

ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА,
НАСМОРК, БОЛИТ ГОРЛО?
БЕЗ ПАНИКИ!



Куда обращаться при
простуде или «омикроне» –
читайте на с. 4–5

ЗАКАЛУЖСКОЙ СТАВОЙ

Газета
Юго-Западного
административно-
округа Москвы

12+ № 1 (429) 7 – 13 февраля 2022

vk gazetauzao f gazetauzao gazetauzao uzaomedia

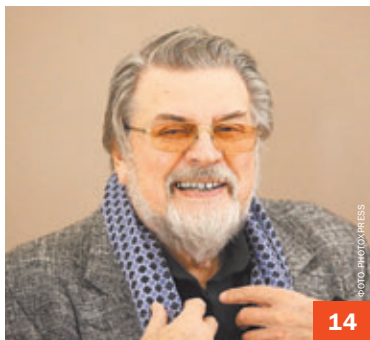


Сергей Собянин:

«Москва заняла 1-е место в мире по качеству жизни»



ФОТО АГН МОСКВА



14

«Это огромная
инновация»

► Александр Ширвиндт
рассказал о слиянии
Театров сатиры и Армена
Джигарханяна.

► Как новый скоростной
диаметр изменит
транспортную ситуацию
в ЮЗАО?

► Где в округе лучше всего
покататься на лыжах?

► Из чего в Битцевском
лесу ребята «нарисовали»
картины-кормушки?

► Куда можно
пожаловаться
на неубранный
во дворах снег?



Дружно
к победе!

Самая спортивная
семья округа живёт
в Черёмушках

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

Максим, Мария (родители),
Платон и Полина Жуковы
быстрее всех прошли эста-
фету на катке в Ясенево.

34
СЕМЬИ ПРИНЯЛИ
УЧАСТИЕ В ОКРУЖНОЙ
СПАРТАКИАДЕ
«ВСЕЙ СЕМЬЁЙ
ЗА ЗДОРОВЬЕМ!»

Собачьи радости

► Как преобразятся
площадки для выгула
и дрессировки домашних
питомцев, решат сами
жители города.



9

В угол? Нет,
в «гнездо»!

► По какой уникальной
системе обучают детей
в «ямбургской» школе
в Тёплом Стане.



11

Секреты
мыловарения

► Мастерица из Южного
Бутова поделилась
советами по созданию
мыльных сувениров.



13

Новая транспортная артерия

По масштабам и значению диаметр сопоставим с МКАД



Сергей Собянин осмотрел ход строительства участка Юго-Восточной хорды от шоссе Энтузиастов до Рязанского проспекта.

► Две крупнейшие магистрали Москвы – Северо-Восточная и Юго-Восточная хорды – находятся в завершающей стадии строительства. При соединении они создадут скоростную трассу с юга до севера. Поездки по городу станут удобнее и для жителей Юго-Западного округа.

Новая дорога получила условное название «Московский скоростной диаметр» (МСД). Её окончательное наименование выберут москвичи в ходе голосования в проекте «Активный гражданин». «Для миллионов автолюбителей создание Московского скоростного диаметра будет означать новую транспортную реальность – более быстрые и комфортные поездки из одной части города в другую. Через весь город, минуя центр, можно будет проехать без единого светофора за 40 минут, – написал в своём блоге мэр Москвы Сергей Собянин. – При этом транзита грузового транспорта на диаметре не будет. Реализация проекта идёт полным ходом, и я уверен, что мы сможем завершить его уже в 2023 году». МСД призван снизить нагрузку на центральные улицы города, ТТК, МКАД и вылетные магистрали. Изменения в дорожно-транспортной инфраструктуре коснутся и жителей ЮЗАО. Диаметр свяжет строящуюся Южную рокаду, которая проходит по территории нашего округа, с крупнейшими дорогами Москвы. По словам жителя Южного Бутова Виталия Егорова, новые магистрали экономят время в пути. «Я с нетерпением жду окончательного завершения строительства московских хорд и, конечно, Южной рокады», – отметил мужчина.

Елена Баранова из Тёплого Стана считает, что большие пробки – это проблема всех мегаполисов мира: «Я рада, что в Москве дорожному трафику уделяется пристальное внимание. Открытие новых магистралей снижает загруженность на дорогах и облегчает будни автомобилистов».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Московский скоростной диаметр

Строящаяся дорожная магистраль **улучшит транспортную ситуацию, в том числе и на юго-западе столицы**

68 км
протяжённость

136
мостов, тоннелей и эстакад

33
пешеходных перехода



- построенные участки
- открытие 2022 г.
- открытие 2023 г.

После соединения в 2023 г. СВХ и ЮВХ: ● путь с севера на юг, минуя центр, без единого светофора займёт 40 минут; ● в зависимости от расстояния и времени суток время в пути сократится от 10 до 50 минут; ● в аэропорты «Шереметьево» и «Домодедово» можно будет доехать на 20–25 минут быстрее.



ФАКТЫ

► В Ломоносовском районе завершилось благоустройство улицы Академика Пилюгина. Там привели в порядок тротуары, обустроили систему водостока, заменили асфальт, сделали лестницы с пандусами, установили фонари. Для пассажиров оборудовали 8 остановочных павильонов с беспроводной связью.

► В Обручевском районе специалисты обследовали 250-летние дубы парка «Усадьба Воронцово». Дендрологи использовали для фиксации старейших деревьев динамические системы поддержки. Это стяжки, которые закрепляются в верхних частях стволов деревьев без натяжения. Такая система сглаживает колебания стволов под действием ветра и помогает сохранять аварийные деревья.

► В Академическом районе в 2024 году начнётся переселение по программе реновации в новый жилой дом. Здание с подземным паркингом на ул. Кедрова, вл. 16, будет рассчитано на 581 квартиру. Прилегающую территорию благоустроят и озеленят.

► В Черёмушках в д. 50 на Новочерёмушкинской улице специалисты заменили 30 лифтов. Здание типовой серии П44 построили в 1996 году. В каждом из 15 подъездов по два подъёмника – пассажирский и грузовой. Всего в прошлом году в жилых домах на юго-западе столицы заменили 499 лифтов.

► В Зюзино снесли незаконно возведённые склады площадью 160 кв. м. Одноэтажные объекты самостроя рядом с вл. 13/2 на ул. Керченской обнаружила Госинспекция по недвижимости в ходе мониторинга территории ЮЗАО.

ЦИФРА

71

проект капитального ремонта жилых домов согласовала Мосгосэкспертиза в 2021 году в ЮЗАО. Всего с 1 января по 31 декабря прошлого года экспертами ведомства одобрено 1128 проектных решений на ремонт в жилых домах столицы.

От чистого сердца

В акции взаимопомощи #МыВместе приняли участие более 28 тыс. добровольцев

► Во время пандемии, когда многие москвичи вынуждены оставаться дома, помощь волонтеров стала особенно важна. Сейчас добровольцы продолжают доставлять продукты и лекарства жителям, которые в этом нуждаются. О причинах, побудивших их стать добровольными помощниками, рассказали волонтеры из ЮЗАО.

«В Москве продолжается акция взаимопомощи #МыВместе, — написал на своей странице в социальной сети ВКонтакте мэр Москвы Сергей Собянин. — Пять тысяч волонтеров готовы помогать тем, кто вынужден оставаться дома. Всего же с марта 2020 года акцию поддержали 28 тысяч добровольцев, они выполнили больше 150 тысяч заявок от москвичей». По словам мэра, волонтеры ежедневно, даже в сильные морозы, развозят лекарства и продукты людям

на самоизоляции. «Сейчас, с новой волной ковида, такая поддержка очень нужна городу», — подчеркнул Собянин.

Жительница Ясенева 48-летняя **Оксана Мачкова** уже два года занимается волонтерской деятельностью. «Мы помогаем не только пожилым людям, которые находятся на самоизоляции, — говорит женщина. — Среди наших подопечных есть москвичи молодого и среднего возраста, которые заболели ковидом и поэтому остаются дома». Обычно волонтеры привозят продукты питания, лекарства, товары первой необходимости и средства личной гигиены.

«Волонтеры — это сообщество неравнодушных людей. Нас всех объединяет общее дело, которое строится на человеческой доброте», — считает доброволец Мария Привезенцева.

История Оксаны по-своему удивительна. Женщина с мужем воспитывают троих детей. Оба супруга имеют инвалидность, но при этом Оксана успевает помогать окружающим. «У мужа был обширный инфаркт, после чего его уволили с работы, — рассказывает она. — Страховая компания, где я работала, закрылась, и мы оказались практически без средств к существованию.

В тот момент нас подержали волонтеры. Когда всё наладилось, я решила, что сама должна приносить пользу, и занялась добровольческой деятельностью. Школьный учитель 23-летняя **Мария Привезенцева** состоит в рядах волонтеров с 2016 года. «Я развожу



Мэр Москвы с волонтерами в штабе общероссийской акции #МыВместе.

ФОТО АГН МОСКВА



продукты в ЮЗАО и ТиНАО, — рассказала она. — Порой бывает, что заявки поступают с окраин, куда довольно сложно добраться, но меня это не пугает, ведь самое ценное в нашей деятельности — это видеть счастливые улыбки людей. По правилам добровольцы не могут принимать деньги или подарки за помощь. «Пенсионеры часто пытаются нас отблагодарить, — говорит Мария. — Одна пожилая женщина настаивала, чтобы

я взяла у неё вязанные носки. Пришлось отказаться. Возникает двоякое чувство: с одной стороны, ты помог человеку, а с другой — он расстраивается, что не взял подарок. Конечно, мы стараемся всё объяснить, чтобы у жителей оставались только положительные эмоции». Чтобы стать участником акции #МыВместе, нужно зарегистрироваться на сайте mosvolonter.ru. Если же вам требуется помощь, звоните на «горячую линию»: +7 (800) 200-34-11.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Лучший мегаполис мира

► «Москва заняла 1-е место в мире по уровню развития городской инфраструктуры и качеству жизни в Индексе (рейтинге) городского процветания», — сообщил Сергей Собянин в своём блоге. Он опубликован Программой ООН по населённым пунктам (ООН-Хабитат).

нотый ООН-Хабитат подход к измерению качества городской жизни нам очень близок и понятен. Потому что в центре программы развития Москвы лежат интересы и потребности всех жителей города, — сказал он. — Когда мы развиваем городской транспорт, то ставим целью обеспечить комфорт, скорость и безопасность поездок для всех москвичей. Когда реализуем программу создания качественной городской среды, она охватывает не только центр, но и все жилые районы. Когда улучшаем образование и здравоохранение,

то стремимся сделать это в каждой школе и поликлинике. И так во всех сферах жизни нашего города». В течение нескольких лет эксперты ООН-Хабитат и исследовательского центра Eurge анализировали показатели 54 городов мира. Из них

в итоговый индекс вошли 29 мегаполисов. Эксперты сравнили их по продуктивности экономики, развитию инфраструктуры, качеству жизни, равенству и социальной инклюзии, экологической устойчивости, администрации и законодательству. Учитывалась и степень сбалансированности между этими показателями. В категории «Развитие инфраструктуры» в топ-3 помимо Москвы включили Гонконг и Париж, а в «Качество жизни» — Сингапур и Гонконг. По комплексной оценке городского процветания наша столица вошла в топ-3 мировых городов, разделив пьедестал с Сингапуром и Торонто. «Наш город стал абсолютным лидером в таких составляющих качества городской среды, как доступ к электричеству и чистой воде, санитария, доступность врачей, возможности



ФОТО МАХИМ МАРИУР/АР/ТАСС

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

использования интернета и протяжённость транспортной сети, — считает мэр. — Лидерство нашего города обеспечили сильные позиции в высшем и среднем образовании, науке, музейном деле. Эксперты высоко оценили низкий уровень преступности и высокое качество общественного пространства Москвы».

Столицу украшают сотни уникальных монументов, посвящённых героям. Один из них — памятник Юрию Гагарину на Ленинском проспекте.

По его словам, признание нашего города мировым лидером в качестве жизни и развитии инфраструктуры — это справедливая оценка огромных перемен в столице. «Индекс ООН-Хабитат не даёт

Москве никаких формальных преимуществ, но помогает разрушать сложившиеся стереотипы и доказывает, что мы находимся на правильном пути. И ещё он станет хорошим аргументом в конкурентной борьбе, которую ведут между собой крупнейшие мегаполисы мира. Например, в ближайшее время должен определиться город, который примет Всемирную выставку «Экспо-2030». Москва — один из кандидатов. И признание наших достижений со стороны ООН, несомненно, поможет выиграть борьбу за право принять крупнейший форум достижений науки, техники и культуры нашей планеты», — отметил Собянин.

НАТАЛЬЯ ГЕРАСИМОВА



Станция «Новаторская» вошла в состав крупнейшего в мире метрокольца. Теперь Лера (слева) и Аня быстрее добираться до дома и места учёбы.

«Эксперты ООН-Хабитат поставили своей целью создать универсальный индекс достижений мировых городов, в основе которого лежит идея процветания — высокого качества жизни и равных возможностей для всех горожан в гармонии с окружающей природой. При-

► Город оказался готов к новой волне ковида и справляется со всплеском заболевания в штатном режиме. Динамика роста заболеваемости COVID-19 в столице снижается. «Надеюсь, что мы выходим на плато. Посмотрим, конечно, как будут развиваться события. Есть надежда, что ситуация будет стабилизироваться. Будем мониторить, как будет развиваться заболеваемость, и соответственно принимать все необходимые меры», – сообщил Сергей Собянин.

По его словам, прошедшая неделя стала сложной для столичной системы здравоохранения. Количество заболеваний увеличилось почти на 70%, а число госпитализаций выросло на 40%. «По госпитализациям мы вышли на цифру где-то 1,6 тыс. человек в сутки, и сегодня занято около 10 тыс. стационарных коек. Мы увеличили объём резервов ещё на 5 тыс., так что у нас 5 тыс. коек дополнительно находятся в резерве на случай дальнейшего роста заболеваемости», – добавил



Для пациентов с подозрением на COVID-19 в поликлиниках выделили отдельные зоны.

Собянин. Все столичные поликлиники работают в усиленном режиме. «Мы дополнительно

сти», – добавил Сергей Собянин. Все столичные поликлиники работают в усиленном режиме. «Мы дополнительно

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

«Омикрон»

Как город справляется с новым штаммом COVID-19

серьёзно усилили работу наших поликлиник – в первую очередь значительно расширили штат дежурных врачей для приёма в поликлиниках пациентов с симптомами ОРВИ. Мы также расширяем спектр доступных диагностических возможностей в поликлиниках. Помимо осмотра и консультации врача, а также проведения экспресс- и ПЦР-тестирования при наличии показаний пациентам на месте будут проводить дополнительные обследования – например, взятие анализа крови, проведение ЭКГ и другие», – рассказала заммэра по вопросам социального

развития, руководитель Оперативного штаба по контролю и мониторингу ситуации с коронавирусом в Москве Анастасия Ракова. Плановая помощь в медучреждениях сохранилась, а узкопрофильные специалисты продолжают принимать пациентов. «То есть вся система здравоохранения перестроилась, но в то же время работает на обеспечение медицинской помощью не только ковидных больных, пациентов с ОРВИ, но и с другими заболеваниями», – заявил мэр столицы.



МНЕНИЯ Действующих мер достаточно

Введённые ограничительные меры позволяют поддерживать оптимальный баланс между противостоянием пандемии, экономической активностью города и максимальной заботой о здоровье жителей.

«Ограничительные меры в Москве предельно аккуратные по отношению к экономике города. Одно из достижений в борьбе с пандемией – перевели часть офисных сотрудников



на удалённый режим работы. Закрывать музеи и другие культурные учреждения не нужно, QR-кодов достаточно. Ведь обладающие ими люди привились от ковида, а значит, могут чувствовать себя в безопасности», – считает экономист, руководитель Центра политэкономических исследований Института нового общества Василий Колташов. Как сообщил главный врач больницы № 40 в Коммунарке Денис Проценко, омикрон-штамм легче «дельты» и похож на ОРВИ. «В большин-



стве случаев, и это подтверждается статистикой, лечение возможно в домашних условиях. Система медпомощи таким пациентам отлажена, и, я думаю, вводить какие-то дополнительные ограничения нецелесообразно. Сейчас всё, что мы имеем, я бы назвал ограничениями здравого смысла. Все, что нам нужно, – это всего лишь немного самодисциплины, вакцинация и внимательное отношение к здоровью», – утверждает он.



ФОТО SVEN SIMON/GLOBALLOOKPRESS.COM

Лучшая защита от тяжёлого течения болезни – это прививка.

Как получить медицинскую помощь

ВАРИАНТ № 1 - посетить поликлинику

Обратиться к дежурному врачу без записи в любую удобную поликлинику.

или

Записаться онлайн на приём на конкретное время к дежурному врачу поликлиники, к которой вы прикреплены.

Запись доступна: – на портале mos.ru; – на сайте emias.info в разделе «Запись к врачу»; – в мобильном приложении «ЕМИАС.ИНФО».



ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ

Посетители с ОРВИ теперь не пересекаются в зданиях поликлиник с другими.

Для них:

- отдельный вход и свои маршруты;
- на входе выдают респираторы для защиты от вируса;
- просторные изолированные помещения для передвижения;
- на входе и на этажах – дежурные администраторы. Они консультируют пациентов и помогают разводить потоки посетителей.



КАК ПРОХОДИТ ОБСЛЕДОВАНИЕ

- Сначала проводится экспресс-тест – он показывает результат за 3–5 минут.
- В зависимости от результата теста пациенты направляются на разные этажи или в разные блоки здания.
- Всем пациентам независимо от результата экспресс-теста проводится бесплатная ПЦР-диагностика.
- Давление, сатурация, температура измеряются не в кабинете врача, а во время ожидания приёма.
- В процедурном кабинете при необходимости дополнительно сдаются анализ крови и тесты на грипп.
- Пациенту в зависимости от состояния могут быть сделаны дополнительные обследования, например ЭКГ.



КАК НАЗНАЧАЕТСЯ ЛЕЧЕНИЕ

Всем в зависимости от состояния назначается специфическое лечение – против ковида или ОРВИ.



Бесплатно выдаются препараты:

- противовирусные;
- антибактериальные;
- жаропонижающие;
- а также антикоагулянты.

Кстати

Для помощи на дежурный приём в поликлиниках мобилизованы врачи из других отделений, приглашены врачи стационаров, ординаторы и студенты-медики.

Приём пациентов дежурные врачи ведут 7 дней в неделю с 8.00 до 20.00, но фактически «до последнего пациента».



ПОД КОНТРОЛЕМ



городская диспетчерская, координирующая оказание консультативной помощи специалистам отделений реанимации и интенсивной терапии стационаров и бригадам скорой помощи. «С января этого года врачи отделений реанимации могут максимально оперативно получать консультации своих наиболее опытных коллег по ведению пациентов, находящихся в критическом состоянии. Каждый сложный случай будет взят на особый контроль», — отметил мэр.

Число операторов на «горячей линии» 122 увеличили до 7 тыс. Это в три раза больше, чем две недели назад. «Это позволяет выдерживать большой поток одновременных звонков, благодаря чему горожане быстрее могут дозвониться до службы 122 и получить медицинскую помощь», — говорится на официальном сайте мэра Москвы.

Даже если кто-то не дозвонился на «горячую линию» из-за нагрузки, человека не оставляют без внимания. Операторы всегда перезванивают, как только спадает пик звонков.

НАТАЛЬЯ ГЕРАСИМОВА

Цифровая медицина

За тем, чтобы в поликлиниках не возникало очередей, а потоки пациентов распределялись как положено, пристально следят. С 24 января по камерам проводят ежедневный мониторинг более 160 медучреждений. Также в городских поликлиниках организовали работу телемедицинских подразделений. Для этого выделили отдельные кабинеты. В них установили специальное оборудование для видеосвязи и проведения консультаций. Пациентам с COVID-19 и ОРВИ, проходящим лечение на дому, теперь доступен полноценный приём у врача, но только в онлайн-формате. Врачи могут оценить состояние

больного и ответить на вопросы. Используя видеосвязь, медики анализируют состояние пациента, выявляют симптомы улучшения или ухудшения самочувствия, дают рекомендации и корректируют лечение. При необходимости оформляют вызов скорой медицинской помощи. «Каждые сутки телемедицинскую консультацию получают от 3 до 5 тыс. пациентов, и этот объём растёт», — сказал Собянин.

Ответят всем

В помощь врачам открыли Центр критических состояний — это единая

Инновационные решения в борьбе с пандемией оценили международные эксперты. В Рейтинге инноваций для устойчивости к COVID-19 Москва заняла 1-е место в Европе и 3-е место среди мировых мегаполисов.

КСТАТИ

Как защититься?

Лучшую защиту от COVID-19 даёт прививка. Даже если она не предотвратит заражение, то избавит от потенциальных осложнений, вызванных инфекцией. Производители вакцин пристально следят за мутациями вируса и проверяют эффективность своих препаратов против основных штаммов.



Как считает врач-инфекционист, сотрудница Межведственного центра вирусологии РУДН Елена Белова, существующие вакцины по-прежнему защищают от тяжёлого течения инфекции и летального исхода. Если вторую дозу вакцины вы получили больше полугода назад, имеет смысл пройти ревакцинацию. Исследования из разных стран убедительно демонстрируют, что укол бустера существенно повышает иммунную защиту. Известно, что «омикрон» распространяется ровно теми же способами, что и предыдущие варианты коронавируса. А значит, и меры предосторожности необходимо соблюдать такие же. Особой опасности подвергаются те, кто много времени проводит в закрытых помещениях с большим количеством людей. В таких условиях немаловажное значение приобретает проветривание помещений.

На сколько дают больничный?

Если вы заболели

Если у вас ОРВИ — на **7 дней**

Если ПЦР на ковид положительный — на **14 дней**

Что потом?

В конце срока больному позвонит врач и закроет или продлит больничный. Для завершения карантина сдавать ПЦР не нужно.

Если вы контактировали с больным ковидом *

и не привиты или с момента прививки от ковида или болезни прошло более 6 месяцев —

7 дней

если вы привиты или переболели менее 6 месяцев назад, **больничный не положен**, карантин соблюдать не нужно.

Что потом?

Такой больничный продлить нельзя, он закроется автоматически без звонка врача.

Всё это время вы должны соблюдать режим изоляции

Важно!

Все больничные закрываются дистанционно и в электронном виде отправляются на работу, а также доступны в электронной карте. Идти для этого никуда не нужно!

* Факт контакта подтверждён самим больным (он указал вас) или работодателем (он сообщил в Оперштаб о контакте)

ВАРИАНТ № 2 - получить консультацию по телефону

С 28 января можно получить дистанционную первичную аудиоконсультацию врача с выпиской лекарств и дистанционным оформлением больничного. Для этого нужно оставить заявку на mos.ru. Пройти для этого по ссылке можно с помощью нашего QR-кода:



КАК ИЗ ДОМА ОТКРЫТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ

В электронной анкете укажите:

- фамилию, имя, отчество;
- дату рождения;

- номер полиса ОМС;
- номер СНИЛС;
- домашний адрес и контактные данные.



При необходимости оформления больничного листа поставьте соответствующую галочку.

ВАРИАНТ № 3 - вызвать врача на дом

Если у вас есть симптомы ОРВИ и вам требуется очная консультация и осмотр врача, но вы не можете посетить поликлинику в силу маломобильности или тяжёлого течения заболевания, можете вызвать врача на дом, позвонив на линию 122.

122



Важно!

Если вы не дозвонитесь, операторы перезвонят вам сами! Система сама находит звонки, оставшиеся без ответа. За последнюю неделю операторы 122 перезвонили 20 тысячам москвичей.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

Какие ограничительные меры действуют

ДО 1 АПРЕЛЯ 2022 ГОДА:

самоизоляция

для тех, кто старше 60 лет, и имеющих хронические заболевания — с блокировкой транспортных карт;



дистанционный режим

работы — не менее 30% работников предприятий;



маски обязательны

в общественном транспорте, в торговых центрах и магазинах.

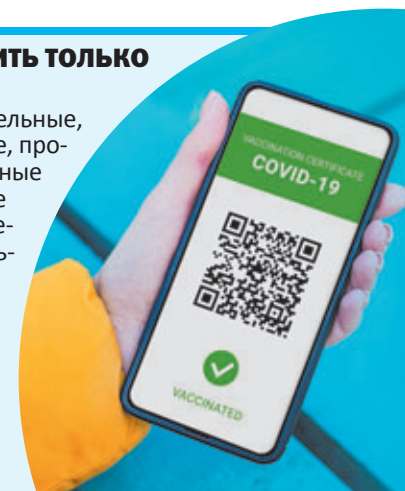


ОСТАЁТСЯ В СИЛЕ ЗАПРЕТ НА:

- проведение публичных мероприятий;
- работу кружков и секций программы «Московское долголетие» в помещениях;
- курение сигарет в ресторанах, барах, кафе.

ЧТО МОЖНО ПОСЕТИТЬ ТОЛЬКО С QR-КОДОМ

- концерты, развлекательные, культурные, зрелищные, просветительские, спортивные мероприятия, где более 500 человек (если зрителей меньше, без использования QR-кода допускается заполнение не более 50% мест);
- фан-зоны, танцполы, мероприятия без посадочных мест;
- театры и музеи.



Быстро и без очередей

Как в поликлиниках округа принимают пациентов с симптомами ОРВИ

► Наш корреспондент заболел – и был вынужден проверить на себе, как на практике применяются новые стандарты амбулаторного приёма жителей с признаками вирусных заболеваний. За помощью обратился в филиал № 4 поликлиники № 22 в Котловке.

РАЗУМНОЕ ЗОНИРОВАНИЕ

У центрального входа в медучреждение висит объявление о том, что для пациентов с симптомами ОРВИ предусмотрен отдельный вход. Всем входящим выдают маски. Следуем за синими стрелками и подходим к двери в торце здания. Отделение для вирусных больных занимает половину второго этажа. «Здесь с 8.00 до 20.00 ежедневно, включая выходные и праздники, работают специальные бригады меди-



Благодаря введению новых стандартов удалось добиться отсутствия очередей в поликлиниках.

ков», – объясняет завполикликой Святослав Дмитриев. На втором этаже встречаются два администратора. Они задают вопросы о цели визита и измеряют температуру. К сожалению, при себе нет полиса ОМС, однако его наличие необязательно. По имени и году рождения медработники нашли данные в электронной базе. «Сейчас в отделениях для пациентов с симптомами ОРВИ существует определённое зонирование, – говорит Дмитриев. – Есть зона фильтрации, куда вначале попадает пациент. Здесь у него узнают цель обращения и помогают

БЫСТРЫЙ ДИАГНОЗ

На момент посещения поликлиники в отделении ОРВИ находилось три пациента, поэтому быстро попадаю в процедурный кабинет. Для экспресс-теста на COVID-19 берут мазок из носовой полости, а для ПЦР – из носа и глотки. «Не морщиться, от меня

не отодвигаться», – командует медсестра. Пара лёгких движений – и анализы сданы. С волнением ожидаем результатов. Но ура! Экспресс-тест оказался отрицательным. «Данные



Для пациентов с симптомами ОРВИ организован отдельный вход.

ПЦР-анализа более точные, они придут вам по СМС через 1–2 дня», – объясняет Святослав Дмитриев. В случае первичного подтверждения COVID-19 при тестировании пациента сопровождают на 4-й этаж в кабинет врача. «Это разумные меры, – считает Дмитриев. – Мы должны разделять потоки пациентов, чтобы предотвратить распространение коронавирусной инфекции». Главная цель доктора во время приёма пациентов с положительным экспресс-тестом – определить их состояние и назначить лечение. «Пациентов спрашивают о самочувствии, осматривают горло, слушают лёгкие, измеряют уровень кислорода в крови

МНЕНИЯ



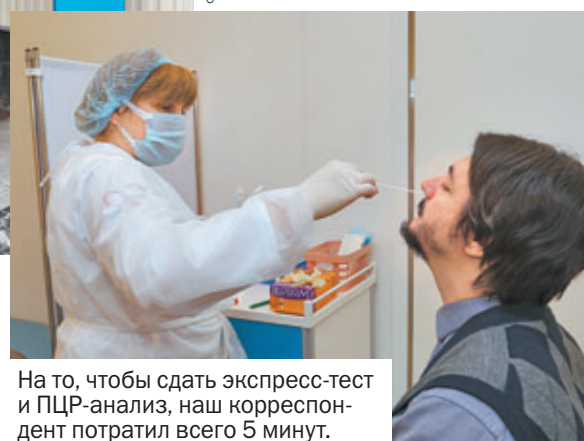
Житель Котловки Андрей Янович:

– Разделение больных в поликлиниках необходимо. Есть люди, которые пришли к травматологу со сломанной ногой, им не нужно находиться рядом с теми, кто может быть заразен. Я пришёл в поликлинику, потому что накануне ночью температура поднялась до 38,5°C. К сожалению, экспресс-тест на ковид показал положительный результат.



Жительница Котловки Анна Мальцева:

– Очень хорошо, что сейчас есть отдельный вход для больных с симптомами ОРВИ. Это позволяет избежать очередей. Из симптомов у меня температура и кашель, но экспресс-тест на ковид оказался отрицательным. Посещением поликлиники я довольна, врач выписал больничный и назначил лекарства.



На то, чтобы сдать экспресс-тест и ПЦР-анализ, наш корреспондент потратил всего 5 минут.

и пульс, – говорит завфилиалом. – Если выясняется, что коронавирус протекает в лёгкой степени, пациенту выдают противовирусное средство и рекомендуют 14 дней находиться дома. Мы берём этого человека под контроль, ему периодически звонят врачи и спрашивают о самочувствии. Если состояние средней тяжести, то к заболевшему домой выезжает врач. Если состояние внушает серьёзные опасения, пациента направляют на дополнительное обследование, по его результатам принимают решение о госпитализации».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

ФАКТЫ

► Работников поликлиник, ведущих приём пациентов с ОРВИ и COVID-19, поручил преминистр Москвы Сергей Собянин. На это, а также на закупки для амбулаторной службы город выделит 1,5 млрд руб.

► В Москве началось клиническое исследование назальной вакцины от коронавируса. В первых двух фазах примут участие 400 добровольцев, первые из них уже сделали «прививки».

► Стартовала бесплатная и добровольная вакцинация подростков 12–17 лет вакциной «Спутник М» в 13 центрах на базе городских детских поликлиник. Записаться можно онлайн на mos.ru, emias.info или по телефону выделенной поликлиники.

► С 19 января в столице ежедневно отслеживают наличие запасов и уровень цен препаратов в аптеках. Это помогает отследить, достаточно ли в них лекарств, чтобы каждый заболевший мог получить все необходимые для здоровья препараты.

► В городских больницах началось внедрение цифровой системы сортировки поступающих пациентов. Она создана для улучшения оказания экстренной и неотложной медпомощи. В 2022 году такая система будет доступна во всех многопрофильных стационарах столицы.

ЦИФРА

850

волонтеров Москвы подключились с 21 января к работе кол-центра единой линии 122. Они помогают посменно в будни в часы пиковой нагрузки: с 7.30 до 11.30 и с 12.00 до 16.00. За несколько недель добровольцы приняли уже более 80 тыс. звонков.

Что делать дома при заболевании

Начинайте лечение при первых симптомах ОРВИ

- температура 38°C и выше – жаропонижающие
- насморк и заложенность носа – полоскания, сосудосуживающие капли, промывания носа раствором морской соли
- кашель и боль в горле – полоскания, местные антисептики, спреи, пастилки
- можно применять противовирусные препараты
- ! Не принимайте антибиотики без назначения врача

! НЕ ЗАБЫВАЙТЕ:

- пить 2 л жидкости в сутки
- тяжёлую пищу заменить лёгкими бульонами, овощами и фруктами
- регулярно проветривать помещение и делать влажную уборку
- контролировать уровень кислорода пульсоксиметром (норма сатурации – 95–99%)

2 454 591 2 007 965 39 271

случай заражения выздоровлений погивший

По данным на 4 февраля.

Активные и позитивные

В округе выбрали самые спортивные семьи зимы-2022

► Окружная спартакиада «Всей семьёй за здоровьем!» состоялась на катке на Голубинской ул., д. 7, корп. 2. Участники проходили эстафеты с препятствиями на коньках на скорость. Лучшей стала команда Жуковых из Черёмушек: Мария и Максим, 6-летний Платон и 8-летняя Полина.

Младшая дочка Жуковых, Пелагея, пока к спорту не приобщилась, ведь ей всего 7 месяцев от роду. Зато старшие – настоящие спортсмены: они занимаются в хоккейной секции в ледовом дворце «Метеор» в Южном Бутове. Полина – одна из лучших хоккеисток ЮЗАО. Девочка мечется между двумя увлечениями – хоккеем с шайбой и танцами. Пока одерживают верх игровой азарт и лю-

бовь ко льду. «Дальше будет как она сама захочет, – объясняет Мария Жукова, – ведь каждый человек вправе выбирать увлечения. Главное – не заставлять и прислушиваться к желаниям ребёнка».

Сама Мария тоже в своё время разрывалась между разными видами

«Пандемия мотивирует к активным занятиям на открытом воздухе, чтобы укреплять иммунитет. В ЮЗАО много лыжных трасс и катков, где можно с пользой провести свободное время», – считает Любовь Синякова.

спорта, а в итоге выбрала игру, считающуюся мужской, – футбол, сделала отличную карьеру, доросла до звания мастера спорта международного класса. «Прививать детям любовь к спорту, – утверждает

тренер по футболу Максим Жуков, – можно только личным примером. Мы часто на катке в районе катаемся. Полина увидела и заявила: «Я тоже хочу!» Супруги Жуковы напоминают: на катке дети должны иметь защиту – наколенники, налокотники, шлем. «Нужно контролировать детей, находящихся на льду, чтобы они не обморозили ручки и ножки. Ребёнок может увлечься катанием настолько, что не почувствует, как у него пальчики околели», – добавляет Максим.



Мария, Максим, Платон и Полина Жуковы.

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

Второй лучшей семейной командой признаны Синяковы из Ясенева. Любовь и Алексей – учителя физкультуры. У них двое детей – Юра и Рома. Любовь катается на советских фигурных коньках. «Им сносу нет. Малышам лучше начинать с двухполосных коньков. Когда ребёнок научится хорошо на них стоять, можно позаботиться о фитнес-коньках, где крепко фиксиру-

ется голеностоп», – советует она. Осваивать лёд нужно с умения правильно падать. «Самое распространённое падение – вперёд. Новички пытаются упасть на колени или локти, а это опасно. Если падаете на спину, надо распрямить руки, чтобы защитить затылок, а подбородок прижать к груди», – заявляет Алексей Синяков.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Семья Синяковых: Алексей, Любовь и младший сын Рома.

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

Чемпионы катаются в ЮЗАО

Речь идёт о лыжне в зоне отдыха «Битца» у 36-го км МКАД. Трасса петляет по полям и перелескам, вплоть до ул. Поляны. В один из уик-эндов наш корреспондент познакомился на лыжне с семьёй знаменитых спортсменов из Южного Бутова, приехавшей показаться в полном составе. Это оказался главный судья по лыжным гонкам на XXII зимних Олимпийских играх в Сочи Вячеслав Веденин, его же-

на – многократная чемпионка России по лыжным гонкам Дарья Веденина, а также их дети, Иван и Мария. Опытные лыжники дали несколько советов нашим читателям.

Как приучить детей к лыжам
«Главное – желание ребёнка, – утверждает Дарья Веденина. – За рекордами гоняться не надо. Родителям стоит совершать с детьми небольшие лыжные

походы – с рюкзаками, бутербродами, термосами с горячим чаем. Любуйтесь природой, дышите лесным воздухом». Кстати, в Северном Бутове есть бесплатные лыжные группы,



Вячеслав и Дарья Веденины с сыном Иваном и дочерью Марией на лыжне в Битцевском лесу.

ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

в них могут заниматься дети и взрослые.

А что же со взрослыми
«90% любителей лыжного спорта – офисные работники. Если получится 2 раза в неделю на час вставать на лыжи – этого достаточно, чтобы поддерживать себя в форме», – говорит Дарья. Лыжи, как и плавание, щадящий вид спорта, благотворно влияют на мышечный корсет, сердечно-сосудистую систему.

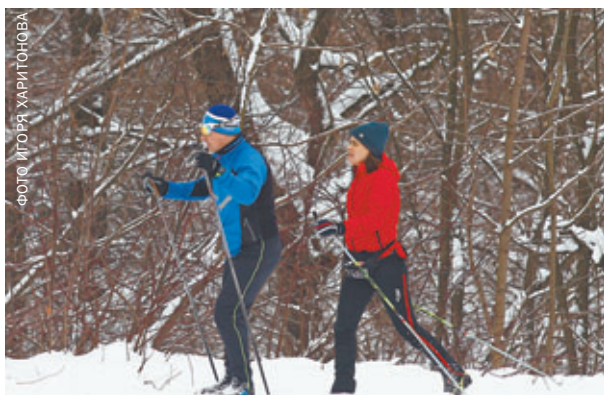
Просто катитесь по лыжне, слегка помогая себе руками, большего и не надо. Инвентарь, экипировка – дело опыта. Когда выходите на лыжню, вам должно быть чуть прохладно. После 10 минут прогулки можно вспотеть и замёрзнуть. «В Бутове отличная инфраструктура. Здесь не одно поколение лыжников выросло. В Москве это самая длинная лыжная трасса, на 36-м км МКАД мы проходим дистанцию в 20 км. Если присоединить

Простые правила лыжных прогулок

- * Соблюдайте постепенность в увеличении нагрузки.
- * Новичку стоит отдать предпочтение классическому стилю катания. Коньковый стиль – для «продвинутых» лыжников.
- * Лыжи и палки подбирайте в соответствии с вашим ростом. Лыжи должны быть выше спортсмена на 20 см, палки – достигать подмышек.
- * Одежду для катания выбирайте свободную, не сковывающую движения, лёгкую, эластичную и многослойную.
- * Первый слой – термобельё. Второй – пуловер, например из флиса. Третий слой защищает от ветра и влаги. В идеале – это куртка с капюшоном и штаны или комбинезон из мембранной ткани.
- * Перчатки приобретайте из натуральной кожи или из синтетического материала с хорошим утеплителем.

трассу на ул. Поляны, получится 25 км. Лыжни хватит всем – только не ленитесь и любите движение!» – считает Веденин-старший.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Зимние виды спорта особенно полезны офисным работникам и людям с сидячим образом жизни.

Борьба со стихией

Куда жаловаться
на снежные завалы



Возле д. 73/8 на Ленинском просп. очистили все дорожки.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

► За последние две недели на Москву обрушились североатлантические циклоны «Мария» и «Надя». Выпала почти половина месячной нормы осадков. Несмотря на круглосуточную работу коммунальщиков в округе, на «горячую линию» приходят жалобы от жителей.

Татьяна Шамонова из Гагаринского района сетует, что не убираются во дворе д. 73/8 по Ленинского просп. Мы направили запрос в местную управу.

«Специалисты «Жилищника» Гагаринского района очистили территорию от снега.



Будем держать ситуацию под контролем», – сообщил глава управы Евгений Вишняков. Оперативно отреагировали и на обращение жительницы Татьяны Медведевой по поводу

ВАЖНО

За содержание дворовых территорий отвечают управляющие компании. Дворники должны чистить от снега площадки у подъездов, ступеньки, крыши, дорожки и парковочные места. Сугробы со всех парковок обязаны убирать за 12 часов. В течение дня снег вывозят с остановок общественного транспорта, пешеходных переходов, станций метро, а также с подъездов к больницам и станциям скорой помощи. Затем коммунальные службы приступают к работам в других местах. Для дворов норма другая: снежный покров высотой до 5 см должны вывезти за 5 дней, если же выпадет до 10 см снега – в течение недели.

О плохой уборке снега во дворе следует сообщать в управляющую компанию, а если заявку игнорируют – в управу района или электронную приёмную Мосжилинспекции. Также жалобы можно оставить в Едином диспетчерском центре по тел. +7 (495) 539-5353, или на портале «Наш город», либо в единую справочную службу правительства Москвы +7 (495) 777-77-77. Если не убраны трамвайные остановки или территория возле станций метро, стоит обратиться в контакт-центр «Московский транспорт» по тел. +7 (495) 539-54-54 или 3210 (с моб.) с 8.00 до 20.00.

Дорогие читатели!

У вас есть вопросы, жалобы, предложения?

Звоните или присылайте их нам, и мы вместе будем добиваться изменений!

Тел.: +7 (495) 646-57-57

E-mail: uzao_readers@aif.ru

плохой уборки по адресу: Ленинский просп., д. 87. Работники быстро очистили от снежных заносов эту территорию. «С ответственными лицами провели разъяснительную беседу во избежание повторных нарушений», – отметила глава управы Ломоносовского района Ксения Кравцова. Позвонила



к нам и Ирина Самбурская из Южного Бутова: «На территории поликлиники № 121, филиал № 6, на ул. Академика Семёнова, д. 13, корп. 1, не убирают снег». На вопрос ответил первый замглавы управы района Южное Бутово Владимир Сохацкий: «Работы по уборке снега и наледи выполнены».



Совместное решение



Для демонтажа постройки понадобится согласие всех собственников.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

«Когда снесут постройку на первом этаже д. 83, корп. 2, по Севастопольскому просп.? Она уродлива, и её использование вызывает тревогу у жителей дома: без окон, всегда закрыта, неизвестно, кто имеет к постройке доступ. Просим оказать содействие в решении этого вопроса».

Ирина Золотова, район Зюзино

► Глава управы района Зюзино Вера Горлова:

– Жилой многоквартирный дом по адресу: Севастопольский просп., д. 83, корп. 2, принадлежит на праве общей долевой собственности владельцам помещений. Поэтому внесение каких-либо изменений в состав общего имущества требует решения их общего собрания, где более

51% дадут своё согласие на демонтаж комнаты для консьержа. Управа со своей стороны готова помочь в проведении такого собрания, предоставив свой актов зал. Если жильцы проголосуют за, управляющая организация ГБУ «Жилищник района Зюзино» окажет содействие в демонтаже вышеуказанного помещения.

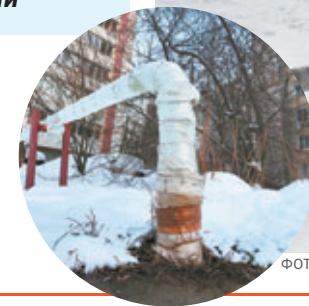
Трубопровод привели в порядок

«Труба с горячей водой по адресу: ул. Большая Черёмушкинская, д. 26, корп. 3, полностью открыта и может легко повредиться, тогда ближайшие дома останутся без воды. Прошу её закрыть».

Светлана Рулёва, район Академический

► Глава управы района Академический Эльвира Шигабетдинова:

– Специалисты ПАО «МОЭК» (Московской объединённой энергетической компании) выполнили работы по восстановлению изоляции и приведению трубопровода в надлежащее состояние.



На трубе восстановили изоляцию.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Поручень установят в феврале



Перила в подъезде оборудуют до конца зимы.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

«В подъезде № 1 д. 26, корп. 2, по Балаклавскому просп. отсутствует поручень. Также просим установить там пандус».

Вера Артамонова, район Зюзино

Глава управы района Зюзино Вера Горлова:

– В настоящее время в доме по указанному адресу проводятся работы по капитальному ремонту, поручень в подъезде сделают до конца февраля. Откидной пандус не предусмотрен проектом дома. Во

избежание спорных ситуаций такой пандус установит управляющая организация ГБУ «Жилищник района Зюзино» после того, как предоставят протокол общего собрания собственников жилых помещений дома с положительным решением по данному вопросу.

Чтобы рыбы дышали



Специалист
«Мосводостока»
Михаил Чечуевский
проводит аэрацию
Верхнего Черневского
пруда в Южном
Бутове

► Каждую зиму, когда толщина льда на московских прудах достигает 10 см, сотрудники «Мосводостока» выезжают на водоёмы, чтобы насытить воду кислородом. Такая процедура необходима для нормальной жизнедеятельности рыб, микроорганизмов и водных растений в холодное время года.

Черневские пруды, расположенные в ландшафтном парке «Южное Бутово», местные жители очень ценят. Это прекрасное место не только для семейных прогулок, но и для любителей порыбачить. Здесь водятся окунь, плотва, красноперка и карась.

«Обитателям прудов необходим кислород, но в зимнее время года его в воде недостаточно, поэтому мы проводим аэрацию», — объясняет



руководитель пресс-службы «Мосводостока» Павел Сергеев.

Сегодня рыба в Черневских прудах может спать спокойно — уровень кислорода в воде приведён в соответствие с нормативами.

Сама аэрация проходит следующим образом. «Наши сотрудники бурят лунки во льду, — говорит Сергеев. — Отверстия накрывают специальными красными ящиками. Такая конструкция помогает специалистам оперативно найти скважины, а также защищает от случайного попадания в лунки людей, которые игнорируют запрещающие знаки и выходят на лёд, или животных». Есть два вида аэрации — искусственная и принудительная. В первом бурятся лунки, через которые вода насыщается кислородом. Во втором — опускают в воду шланг, который подключён к компрессору, и около 20–30 минут нагнетают воздух в водоём. После проведённых работ обязательно берут пробы воды для измерения уровня кислорода.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Забота о питомцах и их хозяевах

► Жители Москвы, в том числе и нашего округа, смогут принять участие в обсуждении планов по модернизации собачьих площадок в рамках проекта «Питомцы в Москве». Об этом сообщил мэр Сергей Собянин в своём блоге.

БУМ ДЛЯ СОБАК И ОСТРОВКОВ ДЛЯ ХОЗЯЕВ

«В 2021 году в рамках программы «Мой район» мы реализовали небольшой пилотный проект. Вместе с экспертами Российской кинологической федерации были разработаны концепции площадок нового формата — для выгула собак и отдыха их владельцев, — рассказал Сергей Собянин. — Летом эти концепции активно обсуждались на встречах с местными жителями. Нам очень важно было услышать мнение не только любителей домашних животных, но и тех, у кого собак нет, чтобы в итоге принять взвешен-

ное решение. Итогом этой работы стали 4 площадки нового формата, созданные в Ясенево, Северном Медведкове, Можайском и Лосиноостровском районах. Новая собачья площадка в ЮЗАО расположена у д. 5, корп. 1, по ул. Айвазовского. Здесь разместились игровая и тренировочная зоны, где есть бум (снаряд для бега), лестница, барьер и кольцо, место для прогулки собак и два «островка» для отдыха хозяев.



«Зимой площадка даже привлекательнее стала. Мой Тори сюда каждый день просится — явно чувствует здесь себя в своей тарелке», — утверждает владелец эрдельтерьера Сергей Казьмин. «Псы на этой площадке отлично социализируются, — считает хозяин лабрадора-ретривера Михаил Фазин. — Она обо-

Новые площадки занимают от 5 до 30 соток. Маленькие не перегружают снарядами для тренировок, а большие оснащают всем необходимым для дрессировки разных пород собак.

удована по европейским стандартам. Я часто бываю в Германии и с уверенностью скажу, что у нас теперь не хуже».

ВАЖНО КАЖДОЕ МНЕНИЕ

В 2022 году планируется создать 14 новых и благоустроить свыше 50 собачьих площадок во всех округах столицы. «Предлагаю подойти к этим проектам неформально. В рамках нового проекта «Питомцы в Москве» мы хотим обсудить будущие площадки с владельцами собак, экспертами кинологических ассоциаций и заинтересованными местными жителями. И в результате — реализовать проекты, в которых будут максимально учтены интересы всех горожан», — добавил Собянин. Он отметил, что на протяжении всей жизни рядом с ним были и есть собаки. «Хорошо понимаю и очень люблю этих



Михаил Фазин со своей собакой Лексой.

прекрасных и благородных животных. Давайте сделаем так, чтобы домашним питомцам было по-настоящему комфортно в Москве, а общение с ними приносило только положительные эмоции», — заключил мэр. Площадку, где пройдёт обсуждение, назовут позже.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

«У вас мальчик!»

В Обручевском именинница родила сына в новогоднюю ночь

► Роддом № 4 при ГКБ им. В. В. Виноградова на ул. Новаторов – один из лучших в нашем округе. В прошлом году его модернизировали, оснастив новым высокоточным мед-



оборудованием. Но, несмотря на технологический прогресс, чудеса в роддоме тоже случаются. О появлении на свет первого младенца в 2022 году, которого родила мама-именинница, рассказал заведующий родильным домом Дмитрий Пономарёв.

«В ночь с 31 декабря на 1 января в роддоме № 4 при ГКБ им. Виноградова появилось 14 малышей. Из них 6 девочек и 8 мальчиков. Тогда дежурила команда медиков под руководством заведующего акушерским отделением № 2 Георги Каладзе», – вспоминает главврач.

В больнице царил праздничная атмосфера: родовой зал, палаты и коридоры украсили. Как и полагается, накрыли стол. Вместо традиционного шампанского – минеральная вода и лимонад, оливье заменили пироги и сладости. Едва медики поздравили друг друга и перекусили, на пороге появилась первая роженица. Ею тала 35-летняя Елена Черевкова из Ново-Переделкина, которая приехала в больницу вместе с мужем в свой день рождения.

Под залпы салютов и крики «ура»

«Мы ждали ребёнка после 8 января, но утром 31 декабря я вдруг почувствовала какие-то боли, под вечер они утихли, и я подумала, что это были «тренировочные» схватки, так как воды не отошли. Мы сели за стол праздновать Новый год и мой юбилей», – вспоминает Елена.

Под бой курантов боли к женщине вернулись, но она держалась молодцом: с мужем и дочкой слушала выступление президента, смотрела салют, а потом Елена поняла, что рождает. Быстро сели в машину и поехали в больницу под залпы салютов и крики «ура».

«Я никогда не забуду, как мы ехали: шёл такой снег, вокруг

все отмечают, гуляют, а я рожаю. Переживала, что своими родами испорчу медикам праздник, но, как позже выяснилось, зря. В больнице нас радушно встретили и сразу повезли готовить к партнёрским родам», – признаётся именинница.

В роддоме молодая пара была в 2.00, а уже в 3.02 на свет появился малыш. Ему дали имя Давид. Он и стал первым ребёнком, родившимся в 2022 году в больнице юго-запада Москвы. «Малыш родился здоровым: весом около 3 кг и ростом 49 см», – говорит Дмитрий Пономарёв.

«1 января все сначала поздравляли меня с моим днём рождения, а потом с рождением сына. Я очень благодарна всем врачам, особенно Георги



Елена Черевкова с мужем Ионом и сыном Давидом.

Давидовичу, который принимал роды. Всё было просто супер!» – считает Елена. Она призналась, что теперь 1 января у неё тройной праздник: Новый год, её день рождения и день рождения сына. Свою дочь Елена Черевкова тоже родила в праздник – в День России. Сотрудники роддома подарили ей большой торт и пригласили на следующие роды через три года. При выписке из больницы 4 января женщина пообещала, что обязательно приедет рожать ещё, как только выберет праздник.

и делает роды безопасными и комфортными. Кроме того, здесь заработал филиал Центра госуслуг Обручевского района, где новорождённому можно сделать документы, при условии что ему уже дали имя. «Около 50% пациентов воспользовались такой услугой в прошлом году. Это очень удобно. Не надо бегать по МФЦ, достаточно, чтобы муж привёз все необходимые бумаги, а жена отнесла их в кабинет, где работают сотрудники. При выписке родители получают документы на ребёнка вне зависимости от места жительства и прописки семьи», – утверждает Дмитрий Пономарёв. Также при выписке всем роженицам в подарок выдаётся коробка «Наше сокровище» от мэра Москвы со всем необходимым для новорождённого. В ней есть соски, пелёнки, бутылочки, мази, одежда, комбинезоны и даже расчёска. Это позволяет не покупать заранее вещи для ребёнка, а только докупить недостающее после его рождения.

РЕГИНА АБДРАЗЯКОВА

Сколько малышей появилось в 2021 году в роддоме № 4 при ГКБ им. Виноградова:

Всего 7621

♂ **3971**

Из них мальчиков

♀ **3650**

а девочек



Самый тяжёлый ребёнок весил более **6 кг**, а самый лёгкий – **500 г**

Самые популярные имена

традиционные:

Владимир
Николай



Татьяна
Ксения

ИНФОГРАФИКА
АНАСТАСИИ КОНДРАТЬЕВОЙ



Рожать стало комфортнее

В прошлом году в больнице им. Виноградова появилось новое оборудование для мониторинга состояния будущей мамы и ребёнка, дыхательная аппаратура для проведения быстрых и лёгких родов, кровати для реанимации, аппараты УЗИ. Это позволяет качественно следить за состоянием женщины и малыша

НАКОПИТЕЛЬНЫЙ
СЧЕТ 13.5% годовых
МАКСИМАЛЬНЫЙ Частичное снятие
ПЕНСИОННЫЙ без потери процентов
Оплата ЖКХ без комиссии

Отделение «Черёмушки», ул. Профсоюзная, д. 27, стр. 1

8 (800) 301-20-81

ПКПО ПО РАЗВИТИЮ ЭКОНОМИЧЕСКИХ И СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ «НАКОПИТЕЛЬНЫЙ КАПИТАЛ - СБ»
Предложение действует только для членов ПКПО «НАКОПИТЕЛЬНЫЙ КАПИТАЛ - СБ». Вступительный взнос 150 руб. Срок размещения от 3 мес. до 36 мес.
Суммы от 10000 руб. до 1400000 руб. по ставке 13.5% годовых. Страхование финансовых рисков осуществляется НКО «МОВС».
Полную информацию можно получить по телефону. ИНН 9731058676 ОГРН 1197746733502

ГРАФИКИ РАСЧЁТА ПО НАКОПЛЕНИЯМ

250.000 руб.

доход **33.050 руб. в год**

500.000 руб.

доход **66.106 руб. в год**

750.000 руб.

доход **99.159 руб. в год**

1.000.000 руб.

доход **132.211 руб. в год**

1.400.000 руб.

доход **185.097 руб. в год**



ПКПО
Капитал-СБ

ЧАСТИЧНОЕ
СНЯТИЕ
БЕЗ ПОТЕРИ
ПРОЦЕНТОВ!

РЕКЛАМА

Урок или спектакль?

В школе Тёплого Стана скучную учёбу превратили в увлекательное приключение

► В школе № 109 на ул. Академика Бакулева одарённые дети и отстающие ребята учатся вместе, а педагоги с учениками играют в спектаклях. Даже сам директор, именующий себя «главным режиссёром», не прочь выйти на сцену в образе Карабаса-Барабаса. Рассказываем об уникальной адаптивной методике обучения детей «по-ябургски».

териалам Монтессори – методике занятий по сенсорному развитию. Всё для того, чтобы выпустить в начальную школу ребёнка, готового к обучению.



«В детском саду мы не учим детей читать и писать. Это задача школы. С 3 лет мы развиваем моторику и речь. Занимаемся иппотерапией, релаксируем тревожных детей



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

В театральной студии ребята учатся самовыражению.



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

Пятиклассники в «гнезде» для релаксации (слева направо): Моника Латыпова, Андрей Кольбак, Александра Подлесных, Даниил Рыбаков. Рядом – Евгений Ямбург.

Евгений Ямбург – заслуженный учитель РФ, доктор педагогических наук, директор школы № 109 с 44-летним стажем. «Театр не самоцель, а инструмент. Ребятам надо объяснять ценности культуры. У меня театр с детского сада – шикарные постановки и в начальной школе, и в старшей», – говорит он. Школа № 109 стала первой в Москве, которая взяла под крыло детский сад. Дети с 3 лет знакомятся с английским, робототехникой, вместе с педагогами и психологами работают по ма-

в «гнезде», – отметила **старший воспитатель Екатерина Липейко**.

Волшебное «гнездо»

Это тренажёр из прутьев и войлока для «разгрузки» ребят с неврозами и страхами. «Туда залезают детки, и «яйцо» начинает разговаривать с ними. Оно спрашивает: «Как тебя зовут, что ты ешь?» и т. д. И так они релак-

сируются», – объяснил директор Евгений Александрович. Также в школе есть на- стоящая ко- нюшня, свой «Арбат Булата Окуджавы», где отмечают успешных учеников, мастерская ремёсел, кафе с барной стойкой и флотилия с пароходами и шлюпками. **Владимир Музалев** руководит клубом путеше- ственников «Зюйд-Вест» уже 25 лет. «Мы изучаем природу, историю,



ходим по Москве-реке в по- ходы. Учимся разводить костры и выживать в «диких» условиях. Наши дети часто выбирают профес- сии географической и исто- рической направленности. Но главное – учатся общаться и дружить, в их жизни появля- ется романтика исследовате- лей», – считает он.

Традиции поколений

Подход к детям ищут, задействуя молодые ресурсы, в том числе вместе с быв- шими выпускни- ками. **Василий Би- зю- ков**



окончил школу Ямбурга, вернул- ся в неё учителем информатики и обучает ребят слепой печати на клавиатуре. «Важно, чтобы дети не задумы- вались о том, где какая буква нахо-

дится, а получали знания. В пе- дагогику я пошёл благодаря пер- вой учительнице – Александре Филиной. Она стала для меня образцом для подражания и вто- рой мамой. Здесь ты не только учитель, но и инженер, и даже актёр. Планирую и дальше раз- виваться тут: расти вывсь, но не вширь», – смеётся он. О преемственности поколений напоминает дуб в холле школы.



выйти на сцену и проявить се- бя, даже если не собирается быть актёром», – гово- рит **замдиректора по учебно- воспитательной работе Лидия Щипулина**. Так реализу- ется воспитание психодрамой, её цель – духовный рост лич- ности. Когда человек находит- ся на сцене – это не только

«минута славы», но и подготовка к событию, от- ветственность. Несмотря на не- малое количе- ство инноваций, останавливать- ся на достигну- том коллектив не собирается. «Как только получим до- полнительное помещение, сразу приступим к внедрению новых методик.

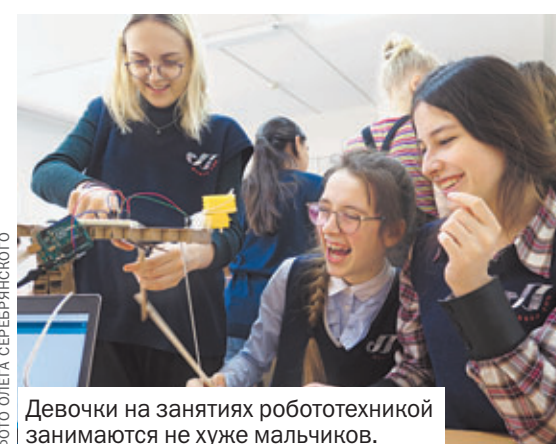


ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

Девочки на занятиях робототехникой занимаются не хуже мальчиков.

На него каждый класс веша- ет колокольчик и произносит «дубовую клятву». Необычные здесь и перемены. Так, с 13.15 до 13.45 дети могут в актовом зале прочитать стихотворение, спеть или станцевать. «Каждый ученик должен хоть раз



Вот уже несколь- ко лет мечтаем сделать планета- рий», – поделилась **замдиректора в начальной школе Вера Мо- гилевская**.

РЕГИНА АБДРАЗЯКОВА

ФОТОФАКТ



ФОТО ТАРАСА ХОХЛОВА

В 12 центрах госуслуг ЮЗАО установили криптокабины. С их помо- щью можно оформить биометрический загранпаспорт в удобное время. Они делают фото, сканируют данные и передают в ведом- ство. Готовый документ выдают сотрудники «Моих документов».

РЕКЛАМА

КАК ВЗЫСКАТЬ ДЕНЬГИ ЗА НЕНАДЛЕЖАЩЕЕ ОКАЗАНИЕ ЮРИДИЧЕСКИХ УСЛУГ?

Могу ли я вернуть деньги, оплаченные юристам?

Екатерина Михайловна
Ул. Академика Пилюгина

Отвечают юристы Вектор Прайм:
При оказании юридических услуг, исполнитель обязан оказывать услуги, качество которых соответствует договору или предъявляемым требованиям. Зачастую юридические услуги оказываются с нарушением сроков, не соответствующего качества и обязательства не исполняются в полном объеме. При обнаружении недостатков можно тре-

бовать возмещения понесенных расходов, либо отказаться от исполнения договора и потребо- вать полного возмещения убыт- ков. В случае возникновения разногласий, стоит обращаться с претензией к исполнителю, а в случае отказа – в суд.

БЕСПЛАТНЫЕ ЮРИДИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ
ЗАЩИТА В СУДЕ
ДОСУДЕБНОЕ УРЕГУЛИРОВАНИЕ СПОРОВ
СОПРОВОЖДЕНИЕ СДЕЛОК

ВЕКТОР ПРАЙМ +7 (495) 21 21 027 mpcvector.ru

ИНН 682714324629

- ▲ БЕЛЯЕВО, УЛ. ПРОФСОЮЗНАЯ, Д. 93А, 4 ЭТАЖ, ОФИС 425
- ▲ БИБИРЕВО, УЛ. ПЛЕЩЕЕВА, Д. 18, КОРП. 2, 1 ЭТ.
- ▲ АЛЕКСЕЕВСКАЯ, ПРОСПЕКТ МИРА, Д. 95, СТР. 1, 5 ЭТ., ОФ. 13
- ▲ СЕМЁНОВСКАЯ, УЛ. ЩЕРБАКОВСКАЯ, Д. 3, 3 ЭТ., ОФ. 311
- ▲ ОКТЯБРЬСКОЕ ПОЛЕ, УЛ. НАРОДНОГО ОПОЛЧЕНИЯ, Д. 43, КОРП. 2, 1 ЭТ., ОФ. 3
- ▲ КУЗЬМИНКИ, ВОЛГОГРАДСКИЙ ПРОСПЕКТ, Д. 139, 4 ПОДЪЕЗД, 2 ЭТ., ОФ. 1
- ▲ ВОДНЫЙ СТАДИОН, УЛ. АДМИРАЛА МАКАРОВА, Д. 8, СТР. 1, ПОДЪЕЗД 2

Лес «разрисовали» ягодами

Семья из Южного Бутова заняла первое место в конкурсе «Снежный холст»

► Увлекательное семейное соревнование, организованное Мосприродой, прошло в Битцевском лесу. Его участники создали художественные композиции, которые стали красочными кормушками для птиц и зверей.

ТОЛЬКО ПРИРОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Конкурс «Снежный холст» стал прекрасной возможностью провести время с детьми на свежем воздухе и продемонстрировать творческие умения. По словам



начальника эколого-просветительского центра «Лесная сказка» Юлии Нефёдовой, он проходит в разных

районах Москвы с 2019 года. «Мы постоянно ищем новые форматы, чтобы предложить активный досуг посетителям зелёных зон, — говорит она. — Здесь важны просветительский и воспитательный моменты. Ребёнок начинает внимательнее относиться к окружающей природной среде. В этом году участники конкурса создали на снегу прекрасные картины снегирия, лося и улитки». Можно брать лишь природные материалы, лаки и краски запрещены. «В предыдущие годы мы допускали применение пищевых красителей, но в этот раз от них отказались, — уточняет Юлия. — Мы не только создаём красивые композиции, но и подкармливаем обитателей леса. Именно поэтому используются семечки, орехи, крупы, ягоды рябины, сушёные яблоки, крошки хлеба, жёлуди. Обычно птицы и белки съедают наши композиции за одну-две недели». В этом году у кормушек-картин

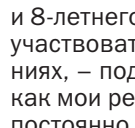


Саша, Артём и Мария (слева направо) Ромашкины создали на снегу картину-кормушку для птиц.

экологи видели поползней, синиц, воробьёв, дятлов и соек.

СОЛНЕЧНЫЙ СНЕГИРЬ

Жительница Плавского проезда 39-летняя **Анастасия Ромашкина** привела на конкурс своих детей — 13-летнего **Артёма**, 10-летнюю **Марию**



и 8-летнего **Сашу**. «Нам нравится участвовать в различных соревнованиях, — поделилась Анастасия. — Так как мои ребята — юнармейцы, они постоянно выезжают на волонтерские и экологические акции. Сейчас очень важно, чтобы дети были приобщены к добрым делам, которые учат их любить природу. Кроме того, живое общение на свежем воздухе намного интереснее, чем пребывание дома за компьютером». Семья Ромашкиных заранее под-

готовила материалы для конкурса. «Мне очень понравилось рисовать на снегу разными зёрнышками и семечками, — поделился впечатлением Саша. — Нам не нужно было их покупать, мы взяли всё необходимое у нашего хомячка Эдисона». Сюжет для картины выбирали вместе. Маша недавно в школе рисовала снегирия и предложила изобразить эту яркую птицу на снегу. В команде Ромашкиных чётко разделили обязанности: старший сын отвечал за изображение дерева, младший — за солнышко, а дочка выкладывала снегирия семечками и ягодами рябины. «Вначале мы переживали, что может пойти снег, но погода выдалась отличная, — говорит Анастасия. — Получившуюся картину мы назвали «Солнечный снегирь», она заняла на конкурсе первое место».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Люби все должности покорны

► 45 лет назад на экраны вышел фильм «Служебный роман». Истории создания бессмертного творения Эльдара Рязанова и Эмиля Брагинского посвящена виртуальная выставка киноклуба-музея «Эльдар». Узнать новые факты о картине можно на сайте kinoklub-eldar.ru в разделе «Музей».



Рязанов на съёмках «Служебного романа».

ФОТО ГБУК «КИНОКОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ «ЭЛЬДАР»

Познай родной город

► Московский дворец пионеров начал очередной сезон онлайн-курса по основам москвоведения. Руководитель клуба



Старая Москва, 1910 год.

«Москвоходы» Дмитрий Турсин расскажет о нашем городе и способах его изучения. Участники познакомятся с архитектурными стилями,

типами строений и историей зданий. Расписание лекций — на странице vg.mskobr.ru/edu-news/34732.

Секреты фабрик

► Проект «Открой#Моспром» приглашает на онлайн-экскурсии по столичным предприятиям. Доступно более 50 виртуальных прогулок, 17 из них провели известные актёры и телеведущие. Желающие могут на портале otkroimosprom.ru узнать, как устроен хлебокомбинат, как производят танцевальную обувь, перерабатывают чёрное золото.



Экскурсия на фабрику мороженого.

ФОТО СЕРГЕЯ КАРПУХИНА/ТАСС

ОБЪЯВЛЕНИЯ

прием рекламы по телефону 8 (916) 668-14-20 РЕКЛАМА 12+

АНТИКВАРИАТ

● Автографы, книги, золото, коронки, серебро, медали, монеты, статуэтки куплю. Тел: 8 (916) 778-04-56.

● БИБЛИОТЕКУ ДОМАШНЮЮ. СТАРЫЕ И СОВРЕМЕННЫЕ КНИГИ КУПЛЮ, ВЫЕЗД. Тел: 8 (495) 724-30-45

● Куплю ткани, платья СССР. Тел: 8 (910) 416-28-40

● Купим часы СССР. Тел: 8 (985) 275-43-33

● КУПЛЮ: СЕРВИЗЫ, СТАТУЭТКИ, ФАРФОР, ХРУСТАЛЬ, ИКОНЫ, НАГРАДЫ, ЗНАЧКИ, ЯНТАРЬ. Тел: 8 (999) 333-33-72

● Купим книги, журналы, документы, плакаты, открытки, фотографии до 1940 года. Тел: 8 (985) 275-43-33

● Куплю предметы старины, книги, открытки, игрушки, фарфор, периода СССР. Тел: 8 (916) 671-25-83

● КНИГИ, ЗНАЧКИ, СТАТУЭТКИ, ПОДАСТАКНИКИ, СЕРЕБРО, ИКОНЫ, ЯНТАРЬ, САМОВАРЫ КУПЛЮ. Тел: 8 (495) 643-72-12

● Часы любое состояние, значки. Тел: 8 (495) 723-19-05

8 (985) 769-74-09
БУДДУ, ИКОНЫ, КАРТИНЫ, КОРОНКИ, МЕБЕЛЬ, АРХИВЫ, СЕРЕБРО, ФАРФОР, ПЛАТЕФОН, САМОВАР, ЧАСЫ, ЗНАЧКИ, И ДРУГОЙ АНТИКВАРИАТ. КУПИМ. 8-495-769-74-09

● Покупаем антикварные предметы: открытки, фотографии, книги, мебель и др. Выезд. Тел: 8 (965) 434-04-05

● Покупаем книги и журналы. Тел: 8 (925) 656-49-72

● Аудиокассеты. Японскую технику. Пластины. Тел: 8 (916) 993-36-64.

● Солдатики, значки, модели автомобилей, статуэтки, генеральские вещи, радиоаппаратуру, фотоаппараты. Тел: 8 (495) 508-53-59

● Букинист купит книгу до 1927г. за 50 000р. Журналы, архивы, рукописи до 1945г. Тел: 8 (925) 795-57-97

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

● Ремонт: Телевизоров! План! Швейных! Тел: 8 (499) 703-41-94

● Ремонт техники: стиралки, холодильники и пр Тел: 8 (985) 636-91-89

● Ремонт стиральных машин и холодильников. Тел: 8 (977) 000-68-92

ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕМОНТА
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ.
Пенсионерам скидка до 50%.
Бесплатный ВЫЕЗД.
8-499-714-78-94

● Ремонт швейных машин. Тел: 8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07

● Ремонт стиральных машин недорого. Тел: 8 (903) 769-11-30

● Ремонт, обивка мягкой мебели на дому, большой выбор тканей. Тел: 8 (905) 542-77-93

● Обивка, перетяжка мебели. Ткани. Тел: 8 (495) 585-63-85

● РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. НЕДОРОГО. Тел: 8 (495) 517-95-42, 8 (985) 987-05-99

КУПЛЮ

● Куплю книги, антиквариат. Тел: 8 (968) 525-34-12

● РАДИОДЕТАЛИ ЛЮБЫЕ, ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ Тел: 8 (903) 125-40-10

● Фотоаппараты, объективы, бинокли, раритеты Тел: 8 (915) 251-51-55

● ДОРОГО ВЫКУПУ! ЗНАЧКИ, ФАРФОР, СТАТУЭТКИ, ИКОНЫ, ПРЕДМЕТЫ СТАРИНЫ. Тел: 8 (926) 160-43-36 АННА

НЕДВИЖИМОСТЬ

● Куплю квартиру у собственника. Тел: 8 (915) 374-46-88

● АРЕНДУЮ квартиру, комнату. Тел: 8 (495) 638-07-42

● Сниму квартиру, комнату. Тел: 8 (916) 959-13-08 Ирина

● Семья славян снимет квартиру. Тел: 8 (915) 192-22-79

● Абсолютно быстро сдам/ продам Тел: 8 (915) 459-69-50

● Снимем Квартиры, Комнаты+Гарантия. Тел: 8 (495) 772-50-93

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

● ГАЗЕЛЬ. Тел: 8 (925) 590-91-06

● А/грузоперевозки, Дача. Утилизация. Недорого. Тел: 8 (495) 728-69-81

● Автогрузоперевозки. Дачи. Утилизация. Недорого. Тел: 8 (495) 744-78-52

● Автоперевозки. Тел: 8 (495) 589-00-78

В ДАР

● Красивые котята от британской мамы Тел: 8 (906) 038-56-45

РЕМОНТ

● Ремонт квартиры поэтапно. Абразивная циклевка и ремонт паркета. Укладка паркета, ламината. Помощь в выборе и доставке материалов. Натяжной потолок. Окна и остекление балконов. Тел: 8 (495) 978-03-44

● Замена замков. Ремонт дверей. Тел: 8 (926) 341-27-27

● Обои. Тел: 8 (963) 976-11-85

● Ремонт косметический и капитальный. Тел: 8 (905) 725-40-30

● Ремонт квартир. Недорого. Москвичи. Тел: 8 (916) 439-86-99

● Мелкий и крупный ремонт. Тел: 8 (985) 988-91-16, Дмитрий

● Домашний мастер. Тел: 8 (985) 723-87-03

● Замки: ремонт, замена, врезка Тел: 8 (925) 505-32-12

● Поклейка обоев, укладка плитки. Косметический ремонт. Недорого! Русские. Тел: 8 (967) 555-80-49

● Косметический ремонт квартир. Недорого. Тел: 8 (916) 463-21-19

● Замки. Вскрытие, замена, установка Тел: 8 (915) 130-21-21

● Мастер на час. Ремонт. Тел: 8 (915) 471-17-42

● Циклевка паркета Тел: 8 (985) 994-48-10

● Частный мастер. Электрика. Сантехника. Тел: 8 (915) 210-10-62

РАБОТА

● В мед.учреждения требуется водители со своим автотранспортом. Оплата 250 руб./час Тел: 8 (916) 486-91-05 Андрей Игоревич

Приглашаем на работу
САТУРН
КОМБИНАТ ПАТЯНОВ
Котломойщика
35000 – 52000 руб.
Грузчика 32000 руб.
Уборщицу 28000 руб.
График работы 5/2
с 7:00 – 16:00 или 22:00 – 7:00.
Н. Черемушки,
ул. Архитектора Власова, д. 53
8-903-190-20-49

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

● Московская социальная юридическая служба. Тел: 8 (499) 408-21-03

Образ на все случаи жизни

Жительница округа разработала платье для модного показа

► Пятьдесят участников «Московского долголетия», которые прошли конкурсный отбор, создали коллекцию одежды в творческих лабораториях конкурса «Мастерская дизайнеров». Среди них оказалась жительница Обручевского района Эльвира Шалыгина. Занятия проводились до введения дополнительных ограничений для людей в возрасте 60+, которых сейчас попросили снова соблюдать режим самоизоляции.

Наставниками москвичей старшего поколения стали известные российские дизайнеры: Игорь Гуляев, Ксения Серая, Леонид Алексеев, Галина Крючкова, Сергей Сысоев. Каждая коллекция состоит из 10 образов, придуманных модельерами-любителями.

ПРИЗВАНИЕ С ДЕТСТВА

Эльвира Александровна занимается в проекте «Московское долголетие» с его основания – посещает онлайн-занятия

по валянию шерсти, изготовлению куклы Тильды и изучает французский язык. Кроме этого, проводит в YouTube мастер-классы по моделированию и шитью. Любовь к созданию одежды у Эльвиры Александровны с детства, позже это перешло в её профессию – по образованию она инженер-технолог швейных изделий. «Жизнь сложилась так, что технолог я никогда не работала, но 35 лет преподавала в швейном училище. Свои мечты и творческие задумки реализовывала через студентов, их победы в различных фестивалях и на выставках, – признаётся она. – А сама смогла раскрыться, уже выйдя на пенсию. Проект «Московское долголетие» и участие в конкурсе «Мастерская дизайнеров» – это настоящий подарок судьбы».

ВСЕ ОТТЕНКИ СИНЕГО

«Я была счастлива узнать, что попала в число счастливиц! Только Галина Крючкова, главный художник-модельер Дома моды Вячеслава Зайцева, рассмотрела более 90 заявок, – рассказывает Эльвира Александровна. – Мы занимались в творческой лаборатории на базе Всероссийского музея декоративного искусства». Под руководством Крючковой разработали эскизы, собрали, и в декабре прошлого года коллекция «Ультрамариновые горизонты» была готова. В ней представлена растяжка цветов – от изумрудного через светло-серый к разнообразным оттенкам синего. В основу легла концепция романтических и лаконичных образов с женственными линиями. Наша героиня создала комплект: платье из фактурного трикотажного полотна и болеро (короткий жакет). «Это удобная и лаконичная вещь,

«Потрясающие впечатления остались от работы, эмоции переполняют до сих пор. Благодаря проекту буквально открылось второе дыхание», – считает начинающий модельер Эльвира Шалыгина.

для повседневной носки или, если дополнить аксессуарами, для мероприятия. Цвет – королевский синий – легко сочетается с базовыми цветами», – объясняет Эльвира Шалыгина.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО



Эльвира Шалыгина (справа) с моделью Светланой Повзун, демонстрирующей наряд.

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

Пенные фантазии

► Мастерница из Южного Бутова Елена Гончарова создаёт необычные композиции из мыла.

Она окончила Московскую художественную школу по специальности «педагог дополнительного образования по декоративному творчеству». Женщина 15 лет работала в детском саду, занималась с малышами лепкой и рисованием, а сейчас перешла в детский центр. Там продолжает учить ребят создавать красоту своими руками.

ЛЕКАРСТВО ОТ СТРЕССА

«Два года назад приятельница показала мне искусственный букет цветов и предложила угадать, из чего они сделаны. Я подумала, что это полимерная глина или пластилин. Когда узнала, что это мыло, то очень удивилась. Оказывается, уже лет 10 мыловары создают такую красоту. Меня это заинтриговало, я купила пару формочек и начала обучаться мыловарению. Благодаря этому занятию я могу проявить свою фантазию и креативность. Это стало своего рода медитацией, лекарством

от стресса, – признаётся Елена Гончарова. – Сначала для меня самым сложным было создавать композицию. Изготовить мыло намного проще, чем придать ему необычный



вид. А идеи появляются уже в процессе работы, часто они связаны со временем года или предстоящим праздником. Например, зимой это мандарины, ёлочки, шампанское, весной – нежные букеты с розами и тюльпанами. Ино-

гда я вижу букет на витрине магазина, фотографирую его, а потом воссоздаю с помощью мыла. Бывает, что попадают интересные композиции в интернете. А порой и сами формы подсказывают что-то новое. Всё непредсказуемо. Главное – не бояться экспериментировать».

Сейчас Елена проводит мастер-классы для детей в центре, где она работает: «Ребята с 6–7 лет могут уже заниматься мыловарением. Стараемся делать что-то простое и маленькое. У детей остаётся много ярких эмоций, они дарят поделки близким».

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

Мыловарению Елена Гончарова обучилась сама.

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

КАК СОЗДАТЬ МЫЛО САМОЙ

Чтобы сделать мыло в форме мандарина, понадобятся: 100 г мыльной основы, 3 капли ароматизатора, 2 капли красителя, термостойкая ёмкость и 1–2 формочки мандарина.

Елена варит мыло из прозрачной мыльной основы, которая уже содержит все компоненты. Она разрезается на небольшие кубики и растворяется на водяной бане или в микроволновке. Важно следить за температурой и не дать основе закипеть, иначе снизится качество мыла. Масса должна получить консистенцию сметаны. Потом добавляются необходимый аромат и специальная краска. Затем всё это заливается в специальные формы и, если образовались пузырьки, обрабатывается спиртом из пульверизатора. Когда мыло затвердеет, оно извлекается из формы и сушится пару дней.



ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

РЕКЛАМА | Лицензия №77-01-002274 от 28.06.2007 г.
ООО «ДЕНТАЛ-ПРЕСТИЖ»
@dentalprestige.stom

Хотите иметь белоснежную улыбку? Идите к нам!

У НАС АКЦИИ!

Всего 7500 руб. – КОРОНКА МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКАЯ, Германия
16 000 руб. – ИМПЛАНТАЦИЯ, Германия
16 500 руб. – СОВРЕМЕННЫЙ, УДОБНЫЙ, СЪЕМНЫЙ ПРОТЕЗ, Германия

Пенсионерам скидка на лечение 21%.
Предъявите данный купон чтобы получить скидку!

М. АКАДЕМИЧЕСКАЯ, УЛ. НОВОЧЕРЕМУШКИНСКАЯ, ДОМ 18
(7 минут пешком от метро)
ТЕЛЕФОН ДЛЯ ЗАПИСИ: 8 (495) 201-37-27
Онлайн консультация с главным врачом по WhatsApp 8 (915) 138-01-87



ФОТО PHOTOXPRESS

По словам мэтра, теперь в Театре сатиры появится новая кровь.

► **Главный театр ЮЗАО – Прогресс Сцена Армена Джигарханяна на Ломоносовском проспекте – становится частью большого театрального союза. Департамент культуры Москвы подписал приказ о его объединении с Театром сатиры. Слияние двух трупп произойдет в течение первого полугодия 2022 года. Александр Ширвиндт, который многие годы был художественным руководителем Театра сатиры, единогласно избран его президентом. Он рассказал о своем отношении к этим переменам и планах на будущее.**

«С Джигарханяном дружили много лет»

– Александр Анатольевич, какие места дороги вашему сердцу на юго-западе Москвы? – Конечно, это Театр Армена Джигарханяна. И в целом в округе места очень красивые. Я не раз бывал на Ломоносовском, 17, и хорошо знаю эту сцену. Мы с Арменом Борисовичем долгие годы дружили. Он много значил для меня. И потом, он был совершенно «штучный» артист. Уникальный и по таланту, и по количеству сыгранных работ на сцене и в кино. Одно время говорили, что Джигарханян – это наш Жан Габен. Бред какой-то! Наоборот, это Габен – их Джигарханян.

– В Прогресс Сцене Армена Джигарханяна вы недавно были на премьере «Балалайкин и Ко». Какое впечатление произвела на вас новая постановка? – Спектакль очень хороший. «Балалайкин и Ко» по Салтыкову-Щедрину – мощная, удачно

слепленная постановка. На мой взгляд, там есть огрехи актерские, но это уже детали.

– **Что вы думаете об объединении двух театров?**

– Ощущения радужно-осторожные. То, что происходит сейчас, – это огромная инновация. Кто-то проводит параллели и говорит, что не так давно объединилась Таганка. Но это совсем другая история, ведь Таганка разделилась когда-то на два коллектива. А у нас, наоборот, эксперимент. Он очень интересный и острый, ни в коем случае не революция. Это реорганизация. Но для то-



ФОТО ВЯЧЕСЛАВА ПРОКОФЬЕВА / ТАСС

Александр Ширвиндт с Александром Олешко в спектакле «Где мы?!...».

го, чтобы она прошла успешно, нужно «усилиться» энергиями друг друга. Теперь в Театре сатиры появится новая кровь. У Прогресс Сцены Армена Джигарханяна молодой коллектив. У нас же в Театре сатиры много опытных артистов, которые служат на сцене десятилетиями и могут помочь советом. Главное, чтобы всё задуманное сбылось.

– **Какие у вас прогнозы в связи с этим событием?**

– Прогнозы опасно делать. Если они не сбываются, ты выглядишь глупо. Если исполняются, этого никто не замечает, потому что и так всё хорошо.

Скажу одно: нашим двум театрам есть чем обменяться, обогатить друг друга. Худрук Сергей Газаров – необыкновенно энергичный, его работоспособность даже странно-страшная. Всё, что он говорил

ДОСЬЕ

- В 1956 году Александр Ширвиндт с отличием окончил Театральное училище им. Щукина.
- Работал в «Ленкоме», Театре на Малой Бронной, Театре сатиры.
- Снимался в фильмах «Трое в лодке, не считая собаки», «Мнимый больной», «Вокзал для двоих», «Самая обаятельная и привлекательная», «Забытая мелодия для флейты», «Роковые яйца», «Ирония судьбы. Продолжение», «Эдуард Суровый. Слезы Брайтона».

по планам на будущий сезон, по моим старческим представлениям, – это перспектива столетия. А он это за один сезон намеревается сделать. Теперь в активе театра аж четыре

площадки: Театр сатиры на 1200 мест, Прогресс Сцена Армена Джигарханяна на Ломоносовском просп. на 440 мест, «Чердак Сатиры» на 150 мест и Малая сцена Театра Джигарханяна на Кооперативной ул. на 88 мест.

– **Звучит масштабно!**

– Причём каждая из всех площадок, будучи частью одного театра, должна обрести собственное лицо по замыслу Сергея Ишхановича. В конце сезона 2022 года Прогресс Сцена на Ломоносовском закроется на реконструкцию, поэтому некоторые спектакли перенесут в Театр сатиры. Первым в этой очереди станет «Балалайкин и Ко», так что с февраля 2022 года эту постановку публика сможет увидеть на новой площадке на Триумфальной площади.

Александр Ширвиндт: «Ощущения радужно-осторожные»

Народный артист РСФСР – об объединении Театра сатиры и Прогресс Сцены Армена Джигарханяна

«Готов выйти на сцену на Ломоносовском»

– **Труппа Театра сатиры единогласно избрала вас президентом. Необычная должность, согласитесь?**

– Я рад, что у нас получился приемлемый вариант этого дела. У нас же как: либо экс-худрук в изгнании, либо его выносят из театра вперёд ногами, а в это время мимо гроба проходит новый худрук. Президент театра – это безумная придумка, но интересная. С таким успехом я мог бы стать президентом подземного перехода.

А если серьезно: 52 года я в Театре сатиры. Вообще же в этом производстве 66 лет. Это много. Просто так хлопать дверью – зачем? Обижаться не на что, тут все родные мне люди. Нас упрекают в том, что у нас богадельня. Да, богадельня. Но театр у нас хороший. Поэтому бережное отношение к его артистам необходимо.

– **Теперь актёра Ширвиндта снова можно увидеть на сцене?**

– Да, с приходом Газарова возобновили спектакль «Где мы?!...», который не играли год. Я вынужден был вспомнить, что я артист. «Где мы?!...» – это фантазмагория Родиона Овчинникова. Действие происходит в сумасшедшем доме. Встречаются несколько особей сегодняшнего разлива. Оголтелый телеведущий – нечто среднее между Малаховым, Нагиевым, Олешко. Кстати, сам Александр Олешко, мой ученик, его и исполняет. Он сходит с ума от того, что происходит вокруг. В отдельном отсеке живёт мой герой – столетний человек, которого некуда деть, ибо раньше на месте психушки был Дом ветеранов сцены. Старик не хочет выезжать, выгнать на улицу его

– **«Слияние двух театров – беспрецедентное событие для театрального мира Москвы. До этого театры не объединялись таким образом: с общей труппой и разработкой единых художественных планов», – считает знаменитый актёр и режиссёр.**

непорядочно, хоронить рано. А что касается всего остального: моя функция теперь в театре – помогать, советовать, острожничать. Понадобится моя старческая мудрость, я бы сказал.

– **После реконструкции Прогресс Сцены Армена Джигарханяна вы готовы играть в театре на Ломоносовском?**

– Если позовут – конечно. ОЛЬГА ШАБЛИНСКАЯ

ФОТОФАКТ



ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

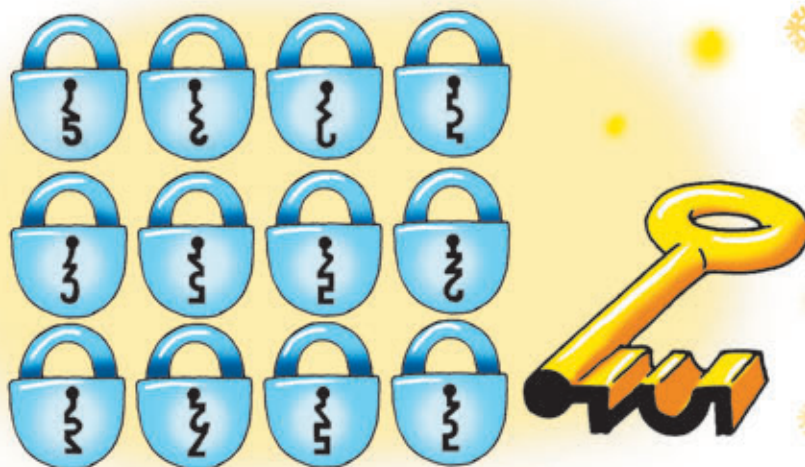
В Конькове на ул. Академика Волгина, д. 6, прошёл конкурс снежных скульптур. Одной из лучших признана работа студентки филолога Института им. Пушкина Нетчанок Иннупат из Таиланда. Её снеговик пропагандирует ношение защитных масок.

Дорогие читатели! Наша страничка поможет отвлечь детей от гаджетов. А чтобы было интереснее, решайте головоломки вместе с ребятами! И обязательно расскажите нам, понравились ли ребусы вашим детям и что ещё вы хотели бы увидеть на этой странице.

Наши контакты: uzao_readers@aif.ru,
8 (495) 646-57-57.

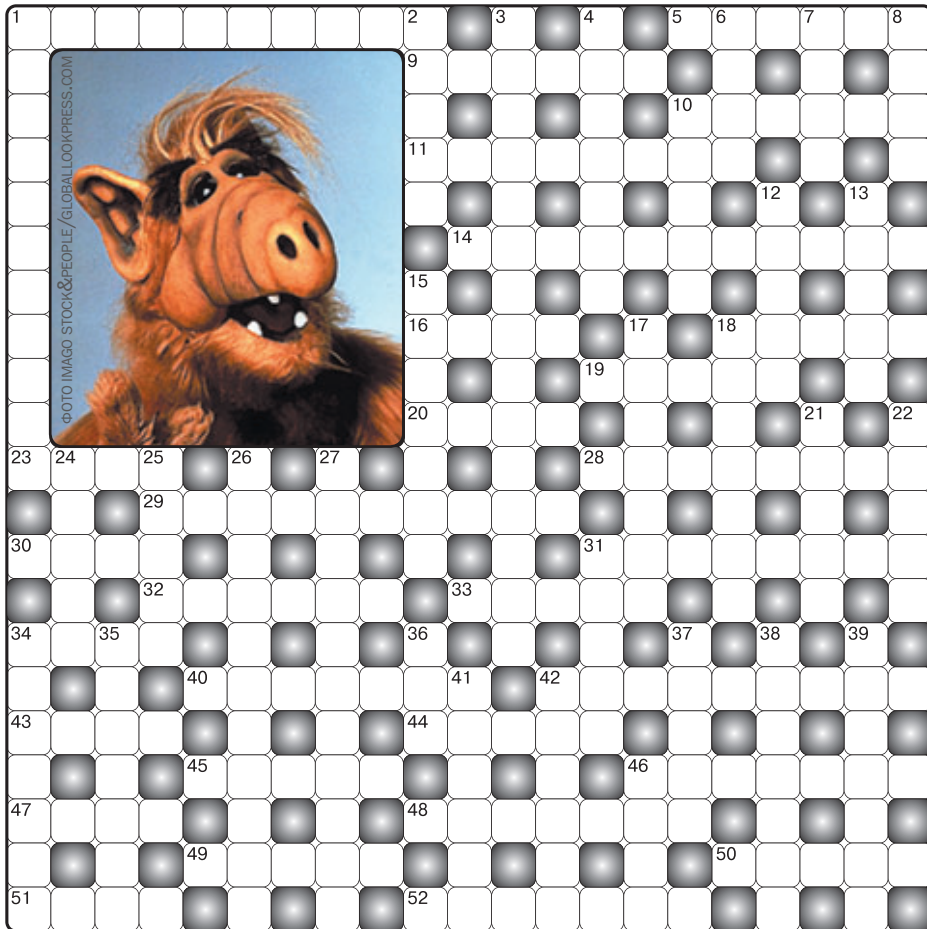
Помогите маме-тигрице вывести заблудившихся тигрят из лабиринта.

Определите, к какой замочной скважине подходит ключ.



Дорисуйте вторую половину снежинки.





ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Маньяк – что касается работы. 5. Кто из патриархов Голливуда стал героем «долларовой трилогии» от Серджо Леоне? 9. Работа для Интерпола. 10. Какой плод кольцами консервируют? 11. Убийца собаки Баскервиль. 14. Словарь для интуриста. 16. Ручной охладитель. 18. Хищник, чьи детёныши рождаются уже с зубами. 19. Страна с речными дельфинами. 20. Инопланетянин из ситкома. 23. Птица вместо капусты. 28. Лидер черепашек-ниндзя. 29. Кого из обэриутов Даниил Хармс в своих дневниках называл дубиной чаще других? 30. Мясо «без примесей». 31. Основной компонент «Ключ-4» из романа «Утраченный символ» Дэна Брауна. 32. Кто ввёл термин «психодиагностика»? 33. Сборник учебнику по географии. 34. Военный вездеход. 40. «Отец вакцинации». 42. Какое средство передвижения фигурирует в названии продолжения повести «Трое в лодке, не считая собаки»? 43. Какой музыкальный коллектив совместно с группой «Фабрика» выпустил клип песни про Крымский мост? 44. Нутро автомобиля. 45. В каком городе построили первый в России стационарный цирк? 46. Какое сладкое лакомство, если вполне доверять подсчётам учёной братии, через 20 лет из-за вырубки тропических лесов по цене будет вполне сопоставимо с чёрной икрой? 47. Листья из немецкой колоды. 48. Порода Фальстафа, чьих зубов все боялись в доме князя из повести «Неточка Незванова» Фёдора Достоевского. 49. Особо пафосное сражение. 50. Занятная. 51. «Внедорожный ВАЗ». 52. «Горло сдавило, и весь я в огне, словно по сердцу идёт...»

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что собой представляет «пороссячья латынь» у англичан? 2. «Птичий маховик». 3. Строгие требования. 4. Вилы на сома. 6. Какого классика сыграла Жюльет Бинош в фильме «Дети века»? 7. Основа глентвейна. 8. Что прежде в телефонах крутилось? 10. Штат из мелодрамы «Мосты округа Мэдисон». 12. Место службы офицеров. 13. Жители Суоми. 15. Флот, чтобы летать. 17. «Пламя любопытства». 18. «Пропеллер» с руками и ногами. 21. «... сожгли родную хату». 22. Куда свозят откормленных бычков? 24. «Клубная столица» Средиземного моря. 25. Танец в стиле бути-дэнс. 26. «Особо торжественный случай» на конкурсе. 27. На ком верхом сидит девочка – героиня питерского памятника «Первый всадник»? 31. Французское лицо коммисара Мегрэ. 34. Цветок «в чалме». 35. Какого русского писателя Александр Солженицын выдвигал на Нобелевскую премию? 36. «Крылат он или мелкий ... хромой». 37. «Через ... не здороваются». 38. «Где гнев, там и ...». 39. Лучшая птица, чтобы избавиться от личинок колорадского жука. 41. «Цветная арка» на небе. 42. Иномарка «скандинавских кровей». 46. Французский десерт из желтков.

СУДОКУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из девяти блоков, отделённых жирными линиями, не было двух одинаковых цифр. Желаем удачи!

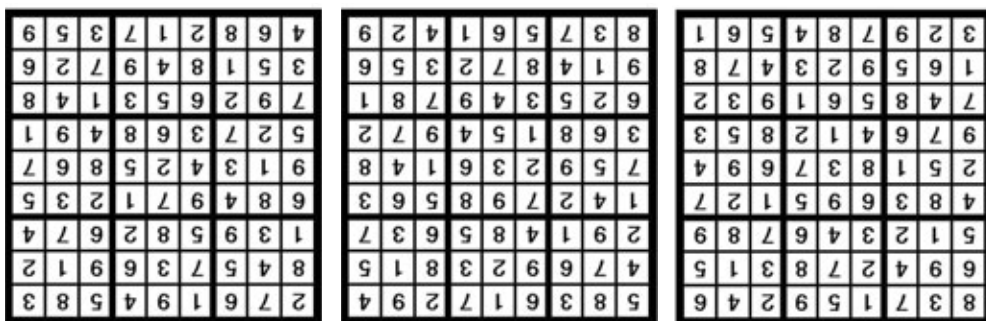
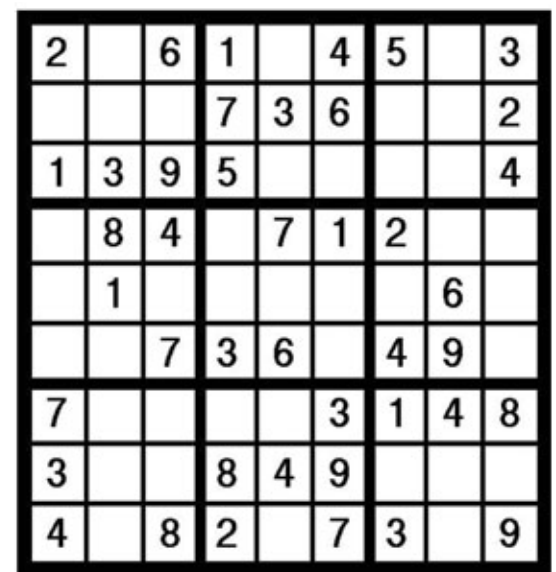
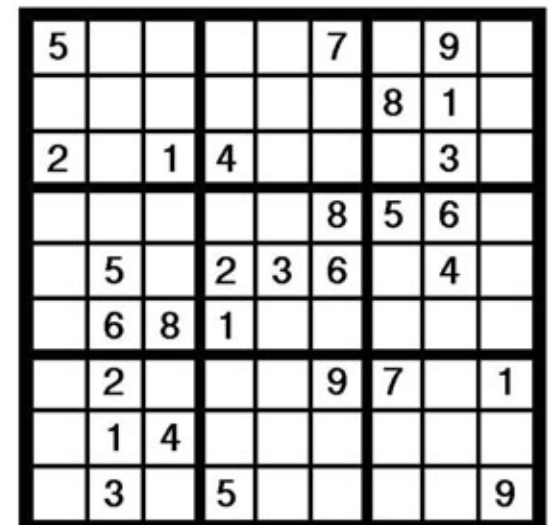
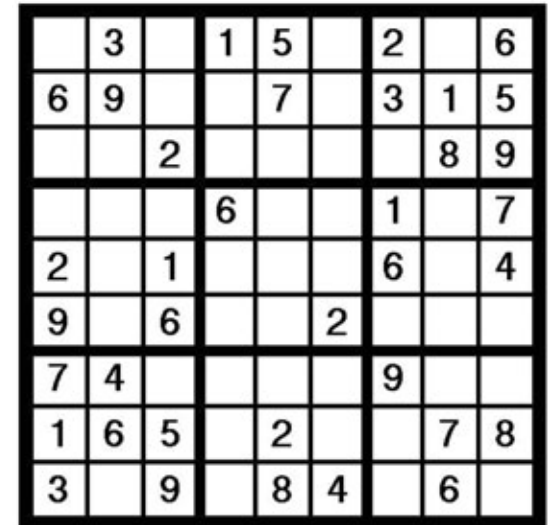
– Ира, не танцуй!
– Почему?
– Ну не танцуй, и всё!
– Ну почему, песня ведь классная?!
– Ира, держи руль!

В терминалах электронной очереди появилась кнопка «Мне только спросить».

Когда изба не горит, а конь спокойно стоит в конюшне, русской женщине становится немного не по себе.

– Ты когда-нибудь говорил девушке, что о ней думаешь?
– Да. Хочешь, шрам покажу?

Вчера была ограблена художественная школа. Через полчаса полиция получила не только фоторобот, но и рисованный мультфильм про грабителя!



46. Шодро.
38. Мистость. 39. Цесарка. 41. Радуга. 42. «Волыво». 43. Тополь. 44. Наполеон. 45. Набоков. 46. Бес. 47. Порог. 48. Тавр. 49. Награждение. 50. Тиранозавр. 51. Га. 52. Тавр. 53. Гимназия. 54. Бойня. 55. Ибис. 56. Терес. 57. Лимон. 58. Ария. 59. Филе. 60. Ин. 61. Вязка. 62. Ария. 63. Острога. 64. Санд. 65. Дик. 66. Вязка. 67. Тарбаган. 68. Криво. 69. Лароход. 70. Лароход. 71. Лароход. 72. Лароход. 73. Лароход. 74. Лароход. 75. Лароход. 76. Лароход. 77. Лароход. 78. Лароход. 79. Лароход. 80. Лароход. 81. Лароход. 82. Лароход. 83. Лароход. 84. Лароход. 85. Лароход. 86. Лароход. 87. Лароход. 88. Лароход. 89. Лароход. 90. Лароход. 91. Лароход. 92. Лароход. 93. Лароход. 94. Лароход. 95. Лароход. 96. Лароход. 97. Лароход. 98. Лароход. 99. Лароход.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ
И ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

Пишите: uzao_readers@aif.ru
Звоните: +7 (495) 646-57-57

**ЗА КАЛУЖСКОЙ
ЗАСТАВОЙ** №1 (429)

Газета Юго-Западного
административного
округа Москвы

Главный редактор Д. А. Буравчикова
Учредитель: Префектура ЮЗАО г. Москвы
Издатель: АО «Аргументы и факты»

Генеральный директор
АО «Аргументы и факты» Р. Ю. НОВИКОВ
Главный редактор «АиФ» И. А. ЧЕРНЯК

Газета зарегистрирована в Управлении
Федеральной службы по надзору за соблю-
дением законодательства в сфере массовых
коммуникаций и охраны культурного
наследия по ЦФО. Свидетельство № А-0996
от 10 января 1997 года.

Адрес редакции и издателя:
101000, г. Москва, ул. Мясницкая, д. 52
Телефон +7 (495) 646-57-57
E-mail: uzao_readers@aif.ru

Распространяется бесплатно
на территории ЮЗАО г. Москвы

Дата подписания номера: 04.02.2022
Время подписания в печать:
по графику – 19.00, фактическое – 19.00

Отпечатано:
ООО «Типография «КомПресс-Москва»
141407, г. Химки, Нагорное ш., д. 2,
корп. 9, пом. А

Заказ № 493

Тираж 407 400 экз.

По вопросам доставки звоните
по тел. +7 (495) 646-57-57
E-mail: uzao_readers@aif.ru

По вопросам размещения рекламы
обращайтесь в ООО «Русалка-медиа»:
+7 (495) 933-35-72, +7 (916) 668-14-20

12+