоящая стоматология будущего. — Стоматолог с помощью специального прибора — интраорального сканера — осматривает полость рта пациента, и изображение тут же переносится в компьютер, — рассказывает Марина Гудиева. — По созданной компьютерной трёхмерной модели и изготавливается зуб, который идеально встанет на своё место. Важное преимущество этой технологии — быстрота. Пациенту не надо приходить в клинику на слепок, на примерку, на установку, на подгонку. Всё делается за одно посещение. Алексей МЕЛЛЕР

м. «Алтуфьево», Алтуфьевское ш., д. 78
8 (499) 908-66-33, 8 (985) 777-80-01
www.skyce-clinique.ru ООО «Скайс». Лиц. АО-77-01-003226

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

АНЕКДОТЫ

Хочешь изменить жизнь, сесть на диету, бросить курить или найти новую работу? Специально для тебя каждую неделю — понедельник!

- Добрый день! Я вам звоню по поводу работы... — 90х60х90? — 486 тысяч! — Вообще-то имелось в

виду не это, но хороший бухгалтер нам в модельном агентстве тоже нужен...

— Что может быть прекрасного в похоронном марше?!

— Как что? Пока я могу его слышать — абсолютно всё!

Студент студенту: — Чего ты плачешь? — Да книжка грустная.

— А что за книжка? — Зачётная.

Воздушный шарик думал, что в него вдохнули жизнь. А на самом деле его просто надули...

Надо уметь говорить «нет». Вот вам говорят: «Хотите кусочек торта?» А вы отвечаете: «Нет, давайте два!»

Все новости округа ежедневно на сайте severstolici.ru

№38 (652) октябрь 2023 год **Север Столицы**

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

Главный редактор газеты «Север Столицы»: А.М.Манукина. Учредитель: Префектура Северного административного округа. Адрес издателя: 117246, г. Москва, Научный пр., 19, 2-й этаж, комн. 6д, оф. 76. Адрес редакции: 127560, г. Москва, ул. Конёкова, д. 15, корп. 1. Свидетельство о регистрации ПИ №ФС1-02014 от 06.12.2005 г., выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по ЦФО. Отпечатано в АО «ПраймПринт Москва», 141701, Московская область, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5Б. Заказ №3188. Тираж 352 800 экз. Подписано в печать 20.10.2023 г. Выход в свет 23.10.2023 г. Отдел по работе с читателями: тел. (499) 647-6831. Вопросы по доставке принимает единый контакт-центр редакции: тел. (499) 647-6828. Размещение рекламы: тел. (495) 782-8212. Газета распространяется на территории Северного административного округа г. Москвы. Бесплатно. Может содержать материалы 12+.