



### ФАКТОРЫ РИСКА

Главный эндокринолог района даёт советы

Стр. 5



### ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

Наш корреспондент побывал там, где живут куклы

Стр. 7



### ВЧЕРА И СЕГОДНЯ

Продолжаем конкурс, посвященный столетию района

Стр. 8

# Московская Застава



№5 (803)  
2019 г.

Выходит  
с 1989 года

Ваша районная газета



## ДЛЯ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ



С 10 по 13 апреля в Ленэкспо, в павильоне 7 пройдет международный форум «Старшее поколение» – 2019.

В программе – специализированные экспозиции «Уход и реабилитация», «Доступная среда», «Дом пожилого человека», «Забота, помощь, милосердие», «Всё для здоровья».

По традиции пройдет фестиваль «Весеннее настроение». А это конкурс «Танцуй, пока молодой», городской интеллектуальный турнир «Что? Где? Когда?» среди граждан старшего возраста, региональные этапы конкурса вокально-хоровых коллективов и чемпионата по компьютерной грамотности среди граждан старшего возраста, турнир по шахматам, выступления творческих коллективов, мастер-классы по декоративно-прикладному искусству, советы садоводам.

В программе форума примет участие Московский район.

О том, как организована социальная помощь пожилым жителям Московского района, какие занятия предлагает Комплексный центр социального обслуживания населения, читайте на

стр. 4

### • ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

## БЕРЕГИТЕ САМОЕ ЦЕННОЕ

7 апреля отмечается Всемирный день здоровья.

Здоровье – это та ценность, от которой зависит всё: физическое и моральное состояние, работоспособность, возможность просто радоваться жизни. Для заострения внимания на проблемах здоровья и был создан праздник День здоровья.

Каждый год в Санкт-Петербурге проходит диспансеризация взрослого населения определенных возрастных групп. Для каждого возраста она предусмотрена раз в три года.

В 2019 году это люди, родившиеся в 1920, 1923, 1926, 1929, 1932, 1935, 1938, 1941, 1944, 1947, 1950, 1953, 1956, 1959, 1962, 1965, 1968, 1971, 1974, 1977, 1980, 1983, 1986, 1989, 1992, 1995, 1998 годах.

Диспансеризация проходит в районных поликлиниках. Для того, чтобы сдать анализы и пройти обследования в ходе диспансеризации, не нужно ждать, когда появятся жалобы. Главная задача такого медосмотра – как раз выявить признаки заболеваний и других отклонений, о которых человек, возможно, и не знает.

### АЛЕКСАНДР БЕГЛОВ:

«Пирожковая работает здесь с 1956 года.

Конечно, закрывать её нельзя, это бренд города. Но нужно учитывать и интересы жителей дома».



Читайте стр. 3

### • 27 МАРТА – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ТЕАТРА

## НА СЦЕНЕ – ПРОФЕССИОНАЛЫ И ЛЮБИТЕЛИ

Перспективы развития профессиональных и любительских театров в Московском районе обсудили на выездном заседании коллегии администрации.



Заседание коллегии администрации состоялось в преддверии Дня театра (а в этом году двойной праздник – День театра отмечается в Год театра) и началось с посещения объектов культуры. Члены коллегии побывали в православном драматическом театре «Странник», который расположен на Цветочной улице, на территории завода АТИ. Завод поддерживает деятельность театра. Затем познакомились с театром «Под самой крышей» культурно-досугового центра «Московский». В помещении театра и прошло заседание.

Об истории и перспективах развития Кукольного театра сказки, который с 1986 года располагается в здании на Московском проспекте, членам коллегии рассказала заместитель директора театра Нина Урванцева. Детский музыкальный театр «Кантабиле» представила заместитель директора Дворца детского (юношеского) творчества Инна Капранова. Это самый многочисленный любительский коллектив района, в нем 18 детских групп разного возраста. Она также рассказала о достижениях драматического театра-студии «Дуэт», в которой занимаются около 200 юных артистов. В учреждениях молодежной политики работают 17 театральных коллективов. Об этом рассказал заместитель директора Дома молодежи «Пулковец» Дмитрий Шестаков. В общей сложности в их составе около 450 ребят. Среди самых известных – молодежный театр «Эксперимент».

Подводя итоги обсуждения, заместитель главы администрации Московского района Никита Александров отметил: «У нас работают очень интересные как профессиональные, так и любительские театральные коллективы. Важно их популяризировать и привлекать к организации районных мероприятий». Ближайшим проектом с участием театральных коллективов может стать Библионочь-2019, которая пройдет 20 апреля в библиотеках района. Акция посвящена Году театра в России.

## ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

## • КОРОТКО

КАК РАЗВИВАТЬСЯ РАЙОНУ,  
ПОДСКАЖЕТ ЭКСПЕРТНЫЙ СОВЕТ

**В Московском районе будет создан экспертный совет по стратегическому развитию района. Об этом глава администрации Владимир Ушаков сообщил на заседании районного Общественного совета.**

Проект положения об экспертно-консультативном совете по вопросам социально-экономического развития района опубликован на сайте администрации. Обсуждаются и кандидатуры для работы в этом совете.

«Мы ждем от экспертного совета предложений и рекомендаций по развитию промышленного потенциала и инфраструктуры района, повышению качества городской среды и инновационному развитию», – подчеркнул Владимир Ушаков.

Глава района предложил членам Общественного совета включиться в работу по формированию совета и разработку стратегии развития района. Предполагается, что экспертно-консультативный совет будет создан в ближайшее время. Он будет рассматривать проектные инициативы и выработать собственные предложения, которые будут носить рекомендательный характер и использоваться администрацией района при подготовке программ развития территории.

НОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ ПЛОЩАДКИ –  
ДЛЯ НОВЫХ УСПЕХОВ

**В этом году в Московском районе будут реконструированы три уличные площадки для игровых видов спорта и открыт многофункциональный спортивный комплекс. О развитии физкультуры и спорта шла речь на расширенном заседании аппарата администрации района.**

По итогам прошлого года Московский район по-прежнему в числе лидеров по спортивной работе. Особое внимание уделяется массовым общедоступным спортивным мероприятиям и занятиям по месту жительства, которые проводят 27 инструкторов спортивного центра «Физкультура и здоровье». Они проводят занятия как в спортивных залах, так и на улице.

В прошлом году были отремонтированы и оснащены оборудованием две внутридворовые площадки центра: на улице Пилотов, 20 и улице Решетникова, 17.

В 2019 году реконструкция будет проведена на площадках по адресам: Яковлевский пер., 6, Заозерная ул., 3, Московский пр., 184. Площадки предназначены для игровых видов спорта с полями для мини-футбола, ба-

скетбольными и волейбольными площадками.

К 100-летию района откроется современный спортивный комплекс в Авиагородке, реконструкция которого началась в прошлом году. Он будет включать полноразмерное футбольное поле с искусственным покрытием, беговые дорожки, хоккейную коробку, баскетбольную и волейбольную площадки. Появится модульное здание с раздевалками. Новое искусственное покрытие будет положено на стадионе «Московский».

Администрации муниципальных образований в прошлом году оборудовали 22 спортивные площадки, в основном, тренажерные. В этом году еще девять спортивных площадок будут открыты во дворах. Всего на сегодня в районе 110 тренажерных площадок.



## ЖДЁМ АВТОБУСА И ЧИТАЕМ СТИХИ

**Во Всемирный день поэзии появились стихи на 20 остановках общественного транспорта. Три из них – в Московском районе.**

Тексты «вмонтированы» дизайнерами в основное оформление павильонов ожидания городского пассажирского транспорта. В апреле будут размещены еще 30 поэтических произведений.

В Московском районе стихи украсили остановки на Московском пр., 139 у станции метрополитена

«Электросила», на Московском пр., 188 у станции метрополитена «Парк Победы» и Московском пр., 107 у станции метрополитена «Московские ворота».

Проект реализуется фондом «Поэзия улиц» при поддержке Комитета по печати и взаимодействию со средствами массовой информации.

По материалам [www.mr-news.ru](http://www.mr-news.ru)

## • ТВОЙ БЮДЖЕТ

## КОМУ ВЫДЕЛЯТ ДЕНЬГИ

**Проект «Твой бюджет-2019» вступил в новый этап. В районах-участниках прошли жеребьевки по выбору членов бюджетных комиссий и первые заседания бюджетных комиссий.**

В Московском районе с помощью жребия выбраны члены бюджетной комиссии. Из 127 зарегистрировавшихся участников были выбраны 20 членов бюджетной комиссии и 20 членов резерва, которые смогут войти в комиссию, если основной участник по каким-то причинам покинет проект. В бюджетную комиссию вошли 13 женщин и 7 мужчин. Средний возраст участников проекта – 44 года, в составе бюджетной комиссии – 5 человек из возрастной категории 50+.

С марта по июнь бюджетные комиссии будут заниматься проработкой инициатив на заседаниях и лекциях. В апреле они отправят инициативы на экспертизу в профильные органы власти. А в конце июня выберут победителей проекта «Твой бюджет-2019» – те инициативы, которые получат финансирование и будут реализованы.

Первое заседание бюджетной комиссии в Московском районе состоялось в Библиотеке роста и карьеры.

На заседании члены комиссии и резерва познакомились друг с другом и обсудили инициативы. Участники активно делились идеями, давали советы по улучшению инициатив друг друга.

Большинство инициатив, выдвинутых в рамках проекта, касаются благоустройства придомовых территорий, скверов и парков. На втором месте – инициативы, связанные с досугом и образованием. Два члена бюджетной комиссии выступают за создание пневматического тира в модульном здании, еще двое – за бесплатные экскурсии по Московскому райо-

ну, Петербургу и Ленинградской области.

Также члены бюджетной комиссии будут работать над предложениями установки урн с одноразовыми пакетами для уборки за животными, сокращения численности бездомных кошек путем стерилизации, по организации станции книговозврата, реконструкции пирса в Парке Победы и устройства зеленой автомобильной парковки.

Все заседания и лекции проекта «Твой бюджет» открыты – посе-

щать мероприятия могут все желающие, вся актуальная информация, расписания и медиа-материалы можно найти на официальном сайте проекта <https://tvoybudget.spb.ru/> и в группе проекта Вконтакте <https://vk.com/tvbspb>.

\*\*\*

«Твой бюджет» – проект по вовлечению жителей Санкт-Петербурга в бюджетный процесс посредством использования практик инициативного бюджетирования. Это возможность для жителей города выдвинуть свои инициативы по развитию городской среды, повысить свою бюджетную грамотность, повлиять на эффективность расходования бюджетных средств.

ПРОЕКТ:  
В МИКРОРАЙОНЕ ЦВЕТОЧНОГО ПИТОМНИКА -  
ДЕТСКИЕ ГОРОДКИ И СИРЕНЬ

Одна из инициатив – организация многофункционального пространства на территории площадью около 8 тысяч кв.км в границах домов 91-95-97 по Пулковскому шоссе – в микрорайоне «Цветочный питомник». Иоланта Пузырькова предлагает создать здесь пространство, включающее в себя игровые зоны для детей разного возраста, спортивные зоны для детей и взрослых, зоны отдыха, посадить сирень и липы.

## • ЖКХ

ПОГОДУ В ДОМЕ  
РЕГУЛИРУЕТ АВТОМАТИКА

**Специальные приборы следят за режимом отопления в 14 домах Московского района.**

Система контроля теплового режима оснащена несколькими датчиками. Датчик наружного воздуха непрерывно измеряет температуру воздуха на улице. Еще два датчика, установленные на подающем и обратном трубопроводе, фиксируют температуру теплосети. За соотношением температур следит программируемый контроллер. Он при помощи клапана регулирует скорость потока горячей воды. Таким образом батареи в квартирах нагреваются до нужной температуры.

Приборы помогают оперативно реагировать на погодные условия и сокращать расходы на тепловую энергию. Регулируются они исключительно с помощью автоматики без вмешательства слесарей-сантехников. В случае каких-то внештатных ситуаций система оповещает об этом сотрудников управляющей компании.

В Московском районе оборудование домов погодными датчиками проводится с 2017 года. За это время система контроля теплового режима автоматизирована по адресам: Яковлевский пер., 3; Московский пр., д. 173, 194 и 208; Варшавская ул., 29 к.1 и 63 к.1; Краснопутиловская ул., 76 к.2; Ленинский пр., 158; Новоизмайловский пр., 44 к.1, к.2; 5-й Предпортовый пр., 8 к.1, 10 к.1, 12 к.1; ул. Фрунзе, 5.

Система погодного регулирования позволяет экономить ресурсы и сокращать платежи за отопление.

НАГРАДЫ –  
ЛУЧШИМ СПЕЦИАЛИСТАМ

**В администрации Московского района состоялось торжественное награждение работников отрасли, посвященное празднику.**

Были приглашены работники жилищно-коммунальной сферы Московского района. Глава администрации Владимир Ушаков поздравил собравших с праздником и отметил, что от качества их работы зависит благополучие и настроение жителей. «Мы сегодня награждаем лучших, настоящих профессионалов. Именно на таких людях держится система ЖКХ», – сказал глава района.

Благодарственные письма администрации Московского района за добросовестный труд и высокий профессиональный уровень были вручены сотрудникам управляющих компаний и Жилищного агентства Московского района.

День работников ЖКХ (официальное название праздника – День работников бытового обслуживания населения и жилищно-коммунального хозяйства) отмечается в третье воскресенье марта

\*\*\*

Всего Московском районе 1289 многоквартирных домов. Более 900 из них обслуживают Жилкомсервисы. Более 200 на обслуживании товариществ собственников жилья, жилищно-строительных и жилищных кооперативов. Всего в Жилкомсервисах № 1, 2 и 3 Московского района работает 977 сотрудников.

## РАЙОН, В КОТОРОМ МЫ ЖИВЁМ



### • АКТУАЛЬНО



## ПИРОЖКОВАЯ БУДЕТ ЖИТЬ

**Врио губернатора Санкт-Петербурга Александр Беглов помог спасти пирожковую на Московском проспекте.**

Чуть более двух недель назад в редакцию пришло письмо от «неравнодушного жителя», как он себя назвал, Сергея Долидзе: «Нашу знаменитую пирожковую у Парка Победы (Московский пр., д. 192-194) хотя бы закрыть. Пожалуйста, помогите защитить нашу любимую пирожковую», - писал автор.

Наша редакция рассказывала об этой пирожковой недавно – в конце года и, честно говоря, мы не думали возвращаться к этой теме так быстро. Но, что называется, «письмо позвало в дорогу», и наш корреспондент пообщался со всеми заинтересованными сторонами.

Выяснилось, что в Арбитражный суд Санкт-Петербурга и Ленинградской области было подано заявление ООО «Жилкомсервис № 2» Московского района к ООО «Хозяюшка» (та самая пирожковая) с тем, чтобы «Хозяюшка» демонтировала вентиляционное оборудование и пристройку, примыкающую к помещению, которые, к слову сказать, никогда не были оформлены в соответствии с действующим законодательством. Однако, по сути, демонтаж должен был привести к закрытию пирожковой, ведь пирожки пекутся в самом

помещении, а оборудование не сможет работать без вентиляции.

Пирожковая эта уникальная. Она олицетворяет памятную многим атмосферу советского времени. Пирожковая осталась одна такая в городе и существует уже более 60-ти лет. Ей удалось пережить тя-



желейшие 90-е, не изменив своему стилю, и ежедневно её посещают около тысячи человек.

Можно смело сказать, что это заведение стало одной из культурных традиций нашего города, которые выражаются не только в домах, памятниках архитектуры, стадионах и концертных залах, но и в учреждениях общественного питания, любимых горожанами.

На защиту пирожковой встали многие. За несколько дней были собраны более 7000 подписей под письмом, которое было направлено врио губернатора Санкт-Петербурга.

Наш корреспондент тем временем отправился 14 марта на

заседание Арбитражного суда. Суд был перенесен на 25 апреля, а судья обратился к участникам с предложением заключить мировое соглашение.

Впрочем, городские власти оперативно отреагировали на эту ситуацию. Врио губернатора Александр Беглов через социальную сеть В Контакте сообщил, что Смольный не рассматривает вопрос о закрытии пирожковой. А 28 марта приехал в пирожковую, чтобы встретиться с директором Валерией Романовой. Во встрече приняли участие глава Московского района Владимир Ушаков и депутат Государственной Думы Сергей Боярский.

Валерия Николаевна угостила гостей фирменными пирожками. После этого состоялось подписание мирового соглашения, под которым свои подписи поставили Валерия Романова и директор ЖКС №2 Александр Смольняков. Соглашение предоставляет заведению год на устранение имеющихся недостатков.

Прощаясь, Александр Беглов поблагодарил персонал заведения за качественную выпечку и вежливость.

Так что пирожковая будет жить и продолжать радовать нас своими замечательными пирожками, бочковым кофе и низкими ценами.

### • ОБРАЗОВАНИЕ

## СТАРТ В БУДУЩЕЕ

**ПЕРВЫЕ ИТОГИ ШКОЛЬНОЙ ИННОВАЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ ОЦЕНИЛ ГЛАВА РАЙОНА**

**Во время объезда глава администрации Московского района Владимир Ушаков побывал в школе № 544 с углубленным изучением английского языка. В этом учебном году школа реализует инновационную образовательную программу по формированию предпринимательской культуры у школьников «Старт в будущее».**

Педагогический коллектив стал победителем городского конкурса инновационных программ и получил грант 2 млн. рублей на реализацию проекта. Проект нацелен на помощь школьникам в профессиональном самоопределении.

Владимир Ушаков познакомился с работой четырех учебных площадок: «Школа деловых наук», «Техношкола», «Школа талантов», «Экошкола». На каждой из них у ребят формируют различные компетенции и навыки, которые позволят правильно выбрать профессию и помогут школьникам в личностном росте. Глава района также побывал на уроке делового английского, курс которого дополнительно осваивает каждый участник программы.

Итогом обучения ребят станет защита и реализация собственного или группового проекта по самостоятельно выбранной теме.

Оценивая первые итоги проекта, Владимир Ушаков подчеркнул: «Программа позволяет ребятам научиться принимать нестандартные решения, креативно мыслить, работать в команде. Не сомневаюсь, что все это поможет им в жизни».

Для реализации программы школа работает над созданием необходимой образовательной среды. В рамках гранта приобретено оборудование для лингафонного кабинета и небольшого конференц-зала, система электронного голосования, мини-экспресс лаборатория «Пчелка-У».



### • БЕЗОПАСНОСТЬ

## СОБЛЮДАТЬ ПОЛОЖЕНО ПРАВИЛА ДОРОЖНЫЕ



**В феврале-марте в интерактивном учебном центре «Автоград» ДД(ю)Т Московского района прошло несколько интерактивных игр «Соблюдать положено правила дорожные» для учащихся 5-6-х классов школ Московского района.**

В канун весенних каникул игры проводились для профилактики детского дорожно-транспортного травматизма среди подростков.

Во время интерактивной игры викторины школьники, отвечая на вопросы викторины, выполняли различные увлекательные теоретические и практические задания, демонстрируя свои знания правил

дорожного движения и историю их возникновения, проявляли смекалку в решении трудных задач и творческие способности. Отличные навыки показали ребята в техническом обслуживании и ремонте велосипеда. Важно, что школьники умеют оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим.



## СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ

## ДЛЯ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

**Качество жизни не менее значимо, чем ее большая продолжительность. Поддерживать его на уровне пожилым жителям Московского района помогает Комплексный центр социального обслуживания населения.**

Для этого для одиноких пожилых людей, имеющих ограниченные возможности, в центре созданы 23 отделения социального обслуживания на дому. Они предоставляют социальные услуги 2,5 тысячам жителей района. Купить и доставить продукты, сдать вещи в химчистку, вызвать врача, оплатить коммунальные услуги, помочь в приготовлении еды или проведении гигиенических процедур – эти и другие услуги оказывают социальные работники и медицинские сестры. Людям, не способным выйти из дома, могут научить работе на персональном компьютере. Если требуется психологическая помощь, придет квалифицированный психолог, юридическая – юрист. В случае необходимости Центр оказывает и парикмахерские услуги.

В прошлом году открылась **служба сиделок**, обеспечивающая уход по медицинским показаниям. В феврале начала работать **школа «Забота о близких»**, в которой обучают технике и приемам общего ухода на дому за пожилыми людьми и инвалидами.

В Центре работает **отделение дневного пребывания**. Здесь предоставляется двухразовое горячее питание, организованы досуг, обучение компьютерной грамотности. Посетители отделения могут съездить на экскурсии, посетить театры и концертные залы, совершить познавательные прогулки по району, заняться физкультурой и декоративно-прикладным творчеством.

В **отделении временного проживания** пожилым людям предоставляется четырехразовое горячее питание, услуги психологов, организованы занятия физкультурой, разнообразный творческий досуг. Условия приближены к домашним, организован режим дня, способствующий эффективному чередованию различных видов деятельности.

Заряд бодрости, хорошее настроение, укрепление здоровья, живое общение – все это гарантировано в **социально-досуговых и социально-реабилитационных отделениях**.

Свыше 90 кружков творческой и интеллектуальной направленности работают на четырех площадках центра, которые помогают жить полной жизнью, заниматься чем-то интересным, найти для себя хобби. Здесь можно раскрыть свои таланты в художественном творчестве, прикладном искусстве, научиться работать на персональном компьютере, заняться изучением иностранного языка, танцевальной или вокальной деятельностью. В Санкт-Петербурге хорошо знают творческие коллективы центра, которые неоднократно становились лауреатами и победителями конкурсов и фестивалей. Это клуб «Танец молодости нашей», хоровой коллектив «Гармония», танцевальная студия «Ностальжи», танцевальные ансамбли «Восточная сказка» и «Грация», хоровые ансамбли «Вдохновение», «Лирика» и другие.

В прошлом году по инициативе центра был реализован проект «Театр – всем!», в котором приняли участие 340 человек из 14 учреждений района, а в нынешнем году открытый фестиваль «Гармошечка», организованный совместно с КДЦ «Московский». Проекты объединили несколько поколений жителей района.

Замечательная традиция Центра – объединять пожилых людей по интересам, организовывать их личное время с пользой и позитивом. В центре работает современная площадка социально-досугового отделения №2, которая очень быстро завоевала симпатии пенсионеров и получила название «Клуб 60+». Клуб сегодня объединяет свыше 800 человек. Здесь можно научиться компьютерным технологиям, скандинавской ходьбе, игре в бильярд и шахматы, искусству театральной игры и игре на музыкальных инструментах. Клуб модниц «Лада» проводит дефиле. Театральная студия «Старики-разбойники» делает яркие постановки. Любители иностранных языков осваивают курс английского и испанского, а почитатели отдыха в дальних странах – «Конструктор путешествий». Открыт литературно-

поэтический салон «Стихий». Мечтающие о музицировании посещают студию «Живой звук» и учатся игре на музыкальных инструментах. Одной из социально значимых инициатив клуба стало создание «Экопатруля», добровольческого объединения.

Набирает популярность у старшего поколения помощь профессиональных психологов в разрешении жизненных ситуаций, решении проблем памяти, мышления и сохранения позитивного состояния души. В **отделении экстренной психологической помощи** запущено множество проектов, таких как тренинги познавательных процессов, психологический курс «От стресса – к счастью», арт-терапевтический тренинг, «Смехотерапия», релакс-группа «Безмятежность» и многие другие.

Не менее востребованы занятия адаптивной физической культурой в тренажерных залах и на улице в **социально-реабилитационных отделениях** центра. Большой популярностью пользуются скандинавская ходьба и «Веселые старты». Внедрены оздоровительные методики поддержания физической активности, такие как «Базопилатес», «Физическая реабилитация», «Кик-аэробика», «Искусство слушать себя», включающая в себя четыре методики: «Гибкий позвоночник», «Гимнастика долголетия», «Дыхательная гимнастика», «Образовательная кинезиология».

В **социально-реабилитационном отделении №1** можно пройти по направлению лечащего врача курс массажа. Здесь же помимо оздоровительных мероприятий организована посильная трудовая деятельность, занятия различными ремеслами и декоративно-прикладным творчеством.

В центре, по договору, в помещении поликлиники №75 работает **гериастрическое социально-реабилитационное отделение** с дневным пребыванием граждан пожилого возраста, способных к самообслуживанию. В отделении можно получить лечебно-оздоровительные услуги. Здесь также можно отдохнуть, научиться изобразительному искусству по арт-терапевтическим методикам и получить двухразовое горячее питание в течение 15 рабочих дней.

**Служба проката средств реабилитации** – еще одно важное и востребованное жителями района подразделение центра, которое организует бесплатно выдачу во временное пользование, на период до шести месяцев, средств реабилитации: костыли различных конфигураций, трости, ходунки, кресла-коляски, трекинговые палки для скандинавской ходьбы.

Специалисты **отделения срочного социального обслуживания** обеспечивают тех, кто нуждается в незамедлительной помощи, продуктовыми наборами, одеждой, обувью и другими предметами первой необходимости. Отделение взаимодействует с благотворительными фондами, религиозными и другими организациями.

Социальные работники и специалисты центра всегда готовы прийти на помощь. В центр также приглашают всех, кто хочет жить интересно, активно развиваться, открывать в себе что-то новое, принося радость себе и окружающим.

**Ирина БАЙБОРОДИНА,**  
заведующая организационно-методическим отделением

## ПРИГЛАШАЕМ В КРУЖКИ И КЛУБЫ

- **Социально-досуговое отделение №1, Московский пр., д. 149Б, тел. 246-28-98**
  - Клуб любителей английского языка «Ве Нарру»
  - Курсы компьютерной грамотности (2 кружка)
  - «Картины из пластилина» – пластилинография
  - Клуб «Любителей музеев и путешествий»
  - «Квиллинг» – бумажная пластика
  - «Бисероплетение и художественная обработка кожи»
  - «Карельская роспись»
  - Рисуем плоской кистью
  - Дыхательная гимнастика
  - Клуб социального танца «Танец молодости нашей»
  - Танцевальная студия «Ностальжи»
  - Хоровой коллектив «Гармония»
  - Вокальный ансамбль «Энергия жизни»
  - Клуб «Не стареют душой ветераны»
  - Театр моды «Ретро»
  - Театрально-игровая мастерская «Лири»
- **Социально-досуговое отделение №2 Московское шоссе, д.16, корп. 1, тел. 626-82-52**
  - Курсы компьютерной грамотности (2 кружка + консультации)
  - Проект «Факультатив»:
    - Клуб любителей английского языка;
    - Английский для новичков;
    - Испанский для новичков
    - «Фотоколлаж»
    - «Конструктор путешествий»
    - «Искусство звучащего слова»
    - «Академия красоты»
    - «ЛАДА»
    - «Игры для ума»
    - Траектория (бильярд)
    - Кружок «По странам и континентам»
    - Литературно-поэтический салон «Стихий»
  - Групповые занятия по скандинавской ходьбе
  - Раскраски «Антистресс»
  - Техника живописи старых мастеров
  - Раскраски на планшете
  - «Чудеса своими руками» (декоративно-прикладное искусство)
  - «Бисерное рукоделие»
  - «Народное творчество»
  - Проект «Острова здоровья»:
    - групповые занятия по скандинавской ходьбе;
    - обучающий семинар по скандинавской ходьбе для новичков «Три шага»;
    - обучающий курс «ЗОЖ» (здоровый образ жизни);
    - гимнастика для глаз «Зоркий глаз»;
    - фитнес-направление «Зумбит» (танцы)
  - Театральная студия «Старики-разбойники»
  - Проект «Музыкальная шкатулка»:
    - «Живой звук» (обучение игре на музыкальных инструментах);
    - вокальная студия «Импульс»
  - Исторические уроки «Семейный портрет»
  - Проект «Кинопоказ»
- **Социально-досуговое отделение для граждан пожилого возраста, включающее службу предоставления социальных услуг инвалидам по зрению Московское шоссе, д.16, корп. 1, тел. 626-82-52**  
**ВНИМАНИЕ! уточните адрес площадки проведения кружка по телефону. В настоящее время в связи с ремонтом помещений адрес может быть временно изменен**
  - Кружок английского языка (2 кружка)
  - Кружок разговорного английского
  - Кружок немецкого языка
  - «Famous British & American Songs»
  - «Культура речи»
  - Компьютерный кружок «Оптимист» (2 кружка)
  - «Национальный колорит»
  - Изодетальность «Радужная филигрань»
  - Танцевальный кружок ансамбля «Восточная сказка»
  - Танцевальный кружок «Грация»
  - Музыкальный кружок «Аллегро»
  - Вокально-хоровой ансамбль «Вдохновение»
  - Хоровой кружок «Лирика»
  - Ансамбль «Родник» для пожилых людей инвалидов по зрению
  - Туристический кружок «Мир без границ»
  - «Литературная гостиная»
  - Кружок «Кройки и шитья»
  - Информационная гостиная «Мир трендов»
  - Кружок «Стежок»
  - Азбука рукоделия
  - Кружок «Золотая Соломка»
  - Этнокружок «Любава»
  - Кружок «Узор»
  - Кружок «Бисероплетение»
  - Клуб «Избранные знатоки»
  - Кружок «Умелые руки»
  - Занятия «Игромания»
  - Школа блогинга
  - Художественное чтение «Визит Музы»
  - Театральная мастерская «Экспромт»
  - Проект «Энергия света»
- **Социально-реабилитационное отделение № 1 Витебский пр., д. 59, корп. 1, лит.А, тел. 246-28-87**
  - Клуб любителей скандинавской ходьбы «Возраст здоровью не помеха»
  - Клуб любителей английского языка «JOY»
  - Кружок «Импульс»
  - «Рукодельница»
  - «Волшебный клубок»
  - «Дизайн шитья»
  - «Моделирование и конструирование»
  - «STR» (студия творческого развития)
  - «Арт-дизайн»
  - Изостудия «Серебряная нить»
  - Школа компьютерной грамотности
- **Социально-реабилитационное отделение № 2 Витебский пр., д. 59, корп. 1, лит.А, тел. 246-28-88**
  - Проведение занятий по адаптивной физической культуре по методикам:
    - «Базопилатес»
    - «Физическая реабилитация»
    - «Кик-аэробика» – ул. Авиационная, д.19
    - «Гимнастика мозга»
    - «Дыхательная гимнастика» – пр.Космонавтов, д.42, Витебский пр., д.59, к.1
    - «Гимнастика долголетия» – пр. Космонавтов, д.42
- **Социально-реабилитационное отделение (гериастрическое), ул. Кузнецовская, д. 9, тел. 246-28-49**
- **Отделение дневного пребывания, Московский пр., д. 149Б, тел. 246-28-91,92**
- **Отделение временного пребывания, Витебский пр., д. 59, корп. 1, лит.А, тел.246-28-83**
- **Отделения социального обслуживания на дому, ул. Ленсовета, д.4**
- **Служба сиделок, л. Ленсовета, д.4, тел.246-28-43**





# ОБ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ И ФАКТОРАХ РИСКА

**В нашем городе на учете с диагнозом «сахарный диабет» состоят более 140 тысяч пациентов. Но так же как и во всем мире, реальное число больных в полтора-два раза выше. А это значит, что примерно еще столько же горожан не знают, что у них есть диабет. Прибавьте к ним еще тех, кто находится в группе риска, и тех, кто с диагнозом «преддиабет» стоит в полушаге от этого грозного заболевания – и вы поймете, почему медики бьют тревогу и призывают граждан всерьез заняться своим здоровьем и если надо – поменять образ жизни.**

**Можно ли избежать диабета? Каким должен быть образ жизни пациента с диабетом? И что делать, чтобы уберечь себя от осложнений?**

**Советы нашим читателям дает главный эндокринолог Московского района Виктория СОМОВА.**



## КТО ВИНОВАТ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

**– Несмотря на то, что по числу заболевших сахарный диабет давно уже обрел характер эпидемии, многие наши сограждане эту проблему не воспринимают всерьез. Об этом же говорит и тот факт, что на 50 процентов выявленных приходится 50 процентов невыявленных – тех, кто не знает о своей болезни и не лечатся.**

– К сожалению, это так. Увеличение числа пациентов с диабетом появляется тогда, когда идет диспансеризация, либо самотеком с классическими жалобами на приеме у врача. Безусловно, такой диагноз, как ДИАБЕТ, для многих из них, становится очень неприятным событием, переворачивающим их обычную жизнь.

**– Кто виноват и что делать? Эти вопросы неизбежно возникают у тех, кому поставлен диагноз.**

– Сахарный диабет развивается, когда отрицательный метаболический фундамент уже трещит на основе генетической предрасположенной почвы. Поэтому люди, чьи близкие родственники больны сахарным диабетом, входят в группу риска. Они обязательно должны проходить диспансеризацию, чтобы выявлять заболевание на ранних этапах его развития, контролировать свой вес, избегать стрессов, воспалительных заболеваний (прививки).

Впрочем, сейчас, в век постоянного стресса, диабет возникает и у тех людей, у кого наследственной предрасположенности, казалось бы, и не было.

Но «виноваты» в этом не только стресс и наследственность, но и малоподвижный образ жизни, нездоровый характер питания.

Согласитесь, наши предки двигались гораздо больше, чем мы. Всё – от автомобиля до пульта дистанционного управления к телевизору – сокращают наши физические нагрузки до минимума.

Доступная выпечка, фастфуд, продукты быстрого приготовления позволяют получать огромное количество трансжиров и быстроусваиваемых углеводов. Неумеренное употребление меда может приводить к жировому гепатозу печени и стать причиной развития диабета, в простонародье называемым «диабет песчаника».

## ШКОЛА ДИАБЕТА

Без грамотности достичь хороших результатов в профилактике серьезных осложнений – задача нереальная. От ответственности и скрупулезности больного во многом зависит его состояние здоровья. В межрайонных диабетологических центрах всегда есть школы обучения пациентов.

Сейчас программа поддержки пациентов с сахарным диабетом на инсулинотерапии «Каждый день – это Ваш день», работает на базе поликлиники №48. Действие

программы осуществляется при партнерстве Российской Диабетической Ассоциации и Российской Ассоциации Эндокринологов. Запись на программу через бесплатный звонок на горячую линию **8 800 200-65-70**. Надо назвать свой город, район и Вас запишут в группу.

Для людей с компьютерной грамотностью открывается всё больше школ обучения:

<http://www.glukometr03.ru/>  
<https://shkoladiabeta.ru/>

**ЖАЖДА – НЕ ВСЁ**  
**– Виктория Михайловна, чем объясняется позднее обращение к врачу? Ведь классические симптомы диабета – жажда, сухость во рту, зуд, частое мочеиспускание, нарушение зрения – знает почти каждый пациент.**

– Всегда стараюсь объяснять, что осложнения сахарного диабета не болят. Да и сам диабет и его осложнения не всегда бывают в той классической формулировке, которую мы видим на стендах перед входом к эндокринологу.

Дебют заболевания часто скрашен другими событиями и внезапная жажда, сухость во рту и частое ночное мочеиспускание, незаживающая ранка или зуд будут оправданы этим событием, и потом забудутся. Через годы, когда при случайном анализе крови человек узнает о диабете, он напрягается и может вспомнить: «да, было 2-5 лет назад...». А кому-то и нечего вспоминать – не было у них этой картины. Кто-то придет уже от других специалистов, потому что есть осложнения, а диагноз еще не стоял... Обидно, если, не понимая причин жажды, люди начинают пить еще и сладкую газировку, – тут важно попасть к специалисту до трагических осложнений. Лучше вообще этой сладкой газировкой жажду не утолять, это неправильно! Пить надо ВОДУ!

Нужно быть внимательным к себе, обращать внимание не только на жажду, но и на беспричинную слабость, медленное заживление ран и порезов, онемение в ногах, даже частые переломы могут быть причиной длительной гипергликемии. При любых сомнениях провести анализ крови на глюкозу, обратиться к врачу. На ранней стадии заболевания (при диабете 2 типа) и при наличии силы воли по соблюдению здорового образа жизни, контролю в соблюдении пищевого поведения, приеме лекарственных препаратов – осложнения и их риски могут быть минимальными.

В Московском районе для пациентов созданы и работают школы диабета, где обучают навыкам самоконтроля, рассказывают о правильном питании, осложнениях. Для пациентов на инсулинотерапии школа диабета, которую провожу я, находится на базе поликлиники № 48.

Наша главная задача – добиться умения управлять своим заболеванием и сделать процесс лечения максимально комфортным.

## ЗА ШАГ ДО ДИАБЕТА

**– Что такое преддиабет?**

– По сути – это дебют сахарного диабета. Преддиабет – стадия заболевания, на которой уровень глюкозы плазмы крови натощак уже повышен (выше 6,1 ммол/л), но ещё не достиг критических значений (выше 7 ммол/л). Риск развития диабета 2 типа высок, но процесс пока еще обратим.

При диспансеризации врачом общего профиля удастся поймать это пограничное состояние, и

## ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К ДОКТОРУ

Старайтесь всегда сохранять положительные эмоции. Потому что когда нервничаете, это приводит к повышению уровня глюкозы. Причем, у всех – и у здоровых, и у больных.

Более того, существуют стрессы, которые доводят до сахарного диабета, если есть к тому предрасположенность.

Желать себе всегда самого доброго и вечером вспоминать, какие события дня вам понравились, и благодарить день за то, что он прошел у вас удачно.

Достаточное количество витамина D, так как мы находимся в регионе, где его мало. А достаточное количество витамина хотя бы просто в рационе питания позволяет человеку избежать повышения глюкозы в том числе. Сейчас доказано, что дефицит витамина D приводит к ожирению и повышенной гликемии.

Средиземноморская диета. Она действительно стимулирует Омега 3 жирные кислоты, нормализует функцию щитовидной железы и в том числе дополняет нас теми микроэлементами, которые мы теряем во время стресса.

Правильное дыхание. Человек должен выходить на улицу и должен дышать.

Адекватная физическая нагрузка. Чем больше мы гуляем – тем больше двигаемся, теряем избыточный вес. Полезны также регулярные занятия плаванием. Кстати, в Центре социальной реабилитации инвалидов и детей-инвалидов Московского района на пр. Космонавтов, 31 для людей трудоспособного возраста не только поплавать в бассейне, но и заняться ЛФК.

Для тех же, кто, к сожалению, заключен в объятия дома и не может выйти на улицу, хотя бы открывать окошко и делать правильное дыхание – вдох и полноценный выдох до конца, как бы добавляя себя, чтобы снова сделать глубокий вдох.

Эти простые меры помогут избежать развития диабета и его осложнений.

тогда это – большая удача, ведь с помощью правильного питания, физической активности, потери лишнего веса можно не допустить прогрессирования заболевания.

При появлении тенденции к увеличению гликемии (повышению сахара) пациентов направляют к эндокринологу. К большому сожалению, не все они доходят до нас на этапе нарушения толерантности к глюкозе, т.е. когда они были первично отправлены. Многие приходят с высоким уровнем глюкозы крови, когда сахарный диабет уже вступил в свои права. В этой ситуации мы уже не всегда можем предпринять те шаги, которые могли бы обратить болезнь вспять.

## УБЕРЕЧЬ ОТ ОСЛОЖНЕНИЙ

**– Виктория Михайловна, за окном весна. Есть ли у вас рекомендации по диете в межсезонье?**

– Какой бы ни был сезон, мы, медики, всегда настраиваем на том, что человек должен получать достаточное количество витаминов и микроэлементов, белка, растительных компонентов. Без гармонии в питании невозможно, к сожалению, избежать осложнений.

Я всегда настраиваю пациентов на ведение пищевых дневников, чтобы контроль гликемии и их пищевые привычки были занесены в одну тетрадь и могли быть рассмотрены как единое целое. Рекомендую белковую продукцию в вечерние часы, потребление животных жиров – в первой половине дня, чтобы печень вечером и ночью не напрягать и избегать вечернего приема сладкосодержащих продуктов, в том числе фруктов, меда после 18.00. Подчеркиваю: не еды после шести, а именно сладостей и жирностей.

Вечером можно есть творог, белое мясо, различные овощи.

Во-первых, такой ужин будет обладать более низким калоражем, во-вторых, даст возможность хорошо крепко уснуть и проспать без тяжести, а утром получить многокомпонентный завтрак.

Если говорить про дневные часы, то не нужно забывать про красное мясо, потому что красное мясо избавит нас от анемии. Стараемся съесть кусочек красного мяса в середине дня, ну а тем, для кого на него стоит ограничение (подагра), врач расскажет, чем можно заменить. Здоровые люди, которые избегают красного мяса, должны компенсировать дефицит железа, витамина B<sub>12</sub> другими продуктами – орехами, рыбными блюдами, мясными субпродуктами и т.д.

Наши пациенты часто экономят, особенно на рыбе. Иногда, я советую им взять хотя бы суповой набор из рыбы, особенно красной (семга) – Омега 3, которые там находятся, полезны.

Очень часто приходится говорить о том, что пациенту с диабетом нельзя голодать! Об этом все забывают и пытаются сделать ранний ужин и поздний завтрак, что приводит к утренним гипергликемиям и всегда удивляет: «я же не ел!». В этом и особенность диабета.

Питание и физические нагрузки вообще – залог лечения любого заболевания. Диабет как метаболическое заболевание особенно в этом нуждается. Очень важно не переедать, не доедать, когда вам уже не хочется. Эта – основа любого похудения и любого достижения хорошего показателя глюкозы. И тогда ваш организм скажет вам спасибо, потребуется меньше препаратов, а, может быть, только дальнейшее поддержание здорового образа жизни.

**Материал подготовила  
Ольга КОРНЕЕВА**

## ИНФОРМАЦИЯ, ИНТЕРЕСНАЯ МНОГИМ

## • ПО ЗАКОНУ

О ЗАСЛУЖЕННОМ ОТДЫХЕ,  
ПРАВАХ И ЛЬГОТАХ

**В связи с пенсионной реформой горожане получат социальную поддержку.**

С 1 января 2019 года федеральным законом закреплен общеустановленный пенсионный возраст на уровне 65 лет для мужчин и 60 лет для женщин. Повышение пенсионного возраста будет проводиться постепенно в течение переходного периода с 2019 года по 2028 год.

В целях социальной поддержки граждан до достижения общеустановленного пенсионного возраста в Санкт-Петербурге принят и действует закон, предусматривающий установление мер социальной поддержки и дополнительных мер социальной поддержки для жителей Санкт-Петербурга по достижении мужчинами 60 лет и женщинами 55 лет в виде:

– права на ежемесячную денежную выплату с учетом имеющейся категории;

– права на денежную выплату на оплату жилья и коммунальных услуг для лиц, из числа: ветеранов труда, ветеранов военной службы, граждан, проработавших в Санкт-Петербурге (Ленинграде) не менее 20 лет и имеющих трудовой стаж (в календарном исчислении) не менее 40 лет для женщин, исключая периоды работы, выполняемой осужденными, содержащимися в исправительных учреждениях и тюрьмах;

– права на приобретение месячного единого (трамвай, троллейбус, автобус, метро) именного льготного билета в Санкт-Петербурге по льготной стоимости;

– права на проезд ежегодно с 27 апреля по 31 октября на железнодорожном транспорте пригородного сообщения с оплатой части стоимости разового проезда за счет средств бюджета Санкт-Петербурга в размере 10 процентов от стоимости действующего тарифа на проезд железнодорожным транспортом общего пользования в поездах пригородного сообщения;

– права на проезд ежегодно с 27 апреля по 31 октября в автобусах пригородного сообщения, обслуживаемых маршрутными перевозчиками, заключившими с Комитетом по транспорту договоры на перевозку пассажиров по социальным маршрутам наземного пассажирского маршрутного транспорта, с оплатой части стоимости разового проезда за счет средств бюджета Санкт-Петербурга в размере 10 процентов от тарифа.

**По вопросам назначения указанных мер социальной поддержки жители Московского района могут обратиться в отдел социальной защиты населения администрации района по телефону: 576-89-33, 576-89-12.**

• ПРОКУРАТУРА ИНФОРМИРУЕТ  
ПРИЗНАНА ВИНОВНОЙ

**Женщина осуждена за нарушение ПДД, повлекшее по неосторожности смерть человека.**

Прокуратура Московского района поддержала государственное обвинение по уголовному делу в отношении Полины Козел. Она признана судом виновной в совершении преступления, предусмотренного ч. 3 ст. 264 УК РФ (нарушение лицом, управляющим автомобилем, правил дорожного движения, повлекшее по неосторожности смерть человека).

Суд установил, что в июле 2018 года подсудимая, управляя автомобилем, приближаясь к регулируемому перекрестку на пересечении набережной Обводного канала и Рыбинской улицы, из средней полосы движения повернула налево, что привлекло к дорожно-транспортному происшествию с участием мотоциклиста и его пассажирки. В результате чего телесные повреждения, от которых

она скончалась в ГБУ СПб НИИ СП им. И.И. Джанелидзе.

Подсудимая в судебном заседании полностью согласилась с предъявленным обвинением, раскаялась в содеянном.

С учетом позиции государственного обвинения Московский районный суд Санкт-Петербурга суд признал Козел виновной в совершении этого преступления и назначил ей наказание в виде 1 года лишения свободы условно с испытательным сроком 1 год 6 месяцев, а также с лишением права управления транспортными средствами на 2 года.

Кроме того, судом по иску потерпевшей стороны в счет компенсации морального вреда взысканы денежные средства в размере 700 тыс. рублей.

Приговор не вступил в законную силу.

**Прокуратура  
Московского района**

## • МЫ И ГОРОД



## ПРОЕЗДЫ ОБРЕЛИ ИМЕНА

**Правительство Петербурга присвоило названия пяти безымянным проездам в Московском районе Санкт-Петербурга. Соответствующее постановление опубликовано на сайте Смольного.**

Согласно решению топонимической комиссии у границ Московского и Пушкинского районов появятся Великолукская, Идрицкая и Порховская улицы, а также Себежский и Черский переулочки.

Временно исполняющий обязанности губернатора Санкт-Петербурга Александр Беглов подписал постановление «О присвоении наименований безымянным проездам в Московском районе Санкт-Петербурга».

Цитируем:

«С учетом решения межведомственной комиссии по переименованиям (топонимической комиссии) от 07.11.2018 г. (протокол № 2) Правительство Санкт-Петербурга

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Присвоить безымянным проездам в Московском районе Санкт-Петербурга следующие наименования:

ВЕЛИКОЛУКСКАЯ УЛ. – от Порховской ул. за Идрицкую ул.,

ИДРИЦКАЯ УЛ. – от Великолукской ул. до Великолукской ул.

ПОРХОВСКАЯ УЛ. – от Пулковского шоссе до Себежского пер.,

СЕБЕЖСКИЙ ПЕР. – от Порховской ул. до Идрицкой ул.,

ЧЕРСКИЙ ПЕР. – от Идрицкой ул. до Великолукской ул.»

Предложение присвоить «псковские» названия проектируемым безымянным проездам у границы Московского и Пуш-

кинского районов было принято на заседании общественного совета Московского района Санкт-Петербурга в 2017 году.

Напомним, что раньше между Окружной, Варшавской железными дорогами и КАД находился шампиньонный завод сельскохозяйственного предприятия «Лето». Затем завод прекратил своё существование, а в 2015 году стало известно о том, что здесь появится жилой микрорайон и будут проектироваться новые улицы. Появилась идея назвать одну из улиц Шампиньонной, однако бюро топонимической комиссии сочло название неблагозвучным.

Названия, связанные с Псковской областью, решено присвоить потому, что Пулковское шоссе и Варшавская железная дорога идут в том направлении.

## • В БИБЛИОТЕКАХ

## «ПОЭЗИЯ В ЛИЦАХ»

В Библиотеке роста и карьеры экспонируется выставка «Поэзия в лицах», приуроченная к Всемирному дню поэзии.

Выставка – это проект в области литературного и художественного творчества, направленный на популяризацию поэзии молодых авторов Санкт-Петербурга и создание условий для их развития.

Иллюстрации созданы дизайнерами в сотрудничестве с авторами поэтических произведений.

Адрес: Московский пр., д. 150.

## МУЛЬТФИЛЬМЫ ПО СРЕДАМ

В апреле по средам в библиотеке имени братьев Стругацких будут демонстрироваться мультфильмы. 3, 10, 17 и 24 числа каждый желающий сможет увидеть

на большом экране свои любимые анимационные ленты, или, вполне возможно, откроет для себя что-то новое, не виденное ранее: «Ведьмина служба доставки», «Приключения Флика», «Оборотни», «Король Лев». Как правило, фильмы демонстрируются на языке оригинала, если не указано иное.

Начало в 19.00. Вход свободный. Адрес: ул. Типанова, д.29.

## • ДИАЛОГ С ВЛАСТЬЮ

ПРИЕМНАЯ ДЕПУТАТА  
Государственной Думы Российской Федерации  
ВИТАЛИЯ МИЛОНОВА

Регулярный приём жителей организован помощниками депутата.

Время приема: понедельник, среда с 11 до 14 часов, четверг с 14 до 17 часов.

Один раз в месяц приём жителей проводит депутат Виталий Милонов.

Телефон для справок и записи на приём: 982-09-87.

Прием ведется по адресу: Московский, 129, каб. 172.

ПРИЕМНАЯ ДЕПУТАТА  
Законодательного Собрания  
Санкт-Петербурга  
ПАВЛА ЗЕЛЕНКОВА  
(фракция партии «Единая Россия»)

По всем интересующим вопросам Вы можете обратиться в приемную депутата Законодательного Собрания Санкт-Петербурга Павла Зеленкова.

Помощники депутата ведут приём:

– Московский пр., д.129, каб. 175, тел./факс: 372-80-07;

– Космонавтов пр., д.28 корп.1, тел.: 388-69-52

Время приема: вторник, среда, четверг с 10 до 12 час. и с 14 до 17 час.

В приемную депутата в Законодательном Собрании Вы можете обратиться по тел/факс: (812) 318-82-15 или по e-mail: zelenkov@assembly.spb.ru

ПРИЕМНАЯ ДЕПУТАТА  
Законодательного Собрания  
Санкт-Петербурга  
АЛЕКСЕЯ МАКАРОВА  
(фракция партии «Единая Россия»)

По волнующим вопросам Вы всегда можете обратиться в приемную депутата Законодательного собрания Санкт-Петербурга Алексея Макарова.

Помощники депутата ведут прием по адресу:

Московский проспект, 129, кабинет 177.

Время приема: вторник, среда, четверг – с 11 до 13, с 14 до 17. Контактный телефон: +7 (812) 388-78-79.

Также вы можете обратиться в приемную депутата в Законодательном собрании по телефону/факсу +7 (812) 318-83-24.

Адрес для отправки писем: 190107, Исаакиевская площадь, дом 6.

## ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!



*В канун Дня театра в нашей традиционной рубрике мы приглашаем читателя в Театр Сказки. Этот театр известен далеко за пределами Московского района, и те, кто приходил сюда с детьми, теперь приходит с внуками. Наш корреспондент побывал не только в фойе и в зрительном зале, но и за кулисами театра.*



# ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТЕАТРА СКАЗКИ

*Когда мы становимся родителями, то все больше и больше задумываемся о культурном воспитании и развитии наших детей. В какой-то момент вопрос встает ребром: «Куда пойти со своим ребенком, чтобы потом можно было разговаривать с ним на одном языке, иметь, как это модно говорить, общие культурные коды?»*

*И такое идеальное место существует. Это Театр Сказки, который уютно расположился на Московском проспекте, дом 121 в здании, которое было специально построено именно для этого учреждения.*

### ЗДРАВСТВУЙ, ЗРИТЕЛЬ!

Представьте себе, как светский бомонд юных зрителей собирается у дверей театра перед началом спектакля. И, кстати, ничего смешного в этой формулировке нет, потому как заведующая литературно-драматической частью Ксения Александровна Терещенко говорила о том, что поход театр даже в таком возрасте становится ритуалом: надо надеть свои лучшие костюмчики, прийти красивыми. Больше того, по словам Ксении Александровны, многие зрители приходят на спектакли подготовленными, то есть, заранее прочитав произведение, спектакль по мотивам которого им предстоит увидеть.

На входе ребят встречает очаровательная галерея самых разных кукол. На стенах висят маски индейских племен, действительно внешне это напоминает стереотипное лицо туземца из голливудских фильмов. Кстати, за всю красоту оформления помещений отвечает главный художник театра Анна Дмитриевна Игнатьева, и гуляя по театру, понимаешь, что хочешь распылаться в комплиментах. А вот чуть дальше под стеклом собраны некоторые из наград Театра Сказки, в частности, – «Золотая Маска» за знаменитый спектакль «Щелкунчик и Мышиный Король».

Затем из входной галереи зрители заходят в фойе через

очень красивую арку, где стоят вежливые контролеры, а рядом можно поставить цветы в разноцветные вазы. В самом фойе над нами возвышается стеклянный купол, который будто бы уходит в бесконечность, одиноко стоит винтовая лестница, ведущая на второй этаж, а совсем рядом – пространство для рисования. Здесь в выходные дни детишкам раздают белые картинки по тематике спектакля, они раскрашивают их, а также складывают оригами.

Все проходят в зрительный зал. Здесь интересно сделаны сиденья – дети не откидывают их, а садятся прямо так, благо, площадь ребра сидения увеличена под посадочное место, а чуть ниже предусмотрена подставка для ног.

Однако, если посмотреть на наш любимый Театр Сказки не глазами обычных зрителей, а проникнуть в глубину «кроличьей норы», где вообще-то не положено быть посетителям?

### ЗДЕСЬ ЖИВУТ КУКЛЫ

Первая из «секретных» комнат – склад кукол и костюмов. Честно говоря, там совершенно разбегаются глаза, ты становишься ребенком, тебе хочется все посмотреть, потрогать: костюм Карабаса-Барабаса, осьминога, фигуры мышей, самые разнообразные куклы. Кстати, вот тут можно увидеть и художественный прием режиссера

– мыши показаны откровенными бандитами: саблезубые, с саблями и пистолетами. Зато сразу понятно, кто тут отрицательный персонаж.

Немного еще о куклах. Ксения Александровна провела целый ликбез по видам театральных кукол. Можно сказать, что в театре популярны марионеточные куклы, гапитно-тростевые куклы, которые, на мой взгляд, обладают самым сложным механизмом из всех. Более того, в театре есть и очень редкие куклы теней – эти фигурки показывают на освещенном экране в виде силуэтов. Но, честно признаться, я искал там своих любимых маппетов, ведь все помнят «Улицу Сезам» Эти куклы управляются кистью актера. И в Театре Сказки я их увидел!

### САБЛЯ БЫЛА ПРИКЛЕЕНА

Зашли мы и в столярную мастерскую, где увидели заготовки для самого разного реквизита, и немного понаблюдали за работой мастера. Нужно заметить, что все инструменты и сама комната были в идеальном порядке.

В пошивной мне показали костюм Дуремара. Дело в том, что этот костюм обладает секретными карманами, куда вставляются ходули для увеличения роста актера, если это необходимо для персонажа.

Но самое интересное было в бутафорской. Самый разнообразный реквизит, шаблоны для всех видов кукол, которые были, что называется, «голые», поэтому в подробностях объяснили и показали работу механизма гапитно-тростевых кукол. Я даже попытался из ведра с оружием выдернуть саблю, но оказалось, что она приклеена. Дергать не стал.



Также мы побывали в кабинете звукорежиссера, откуда открывается прекрасный вид на сцену. Здесь были видны основные атрибуты кабинета «звукотиков»: сценарий с прописанными звуковым дорожками, пульт и много-много кнопок на нем.

### НА СЦЕНЕ И ЗА СЦЕНОЙ

В этот момент шла репетиция, и Ксения Александровна пригласила меня понаблюдать за ней. Причем не из зрительного зала, а с небольшой площадки над сценой, куда обычно приглашают специалистов по сценическому свету. Здесь они могут поправить прожекторы или отремонтировать их. Кстати, говоря, вызов любого персонала в зал осуществляется посредством радиоточек, установленных в каждой комнате. По этим приемникам идет также и трансляция спектакля или репетиции. К слову сказать, репетиции и кастинги могут проводиться в отдельной комнате. Размер сцены там полностью идентичен «боевому» размеру, и, по словам

Ксении Александровны, это очень важно для актеров, которые тратят меньше времени на адаптацию к новой обстановке, переносясь из репетиционного зала в основной.

Но нет места с большей суетой во время спектакля, как пространство за сценой и чуть ниже ее. Необходимый реквизит подвозят на лифте, особенно если он большого размера, а выносят на сцену с помощью специальной стремянки.

*Всегда говорят, что у медали две стороны, обычно имея в виду, что одна из этих сторон несет в себе негатив. Но здесь можно сказать, что обратная сторона Театра Сказки удивила и восхитила еще больше, чем привычный глазу фасад. Только после такой прогулки начинаешь понимать, сколько работы, сколько усилий радиющих за свое дело людей, сколько желания и времени вложено в то, чтобы юный зритель, вернувшись со светского мероприятия, сказал: «Мама, а давай пойдем туда еще!».*

**Даниил ПОДКЛЕТНОВ**



## ПАНОРАМА

## • КОНКУРС

К 100-ЛЕТИЮ  
МОСКОВСКОГО РАЙОНА

**Дорогие читатели!**

**Благодарим всех, кто прислал ответы на вопросы нашего конкурса, опубликованные в прошлом номере.**

Публикуем наиболее полные и интересные ответы.

**Геннадий ЦИПЛЕНКИН:**

«Речь идет о Рощинской улице, проходящей от Ялтинской улицы до Витебского проспекта. Фактически она состоит из двух отдельных участков – от Ялтинской улицы до линии Варшавской железной дороги и от Московского проспекта до Витебского. Свое название она получила 5 марта 1871 года от располагавшейся в ее конце рощи, в которой в царские времена революционные рабочие устраивали маевки. В 1900-1935 годах она также носила название Чигиринская дорога. В 1960-х годах в состав Рощинской улицы вошли существовавшее с 1896 года Корпусное шоссе и Каменная дорога».

**Татьяна РУЩИНА:**

«На снимке – ангар для дирижаблей в воздухоплавательной школе, Санкт-Петербург, 1909 год.

Это архитектурное сооружение вполне можно назвать предвестником архитектурного стиля хай-тек, поскольку оно построено с использованием новейших технологий того времени. Особенно высоко технологично для того времени выглядят огромные раздвижные двери этого ангара.

В феврале 1885 года была сформирована Воздухоплавательная команда – первое в русской армии регулярное подразделение такого рода – под началом поручика А.М.Кованько. На протяжении многих лет его деятельность протекала в Гатчине, где находился учебный аэродром авиационного отдела

Офицерской воздухоплавательной школы, и в 4-х километрах от Гатчины, в деревне Сализи – учебный полигон с аэростатами и эллинггами для них.

В апреле 1887 года Воздухоплавательная команда была переименована в Учебный кадровый воздухоплавательный парк, а в мае 1890 года утверждено положение о Воздухоплавательной части и основан Учебный воздухоплавательный парк.

Приказом по военному ведомству № 250 от 9 июля 1910 года на базе Учебного воздухоплавательного парка (начальник, теперь уже – генерал-майор А.М.Кованько) создается Офицерская воздухоплавательная школа – первое в Русской армии военно-учебное заведение по подготовке лётных кадров.

Главное здание Офицерской воздухоплавательной школы – Витебский пр., д.1-Парковая ул., д.5-7.

*Правильные ответы дали также Светлана Довгалёва, Любовь Пузанова, Елена Никитина, воспитанники детского сада «Берегиня» Андрей Кондаков и Александр Третьяков.*

**Внимание, новые вопросы**

1. Площадь Братьев Стругацких получила своё название 12 августа 2014 года. Решение назвать эту площадь в честь писателей-фантастов Бориса и Аркадия Стругацких было связано с тем, что Борис Стругацкий в 1964–2012 годах жил поблизости – на улице Победы, 4. А как называлась площадь раньше?

2. Где был сделан этот снимок?



**ТЕЛЕФОН ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ  
ВАШЕЙ ИНФОРМАЦИИ  
В ГАЗЕТЕ  
«МОСКОВСКАЯ ЗАСТАВА»  
8 (921) 905-07-99.**

## • ФЕСТИВАЛЬ



## ДАВАЙТЕ ГОВОРИТЬ КОМПЛИМЕНТЫ

**В КДЦ «Московский» были подведены итоги фестиваля «PRO100 ДеТвоРа». Здесь прошел гала-концерт, и состоялось награждение победителей и призеров.**

Этот творческий «парад» посвящен 100-летию Московского района. Главной тематикой фестиваля были 100 комплиментов, то есть необходимо было выбрать прилагательное и применить его Московскому району, к примеру, «Добрый Московский», – и в своем номере показать эту самую доброту.

Участники были разделены на четыре возрастные категории: дошкольная (5-6 лет), младшая (7-10 лет), средняя (11-14 лет) и старшая (15-18 лет). Помимо Московского, в фестивале приняли участие ребята из шести районов Санкт-Петербурга: Невского, Фрунзенского, Колпинского, Центрального, Красногвардейского и Калининского, а также участники из Центра дополнительного образования детей и молодежи «Ранак» из Минска.

Перед началом концерта все гости приглашались в небольшую галерею – экспозицию плакатов, рисунков и поделок. Глядя на то, как счастливые мамы фотографируют своих детей в парадных или концертных костюмчиках на фоне их поделок, хотелось, чтобы и твой ребенок сделал такую же. Правда, некоторые дети хотели, чтобы их щелкнули из фоторужья с аниматорами в образах солнышка и дракоши.

Больше всего на этой выставке поразил торт из папье-маше к дню рождения района и бумажные Московские ворота. Уж очень у ребят реалистично получилось!

...В зале погас свет. Очень юный артист Игорь Чистяков красиво, с выражением, как учили, зачитал авторское стихотворение «Живи и твори, фестиваль Детвора». В нем была затронута тема блокады: «не-

победимый Московский» – такие слова прозвучали из уст юного чтеца. Затем хор гимназии № 526 «Вдохновение» (руководитель – Александра Васильева) совместно с хоровыми коллективами школ района № 684, 376, 362, 525, 354, 358 исполнили песню «Мой Петербург» с очень простой, но красивой хореографией.

На сцену были приглашены глава администрации Московского района Владимир Ушаков, начальник отдела воспитательной

работы и дополнительного образования районного отдела образования Елена Спасская, депутат Законодательного собрания Санкт-Петербурга Алексей Макаров.

Владимир Ушаков поздравил жителей Московского района со 100-летним юбилеем и отметил высокий творческий уровень юных участников фестиваля.

Первыми на сцену вышли «дошколята» со своими номерами, а за ними – дети постарше. Это были самые трогательные и веселые выступления.

Были награждены победители, отмечены педагоги, которые помогли ребятам добиться успеха. Участники получили позитивные эмоции и опыт выступлений. А КДЦ «Московский» останется для многих началом их творческого пути, первым местом их славы.

**П. ДАНИЛОВ**

АДРЕСА РАСПРОСТРАНЕНИЯ ГАЗЕТЫ  
«МОСКОВСКАЯ ЗАСТАВА»

- Администрация Московского района – справа и слева от центрального входа (Московский пр., д.129).
- Пенсионный фонд (ул. Коли Томчака, д.13).
- МФЦ. Новоизмайловский пр., д. 34 корп. 2.
- МФЦ. ул. Звездная, д. 9, корп. 4, лит. А.

- МФЦ. ул. Благодатная, д. 41, лит. А.
- Библиотеки: Благодатная ул., д.20 и Варшавская ул., д. 37.
- Кафе Кузнецовская ул, д.36.
- Центр реабилитации инвалидов – пр. Космонавтов, д.31
- ТСЖ Московский пр., д. 172.

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Комитета по печати и взаимодействию со средствами массовой информации



Газета основана в 1989 году, зарегистрирована распоряжением мэра Ленинграда от 15.07.1991. Перерегистрирована в связи с изменениями в законодательстве. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ78-01989 от 13 марта 2017 г., выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Западному федеральному округу.

Учредитель и издатель газеты – ООО «АРСИС»  
Главный редактор А.В.КОРНЕЕВ  
Адрес редакции и издателя: Московский пр., д.1, к. 15,  
тел. 8-921-905-07-99 arsis2007@yandex.ru



Отпечатано в типографии ООО «Фирма Курьер» (Санкт-Петербург, ул. Благодатная, д. 63). Номер подписан в печать и в свет 28.03.2019. Время подписания по графику 22.00, фактически – 22.00. Заказ №1348. Распространяется бесплатно. Тираж – 53000 экз.