

Дипломант Международной программы «Партнерство Раги Прогресса»

ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА

основана
28 января
1991 года

Самое рискованное —
стоять на месте

ВАШ ШАНС

Октябрь 2016
№ 10 (751)

Приз
«Золотой Меркурий»
Франция, 1997

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ВАШ ШАНС»

8 (4967) 63-66-66

8 (495) 724-69-66

vshans@list.ru

Правительство затеяло очередную реформу многострадальной пенсионной системы, у которой, как и всех предыдущих, нет и не может быть светлого будущего. По одной простой причине: чиновники полностью забыли истинный смысл того, что именуется пенсиями. По их ошибочному мнению, пенсия – это некая благотворительность государства, проявление заботы о пожилых согражданах, утративших способность зарабатывать себе на пропитание. Чиновники вообще считают, что все бюджетные деньги принадлежат им – ведь это они их напечатали и раздают.

На самом деле все обстоит иначе и прямо противоположно тому, в чем убеждены чиновники. За каждого работающего россиянина работодатель ежемесячно отчисляет в Пенсионный фонд 22% того, что заработал человек, то есть больше пятой части зарплаты, которой государство многие годы распоряжается по своему усмотрению. В том числе латает дыры в федеральном бюджете. Когда же человек достигает пенсионного возраста, государство обязано ежемесячно определенными порциями возвращать то, что было взято у гражданина в долг. Никакой благотворительности! Просто погашение взятого у населения кредита. Поэтому пенсия – это не милость чиновников, не пособие по старости, а элементарное возвращение долгов. Но чиновники об этом и слышать не хотят, и потому все реформы пенсионной системы фактически сводятся к тому, чтобы изобретать все новые и новые способы долги не возвращать. И если прежде, когда нефтедоллары лились рекой, это стремление госчиновников не так бросалось в глаза, хотя индексация нищенской пенсии (средняя пенсия по старости, вычисляемая от сложения пенсий министров, высокооплачиваемых менеджеров, военнослужащих и прокуроров с пенсиями библиотекарей и уборщиц, сейчас составляет около 12 600 рублей) проводилась в соответствии с официально объявленной инфляцией, которая в разы отличалась от реальной), то теперь, когда денег на социальную сферу нет, тактика руководства в корне изменилась. Сначала власти фактически изъяли у населения все его накопительные пенсии, заморозив их на неопределенный срок (сумма присвоенных себе средств впечатляет: за три года пенсионного моратория с накопительных пенсионных счетов молодых россиян правительство изъяло порядка 1,5 трлн. руб. Эта сумма вполне сравнима со стоимостью таких крупных инвестиционных проектов, как строительство инфраструктуры перед проведением Олимпиады в Сочи или запланированные капитальные вложения в развитие Дальнего Востока до 2020 года). Затем пенсии были проиндексированы на 4% вместо 13%, а работающих пенсионеров лишили даже такой индексации. Не забыв при этом из зарплаты каждого работающего по-прежнему ежемесячно изымать 22% им заработанного.

Недавно власти как большую заботу о стариках попытались преподнести свое решение об одновременной выплате, вместо индексации пенсии, 5 тысяч рублей. Фактически ж власти просто в очередной раз отказались вернуть долг и незаконно присвоили себе вполне порядочную сумму. Действительно, в течение последних 7 месяцев пенсионеры недополучали 8,56% от текущей пенсии. Учитывая, что за первое полугодие 2016 года средняя пенсия составила 12 359 рублей, разовая компенсация, покрывающая недоучтенную инфляцию за 7 месяцев, должна составить в среднем 7,4 тыс. рублей. То есть и разовая выплата должна была быть в размере не 5 тыс. рублей, а 7,4 тыс. рублей с одновременной индексацией пенсий с 1 сентября 2016 года на 8,56%. И это принципиально важно для пенсионеров, поскольку если вам пенсию проиндексировали, то все следующие прибавки-индексации идут уже к этой увеличенной пенсии. А вот если отделались разовой выплатой, пенсия-то останется прежней по своим размерам. И если урезан-

ношения будущих и даже нынешних пенсионеров. Например, Минфин недавно предложил сэкономить бюджетные деньги, лишив пенсий всех работающих пенсионеров, годовой доход которых превышает 500 тыс. руб., то есть примерно 40 тыс. в месяц. Конечно, при нынешних тарифах и ценах на продукты вряд ли человека с таким доходом можно даже теоретически считать настолько обеспеченным, чтобы он мог легко обойтись без пенсии. Но такие мелочи, как 13-тысячная пенсия для топ-менеджеров российских госкомпаний, назначивших себе по 100 с лишним млн. руб. в месяц, и даже министров с зарплатой под миллион рублей, выглядят смешной. В отличие от тех работающих пенсионеров, у которых пенсия составляет четверть всех доходов и у которых каждая сотня рублей на счету.

Предлагает Минфин ещё и отменить фиксированную выплату пенсий (это часть страховой пенсии, которая сегодня равна 4559 руб.) тем, чей доход выше 2,5 прожиточного минимума в месяц (это примерно 22 тыс. руб.). Таких пенсионеров в стране около 2 млн. Это чиньники предлагают отобрать по 4,5 тыс. у всех, кто имеет совокупный доход больше 22 тыс. Это позволит государству сэкономить около 110 млрд. руб. в год. Правда, при этом 2 млн. пенсионеров из просто бедных станут нищими, потому что прожить на 17 тыс., когда только расходы на ЖКХ обходятся в 5–6 тыс. за небольшую квартиру плюс лекарства и все время дорожающие продукты, невозможно. Но кого волнуют такие мелочи! То есть, если «замораживая» накопительную часть пенсий, государство изъяло деньги будущих пенсионеров, то сегодня оно всеми

способами пытается залезть в карманы нынешних. Тех, кто уже мало что может изменить в своей жизни.

И потому вряд ли кто-то особенно удивится, если в ближайшее время выступят с новым предложением: лишить пенсий ещё и всех пенсионеров, упитанных сверх установленной правительством меры. Например, если вес мужчины превышает 70 кг, а женщины – 60...

То есть государство всеми своими новациями дает понять россиянам, что им больше на чиновников уповать нечего и потому пора самим, кто хочет и может, обеспечивать свою безбедную старость.

Именно в этом и заключается смысл предложений Минфина, Центрального банка и Минтруда – с 2018 года ввести добровольно-накопительную систему, то есть формирование каждым работающим россиянином своей индивидуальной пенсии за счет ежемесячного отчисления в специальный фонд до 6% своего заработка, кроме прежних 22%. Суть предполагаемой реформы заключается в том, чтобы принудить россиян откладывать себе на будущую пенсию из собственных зарплат. По сути же речь идет о скрытом повышении налогов на доходы граждан. В результате если сейчас из зарплаты автоматически вычитают 13% (подходный налог), то при максимальном взносе будет уже 18% (1% компенсирует государство в виде налогового вычета). Поэтому вряд ли кто-то из будущих пенсионеров согласится добровольно уменьшить свою нынешнюю и без того нищенскую зарплату на несколько процентов ради более высокой выплаты от государства в будущем. Особенно с учетом горького опыта игры с государством в «софинансирование пенсий», закончившегося элементарным изъятием всех накопленных средств. Поэтому среди будущих простых пенсионеров сегодня найдется мало желающих ещё разок поиграть с государством «в наперстки». Что же касается пенсионеров привилегированных, то им-то вообще беспокоиться не о чем. В предложениях ущемить работающих пенсионеров нет ни слова об отставниках из Российской армии, МВД, ФСБ, прокуратуры и других силовых ведомств. Они зачастую выходят на пенсию даже раньше общеустановленного возраста (60 лет для мужчин и 55 лет для женщин). При этом многие из них продолжают успешно работать, получая достаточно высокие зарплаты.

То есть речь, как всегда, идет о простых россиянах, которых хотя и большинство, но они не в состоянии противостоять напору чиновников, решивших латать дыры бюджета за счет самых беззащитных и наименее имущих. При этом игнорируя и законы, и правила приличия, и принципы элементарной социальной справедливости. И так будет продолжаться до тех пор, пока чиновники не усвоят сами или возмущенные граждане не помогут им осознать, что пенсия – не подарок от властей, не барская милость, а личные деньги тех граждан, которые многие годы работали, принося пользу стране и к тому же содержа на свои деньги непрерывно растущую армию алчных бюрократов.

М. ЗЕМЦОВ,

доктор социологических наук.

ПЕНСИИ В ТУМАНЕ

ная индексация лишила каждого пенсионера в 2016 году от 12 до 16 тыс. руб., то потери будут ещё больше в следующих годах, когда индексироваться будет недоиндексированная в этом году пенсия. Эксперты Российского экономического университета имени Плеханова подсчитали, что из-за отмены индексации пенсий в 2016 году, которую правительство заменило выплатой пятью тысячами рублей, пенсионеры в ближайшие 20 лет потеряют до 275 тысяч.

На очереди повышение пенсионного возраста, что снимет с чиновников необходимость вообще платить пенсии миллионам россиян, которые при нынешнем уровне жизни, распадае системы здравоохранения и дороговизне лекарств до выхода на государственную пенсию просто не доживут.

Есть у власти и ещё немало задумок в от-



Клиника пластической хирургии
«Бьюти Доктор»

BEAUTY DOCTOR
Beauty Doctor

ПРИЕМ ВЕДЕТ ВЕДУЩИЙ ПЛАСТИЧЕСКИЙ ХИРУРГ
ЗАУР МАХАРОВИЧ БЫТДАЕВ

Москва, Нахимовский проспект, д. 56 (м. «Профсоюзная»)
+7 (495) 181-23-13, +7 (495) 181-23-27

АВРОРА
TRANSPORTNAYA KOMPANIYA

Транспортная компания «Аврора»
ПРИГЛАШАЕТ К СОТРУДНИЧЕСТВУ

ВОДИТЕЛЕЙ
со своим грузовым автомобилем

Требования: статус: ИП или ООО; хорошее техническое состояние а/м;
грузоподъемность 1–20 т; любой тип кузова;
наличие мед. книжки и санобработки а/м приветствуется.

+7 (495) 107-06-07, доб. 115. Офис м. Аннино

ГДЕ ПОДСТРИЧЬСЯ НЕ РИСКУЯ ЗДОРОВЬЕМ?

Легко ли найти в нашем городе парикмахерский салон, где вам окажут полный спектр услуг: от стрижки до маникюра? Во всех ли городских салонах красоты и парикмахерских соблюдаются санитарные нормы? Почему одни салоны пустуют, а в других очереди? Куда исчезли из парикмахерских профессионалы своего дела и почему тенденция «салонов много, а подстричься нигде» стала нормой жизни? Куда обращаться, если вы остались недовольны оказанной услугой? На все эти вопросы мы постараемся ответить в данной статье.

КАК ВЫБРАТЬ САЛОН?

«Хочу сменить салон, куда я обычно ходила стричься, и вот встал выбор. В один салон зашла: цены нормальные, интерьер хороший, народу нет вообще и никогда нет (прохожу и заглядываю в окна). Во втором – то же самое. Нет клиентов – это показатель чего? Как отыскать хороший, пользующийся популярностью салон, но не супердорогой?»

С описанной участницей подольского форума проблемой сталкивается сегодня практически каждая женщина. Действительно, вот я, например, живу в микрорайоне «Климовск», салонов красоты и парикмахерских на квартал – аж пять штук, но, как показала практика, ни один салон в «шаговой доступности» мне не подошел.

Кратко объясню, чем обусловлена моя разборчивость. Первый салон очень дорогой. Цена обычной стрижки начинается от 1 500 рублей. Вторая – семейная парикмахерская. Стрижка – 350 рублей, маникюр – 250. Почему не хожу? Потому что ни один из двух парикмахеров, работающих в ней, стричь, как выяснилось, не умеет (проверено на себе и дочери). Маникюр, кстати, здесь сделать невозможно, потому что всегда занято. Третья – просто беда: полуподвальное помещение, холодно и не очень чисто. Четвертая проверена подружкой: та же самая проблема, что и во второй. В пятой всегда пусто. Зашла туда и поговорила с директором.

По словам директора, безлюдье наступило по нескольким причинам. Профессиональный, хороший мастер ушла в декрет. Одна из взятых на обучение девочек оказалась попросту «безрукой»; вторая, научившись и наработав клиентуру, решила сама открыть салон красоты и ушла. Результат – директор парикмахерской сама работает мастером, благо, помещение в собственности и есть постоянные клиенты.

«Основная проблема в том, – поделилась со мной женщина, – что профессионалов своего дела в нашей профессии становится все меньше. Раньше в салон принимали мастеров не ниже второго класса, с опытом работы не менее трех лет. Люди постоянно повышали свою квалификацию, а сейчас месяц поучили, и ты «супермастер», «модельер-стилист», более того, многие решают, что уже готовы открыть собственный салон. Да и к салонам предъявлялись повышенные требования. А теперь гордо именовать себя «салон» может любая парикмахерская, появились даже салоны эконом-класса...

Конечно, есть мастера, которые любят свое дело, вкладывают деньги в обучение, отдают клиентам всю душу. Но

слишком много дилетантов и временщиков появилось в профессии».

Вот, кстати, что рассказала мне еще одна владелица того что открывшегося салона в другой части города:

«Я согласна, что в салон ходить страшно. Я очень много раз сама «обжигалась», но думала, что просто не везло. Когда сама отучилась, еще страшнее стало: если такие, как я, встанут к креслу, то караул. А таких, как я, в 1000 раз больше, чем профессионалов. Курсов развелось море, каждый за два месяца может стать «мастером», и его возьмут на работу, если он захочет.

Я открыла салон и считаю, что мастеров надо выращивать самим, а не корочки читать или верить на слово. Потом заинтересовать людей надо, чтобы им уйти не захотелось».

АНТИСАНИТАРИЯ И РИСК ЗАБОЛЕВАНИЙ

В парикмахерских и салонах красоты можно заразиться не только педикулезом и чесоткой, но и гепатитом, и ВИЧ. При этом многие мастера даже не знают, как нужно дезинфицировать инструменты.

Как выясняется, Роспотребнадзор выписывает ежегодно сотни штрафов провинившимся салонам, замечания получают более 60% парикмахерских, подвергнувшихся проверке, условия признаются антисанитарными в 5 случаях из 100.

В одном из заведений Подольска я сама наблюдала, как мастер, закончив стрижку, рукой стряхнула с расчесок волосы и разложила инструменты на столике, приготовившись обслуживать следующего клиента.

Инфектологи говорят, что из парикмахерской клиент в виде бонуса может принести домой педикулез (вши), чесотку, герпес, стафилококки и стрептококки, бородавки и туберкулез. Более того, здесь можно заразиться гепатитом и ВИЧ-инфекцией. Заражение может произойти не только при проведении маникюра, электроэпиляции или коррекции формы бровей. Достаточно повредить кожу головы при расчесывании волос острым гребнем, порезать клиента бритвой или машинкой для стрижки или поцарапать жесткой щеткой при стриживании волос с лица и шеи.

Санитарные нормы предписывают салону красоты использовать для каждого клиента чистый комплект белья, удалять волосы одноразовой салфеткой и после каждой стрижки дезинфицировать инструменты, включая расчески, щетки, ножницы для стрижки волос, зажимы, бигуди, колпачки и сетки для химической завивки волос, шапочки для мелирования. Сотрудники парикмахерских обязаны обеспечить дезинфекцию инструмента после каждого посетителя.

Помимо мытья водой, расчески, щетки и ножницы должны обрабатываться дезинфицирующим раствором, а съемные насадки машинок для стрижки протираться 70%-ным спиртом не только после каждого клиента, но и каждые 15 минут в процессе стрижки. Храниться чистые инструменты должны не на столике и не в карманах у мастера, а «в бакте-

рицидном облучателе».

Проблема в том, что сотрудники салонов красоты часто нарушают правила не из-за лени или меркантильности, а просто потому, что не имеют медицинского образования и соответствующих навыков. В результате, даже пытаясь соблюдать санитарные правила, они часто совершают грубейшие ошибки: стерильными перчатками могут брать нестерильные вещи или полагать, что помещение инструмента в ультрафиолетовые облучатели является стерилизацией, хотя на самом деле они предназначены лишь для хранения инструмента, уже прошедшего дезинфекцию и термическую стерилизацию.

Непрофессионализм и отсутствие профильного образования – основная проблема сегодняшних мастеров, которые даже не понимают, что могут не только заразить клиента, но и заразиться сами.

Кстати, по данным Роспотребнадзора, в октябре педикулез признан самым массовым заболеванием в Москве. Очаги педикулеза выявлены в Южном (6), Юго-Западном (3) и Восточном (1) административных округах.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

Что должен знать потребитель о своих правах, отправляясь в парикмахерскую?

Парикмахерская – это предприятие, оказывающее не только непосредственно парикмахерские услуги, но также услуги маникюра, педикюра, косметических и сопутствующих процедур. Это означает, что парикмахерские обязаны соблюдать не только требования закона «О защите прав потребителей», но и Правила оказания бытовых услуг, санитарно-эпидемиологические требования и правила. В помещении парикмахерской должны присутствовать дезинфицирующие средства, персонал должен иметь медицинские книжки, все используемые инструменты должны проходить санитарную обработку.

Если права потребителей парикмахерских услуг нарушены, потребитель вправе по своему выбору потребовать безвозмездного устранения недостатков оказанных услуг, соответствующего уменьшения цены на оказанные услуги или компенсации материальных расходов, понесенных на устранение недостатков полученной услуги.

Существует определенная последовательность действий по защите прав потребителей парикмахерских услуг. Во-первых, потребитель вправе устно выдвинуть одно из вышеперечисленных требований. Во-вторых, пострадавший потребитель вправе составить письменную претензию, адресованную руководителю организации. В-третьих, потребитель вправе обратиться в территориальный орган Роспотребнадзора, специалисты которого окажут практическую юридическую помощь. Наконец, потребитель вправе защищать свои нарушенные права в судебном порядке.

Марина ВАЛЕНТИНОВА.

ДЛЯ СПРАВКИ

Территориальный отдел управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Московской области в г. Подольске находится по адресу: Октябрьский пр., д. 4. Часы работы: пн.–пт. с 9:00 до 18:00, тел.: +7 (496) 764-62-81.

ТРАНСПОРТНАЯ НЕРАСТОРОПНОСТЬ

Вопрос транспортного удобства остается, пожалуй, ключевым для жителей Подольска. Ведь большинство из них ежедневно ездят на работу в столицу. Поэтому «Южный обход», огибающий городские пробки, ждали как манну небесную. А строили его долго: с тягбами и скандалами. Реализация проекта затянулась не на один год.

Но, к счастью, в сентябре движение по дороге открыли: центральные артерии Подольска заметно разгрузились от частного транспорта, да и автовладельцы сократили время в пути. А вот вопрос о том, когда запустят общественный транспорт на «Южном обходе», пока не решен.

НИКТО ТОЧНО НЕ ЗНАЕТ

Когда же общественный транспорт пойдет через «Южный обход Подольска»? Выяснилось, что точную дату никто назвать не может. Так, в ответе на «Доброделе» из администрации Подольска сообщили следующее: «После окончательного введения в эксплуатацию автодороги «Южный обход г. Подольска», включающего выполнение всех дорожных и благоустроительных работ, будет предусмотрена схема транспортного обслуживания населения по указанному маршруту. В связи с тем, что данный маршрут будет устанавливаться с городом федерального значения, более подробную информацию можно получить в Министерстве транспорта Московской области».

Ясно лишь то, что строителям предстоит проделать немалый объем работ. В их числе и благоустройство дороги по улице 43-й Армии, ведущей от границ микрорайонов к трассе. Но стоит знать, что данный участок пути по-прежнему разбит на части, а о том, кто должен его достраивать, идут споры. На этот раз вину кладут на застройщика – ЗАО «Мособлжлстрой».

ОБЕЩАЛИ... А ВОЗ И НЫНЕ ТАМ

Компания должна была обустроить проезжую часть в рамках развития транспортной и социальной инфраструктуры микрорайона «Юго-Западный Подольска» (они же – «Подольские просторы»). Контракт был заключен пять лет назад, застройщик взял на себя обязательства по финансированию проектирования и строительства улицы 43-й Ар-

мии. Но проложить путь не вышло.

Что же сейчас на месте «проезжей части»? Бездорожье и строительный мусор. Хаотичная автомобильная стоянка и шашлычная помойка. Хотя еще в прошлом году подольчан уверяли: проектные работы закончены, строительные работы ведутся в соответствии с проектом.

«Готовность объектов: улица Юбилейная – 80%, улица 43 Армии – 30%... Комитет по строительству и архитектуре администрации Подольска направил запрос в ЗАО «Мособлжлстрой» о предоставлении информации по срокам ввода в эксплуатацию указанных автодорог», – говорилось в сообщении администрации.

Спустя год ситуация не изменилась. А если чуть подробнее изучить новости о застройщике, то картина складывается удручающая.

СТОИТ ЛИ НАДЕЯТЬСЯ?

Так, имя этой компании мелькает на сайте Арбитражного суда Московской области в делах непогашенных задолженностей. Из недавнего: арбитраж обязал «Мособлжлстрой» выплатить «УниверсалСтрою» свыше 6,8 млн. рублей. Если уж такой долг приходится взыскивать, что стоит говорить о строительстве дороги, чья реализация обходится значительно дороже.



Подтверждают плохие дела компании и проблемы с недостроенной стоянкой. Ее возвели для жителей «Просторов». Данный паркинг является недоделом (по ряду очевидных серьезных строительных показателей), покупать места жители не торопятся, регистрацию договоров приостановили.

В 2014-м застройщик ЗАО «Мособлжлстрой» начал продажи парковочных мест. Граждане покупали, соглашаясь на заключение предварительных договоров со 100%-ной предоплатой.

В июне 2016 года начали заключать основные договоры купли-продажи, но при условии одновременного заключения договора на оказание услуг по эксплуатации. Однако процедура государственной регистрации договоров купли-продажи была приостановлена.

Паркинг оказался в подвешенном состоянии. Жители близлежащих домов не торопятся с покупкой дорогих машиномест, ютятся в тесноте внутри территории микрорайона «Подольские просторы».

Таким образом, ЗАО «Мособлжлстрой» не выполняет своих обязательств по реконструкции и обустройству улицы 43-й Армии. А намеков на строительство выезда к Варшавке нет.

Вот и получается, что органы власти ситуацию не контролируют, а застройщик бездействует, устранившись от выполнения обязательств.

Чего ждать? Быть может, уставшие от обещаний люди достучатся до верхушки власти? И тогда по наказу губернатора строительство данной дороги будет спонсировать дефицитный бюджет... Подобная ситуация произошла в Кузнецких: когда за нечистоплотного застройщика, бросившего микрорайон недоделом, сады достраивали на средства бюджетов (федерального, регионального, муниципального).

Остается вопрос: почему слуги народа так неэффективно заставляют горе-инвесторов выполнять договорные обязательства? Но это уже вопрос другой статьи. Пока же подольчане рады и такому варианту транспортной нерасторопности.

Элеонора ЖУКОВА.

НАШИ ДЕТИ – В ДОБРЫХ РУКАХ

Наступила осень, а вместе с ней и новый творческий сезон. Я уже 5 лет вожу свою дочь в ДК «Плещеево», ей очень нравится заниматься в кружках дома культуры, и она достигла высоких результатов.

В очередной раз, когда я привела свою дочь на занятия, мне удалось поговорить с директором ДК «Плещеево» **Агафоновой Риммой Эдуардовной**. Из беседы я узнала о достижениях творческих коллективов, а также бытовых проблемах.

В настоящее время в ДК действуют 16 клубных формирований, которые посещают более 330 человек: вокально-инструментальный ансамбль, фольклорный коллектив, ансамбль танца, изостудия и другие. ДК тесно сотрудничает со школой №10, создав при школе эколого-патриотический клуб, клуб здорового образа жизни, организуя интересные праздники в дни школьных каникул и в период работы летнего оздоровительного лагеря. В ДК занимаются не только дети, но и многие взрослые, сумевшие раскрыть свои таланты в изобразительном искусстве, вокале и танцах.

В этом году свое 5-летие отмечает ансамбль танца «Маленькая страна» под руководством **Харькиной Людмилы Петровны**. В ансамбль принимают детей разных возрастов: 4–5 лет (подготовительная

группа), 6–7 лет (младшая группа), 8–10 лет (средняя группа), 11–15 лет (старшая группа). Дети изучают ритмику, балетную гимнастику, основы классического и народного танца, областные особенности русского танца, элементы современных направлений в хореографии.

Ансамбль активно выступает на концертных площадках Подольска, ведет гастрольную деятельность, участвует в международных фестивалях и конкурсах. Коллектив является лауреатом и дипломантом фестивалей в городе Сочи (2013 г.), в Калининграде (2013 г.), в Минске (2015 г.), в Казани (2016 г.).



Каждое лето ансамбль проводит творческую смену в оздоровительном лагере «Морская звезда» в Туапсе.

Пользуется большой популярностью и фольклорный коллектив под руководством **Надежды Анатольевны Котовой** «Карагод», в котором занимаются взрослые, и «Варенька» – для детей разных возрастов. Фольклорный коллектив «Карагод» и «Варенька» являются лауреатами 1 степени различных конкурсов и фестивалей. В феврале 2017 года коллектив будет бороться за присвоение звания «Народный коллектив».

Хотелось бы отметить руководителя вокально-эстрадного пения **Екатерину Владимировну Горбунову**. Она ведет несколько музыкальных направлений. После ее занятий многие дети поступают в музыкальную школу, в этом числе и моя дочь. Руководитель готовит детей к разнообразным конкурсам, концертам, гастролирует с детьми. Дети, которые занимаются у Екатерины Владимировны, всегда занимают призовые места. В ее арсенале много дипломов и благодарственных писем.

Традиционно ДК «Плещеево» собирает население на празднование Дня Победы, проводит народные гулянья на День города, на Масленицу, вся детвора ждет Рождественскую елку и новогодние спектакли.

Римма Эдуардовна рассказала, что на территории ДК «Плещеево» находится хоккейная площадка, которая была построена



еще в 90-е годы. Со временем она обветшала. Каждую зиму появляется проблема заливать хоккейную площадку, так как основания у нее нет и вся вода уходит в землю. Этот участок земли используется не рационально, в лучшем случае 2–2,5 месяца в году.

А творческим коллективам хотелось бы вместо этой площадки обустроить территорию для культурно-массовых мероприятий. Поставить сцену, организовать места для зрителей, чтобы проводить праздничные народные гулянья. В весенне-летний сезон использовать для детского оздоровительного лагеря учеников школы №10. Проводить танцевальные вечера и концертно-развлекательные мероприятия для жителей микрорайона «Восточный».

От всей души желаю ДК «Плещеево» творческих успехов и дальнейшей плодотворной работы.

Анастасия ВОЛИЧЕНКО.

ГОРОД – САД?

«Кто, если не ты, **КАРЛ?**» – звучит, конечно, интригующе, если бы речь шла о каком-то зарубежном историческом фильме. Но когда ты видишь такую надпись на черном развевающемся полотне и где? – в усадьбе «Ивановское» на нашей Володарке... в Подольске Московской области? Да, там снимают новый фильм, но не исторический, не приключенческий, не мелодраму, а что-то наподобие секты «Свидетели Иеговы». Вся ограда усадьбы забита досками, над которыми протянута колючая проволока. На центральной клумбе усадьбы, на которой уже не видно цветов (менее ценные, по-видимому, просто вырвали, а кусты роз накрыли нелепыми черными мешками), возвышается столб для распятий, а по кругу с дикими воплями бродят явно неадекватные женщины в черных одеяниях... Да, зрелище, конечно, не для слабонервных... Но более всего шокирует чугунная надпись над воротами с колючей проволокой: «ГОРОД – САД». Да, не хотела бы я оказаться в таком саду!



на этом месте остались ямы с перекошенными плитами, проволокой и прочей дрянью, но, по-видимому, до этого никому нет дела, потому что вообще не понятно, чья эта территория. К дому №3 она явно не относится, потому что находится за собственной оградой дома. Кстати, высоковольтные провода к этому «престижному дому» «кинули» так, что и ребенок рукой дотянуться может, – и вот это уже форменное безобразие!



19 октября вечером у школы №19 по улице Маштакова произошел ужасный случай: прямо на пешеходном переходе, оборудованном светофором, легковой автомобиль сбил восьмилетнего мальчика, слава Богу, не насмерть, – открытый перелом ноги! Машина с места происшествия скрылась, но, говорят, вскоре была обнаружена во дво-

ре одного из близлежащих домов. Этот случай, по моему убеждению, не случайность, а закономерность! Дорога там узкая, остановка транспорта ЗАПРЕЩЕНА, но видели бы вы, что творится возле школы по утрам и вечерам, когда родители привозят учеников в школу и забирают их домой! Да там просто невозможно проехать, потому что машины становятся в два ряда с обеих сторон проезжей части, чтобы высадить или забрать своих чад! И какой уж там светофор! Я считаю, что во время приезда родителей с учениками в школу охранник (либо какое-то другое должностное лицо) должен открывать ворота во двор школы, чтобы не создавать хаос на проезжей части. А если нет, то в любом случае во время открытия и закрытия школы возле этого (и не только!) учебного заведения должны дежурить сотрудники ГИБДД! Ведь это их прямая обязанность – не допускать таких серьезных нарушений, которые происходят практически ежедневно возле каждой школы нашего города!

Недавно я проезжала через Климовск и застряла в пробке. К полному своему недоумению, обнаружила, что отличное асфальтовое покрытие с двух сторон проезжей части «сдёрнуто», и там опять ведутся дорожные работы! Вот уж где, поистине, происходит «закапывание» денег в землю! Да лучше бы восстановили дорожное покрытие возле нашего подъезда №2 у дома №116 по улице Парковой! А то, как весной всё перерыли, так там и поныне яма и ухабы!



Проходя возле никому не нужному японского ресторана «Тануки» (и цены высокие, и кухня так себе) на ул. Кирова, печально взираю на 1 этаж здания... Здесь когда-то располагался универсам «Лайм». Но владельцы или сотрудники магазина начали жульничать, продавать испорченную продукцию. Магазин закрыли, и огромная «полезная» площадь вот уже полгода ждёт своего нового хозяина... Обидно, однако, зачем строили-то?

Зато возле «М-Видео» (на месте бывшего кинотеатра «Родина») наивная Наташа Ростова по-прежнему улыбается князю Болконскому в фонтане, который всё лето работал «через пень колоду».

Ну, в общем, не Володарка, а «ГОРОД – САД!»

Евгения ЧИЧКИНА,
Подольск, Володарка.

ЛЕЧЕНИЕ ПСОРИАЗА: ЭФФЕКТ НА ГОДЫ

Псориаз – хроническое кожное заболевание, известное человечеству с древних времен. Несмотря на все усилия медиков и ученых, до настоящего времени не изобретено кардинального способа избавления от этого недуга. Однако существуют методы, способные снять симптомы заболевания на достаточно продолжительный срок.

Один из наиболее эффективных и безопасных способов – ПУВА-терапия. Специализированное медицинское учреждение «Псориаз-центр», которое уже второе десятилетие оказывает помощь жителям не только Москвы и Подмосковья, но многих других регионов страны, открывает свое представительство в медицинском центре «Альтернатива». Об особенностях ПУВА-терапии мы попросили рассказать директора московской клиники «Псориаз-центр», лауреата премии Министерства здравоохранения РФ Михаила Витальевича МОШНИНА.

– Михаил Витальевич, расскажите, пожалуйста, насколько распространен псориаз и какие симптомы имеет?

– Псориаз – довольно серьезная проблема. В России этому заболеванию подвержены 2–3% населения. При несложной форме заболевание вызывает у людей, скорее, моральные, чем физические неудобства. На коже больных появляются красные выпуклые высыпания – бляшки, покрытые белыми чешуйками. При тяжелых формах псориаза страдают ногти и суставы пациента.

– В чем причина этого заболевания?

– Псориаз возникает чаще всего на фоне

стрессов, иммунных и эндокринных заболеваний. Но подлинная причина и механизм развития недуга до сих пор не установлены. Известно, что значение имеет наследственный фактор. Если один из родителей страдает псориазом, то вероятность развития его у ребенка – 8–15%. Если заболевание диагностировано у обоих родителей, то вероятность того, что оно проявится у детей, – выше 50%. Первые симптомы чаще всего проявляются в периоды гормональных перестроек организма – во время полового созревания или климакса.

– Какие методы для лечения псориаза



существуют на данный момент?

– В настоящее время не существует средств для полного избавления от этого недуга. Для снятия симптомов заболевания врачи обычно назначают гормональную терапию (различные мази, уколы, таблетки) или один из видов физиотерапии.

ПУВА-терапия, которую мы предлагаем, основана на воздействии светового излучения определенного спектра на кожу человека, которое эффективно лишь в сочетании с приемом препарата, усиливающего действие света, – псоралена. Данный метод позволяет достичь высокой эффективности лечения, во многих случаях улучшение состояния кожи наступает уже через 4–6 процедур.

– Что представляет собой процедура и как долго сохраняется достигнутый эффект?

– За 2–3 часа до сеанса пациент принимает внутрь или наносит на кожу специальный препарат. После чего приезжает в клинику, где установлены кабинки, внешне напоминающие солярий. Однако лампы там особые – они излучают не весь солнечный спектр, а лишь длинноволновые лучи, абсолютно безвредные для человека. Препарат, попавший в кожу, под воздействием излучения запускает фотохимическую реакцию. Она подавляет безудержное деление клеток, которое внешне проявляется в виде высыпаний, и бляшки

довольно быстро рассасываются. Длительность процедуры составляет от 3 до 22 минут. Такой режим лечения очень удобен, так как нет необходимости ложиться в стационар, а можно продолжать заниматься своей обычной деятельностью. Курс лечения назначается индивидуально, в среднем составляет 15 процедур, которые проводятся через день.

– Насколько этот метод изучен и не имеет ли он противопоказаний?

– Термин ПУВА складывается из начальных букв английского названия компонентов, входящих в основу этой терапии: Psoralen и UVA – длинноволновый спектр ультрафиолетовых лучей. Этот метод применялся еще в древнем Египте. Жрецы делали отвар из определенных растений, наносили его на кожу больного и оставляли его загорать на солнце. Современная методика разработана учеными МИФИ около 40 лет назад. Псоралены, которые мы используем сейчас, выпускает ЗАО «Фармцентр ВИЛАР» на основе тех же лекарственных растений, что использовались 3,5 тысячи лет назад. То есть они прошли проверку временем.

Теперь жители Щербинки и близлежащих районов получают возможность проходить лечебные процедуры. Этот эффективный и безопасный для применения метод сможет облегчить участь многих людей.

**Медицинский центр «Альтернатива» расположен по адресу: 8-495-641-65-31
г. о. Щербинка, ул. Театральная, д. 15.
По вопросам лечения псориаза вы можете обратиться по тел.: 8-926-803-77-79**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ – ДЕЛО РУК САМИХ УТОПАЮЩИХ

Сегодня, когда попасть к любому врачу стало большой проблемой, а к хорошему – большинству не по карману, многие бедные больные россияне вынуждены переходить на самолечение, используя старые бабушкины рецепты и советы. Народные средства, испытанные временем, многим действительно помогают не меньше дорогостоящих импортных снадобий. Но только в том случае, если лечение проводилось именно от той болезни, в отношении которой народные средства действительно эффективны. Поэтому сегодняшний россиянин кроме того, что постепенно вынужден превращаться в знахаря, должен стать еще и самодиагностом.

Поскольку пока у нас еще не организованы бесплатные курсы по освоению основ самодиагностики, мы попросили известного в Московской области терапевта, доктора медицинских наук М. Краснова, сотрудничавшего с нашей газетой на протяжении вот уже почти десяти лет, дать некоторые советы, которые позволили бы человеку без медицинского образования и без дорогостоящих сложных приборов хотя бы ориентировочно понять причину своего недомогания.

Приводим полученный нами ответ с небольшими сокращениями.

Способностью ставить диагноз по внешним признакам больного с давних пор обладали многие отечественные врачи. И потому, хотя тогда не было современных приборов и методов лабораторной диагностики, опытные медики умели удивительно точно, лишь внимательно осмотрев пациента, определять, чем он страдает. Например, известный русский профессор С. Боткин нередко ставил безошибочный диагноз за то время, пока больной успевал дойти от дверей кабинета до стола, за которым сидел знаменитый врач. Сегодня, к сожалению, умение по внешним признакам определять причину недомогания сохранили лишь немногие старые врачи, которым посчастливилось учиться у знаменитых специалистов прошлых поколений. В медицинских институтах России теперь студентов этому искусству практически никто не учит, передоверяя диагностику многочисленным импортным «умным аппаратам».

А между тем ценный опыт отечественной медицины мог бы оказаться весьма полезным всем, кто серьезно относится к собственному здоровью. Конечно, невозможно перечислить даже небольшую часть тех внешних признаков начинающейся или уже развившейся болезни, которые были известны моим учителям. Но некоторые признаки болезни, которые каждый может легко заметить у себя самого или у своих близких, можно назвать.

Легче всего заметить признаки нарушения здоровья, сосредоточив внимание на собственном лице, языке, руках и ногах.

В частности, появившиеся «мешки» под глазами нередко являются симптомом нарушения работы почек или развития сердечной недостаточности (в этом случае мешки и синяки под глазами появляются обычно ближе к вечеру).

Желтые пятна вокруг глаз у пожилых людей, а иногда и у людей среднего возраста с большой вероятностью могут указывать на нарушение жирового обмена (в первую очередь, на повышение концентрации в крови холестерина, что, как теперь хорошо известно, является предвестником атеросклероза).

Появившиеся небольшие складочки на мочках ушей часто являются сигналом начинающегося сахарного диабета, атеросклероза и некоторых сердечно-сосудистых заболеваний.

Пожелтение белков глаз может свидетельствовать о болезнях печени, желчного пузыря и желчных протоков. Красные прожилки на склере глаз чаще всего появляются при высоком артериальном давлении (особенно когда сочетаются с выпадением полей зрения и «мушками» перед глазами).

Немало о состоянии здоровья могут рассказать губы. Так, бледные губы – верный признак нарушения периферического кровообращения или анемии. Синюшные губы могут свидетельствовать о проблемах с сердцем и легкими. Сухость губ часто является реакцией организма на нехватку витаминов А и Е. Небольшие болезненные трещинки в уголках рта (так называемые «заеды») свидетельствуют о нехватке витаминов группы В и о том, что, вероятно, у человека ослабел иммунитет к грибкам, вирусам, стафилококкам или стрептококкам. На это же указывает и частое появление герпетических высыпаний (красноватой мелкой болезненной сыпи на губах).

Наш язык не только позволяет говорить и определять качество пищи. Он способен и рассказать о многом наблюдательному человеку. Поэтому стоит регулярно показывать самому себе собственный язык. У здорового человека язык ярко-розовый, влажный с тончайшим белесоватым налетом из слюны и слюны.

Красный сухой язык – первый признак обезвоживания. Бледный язык говорит о замедленном обмене веществ. Язык, покрытый желтым налетом, – это признак расстройства желудка или других нарушений работы кишечника (особенно если налет располагается у основания языка). Если же налет располагается на кончике языка или по краям – значит, что-то не в порядке с бронхо-легочным аппаратом (то есть с органами дыхания). Глубокие ямочки на языке часто возникают при таких поражениях кишечника, как дисбактериоз. Трещинки по всей поверхности языка сигнализируют о патологии почек, болезнях крови, нарушениях обмена веществ и гормонального баланса. Желтоватый налет на языке говорит о проблемах с печенью и желчным пузырем. Зеленоватый налет сигнализирует о том, что не в порядке двенадцатиперстная кишка.

Понятно, все эти признаки не являются стопроцентными свидетельствами той или иной болезни, но их появление должно каждого насторожить и заставить немедленно действовать, чтобы подтвердить или опровергнуть обоснованность возникших подозрений.

От внимания человека не должны ускользнуть и ранние изменения в опорно-двигательном аппарате. В частности, распухание и деформирование пальцев рук, сопровождающиеся болями, почти бесспорно говорит о развитии подагры или ревматизма. Если на ногтях рук появились белые, похожие на цветы, черточки («цветут» ногти) – это означает нарушение периферического кровообращения. Стопы ног начинают мерзнуть даже в теплый период времени при анемии.

Сухость и шелушение кожи на ногах, появление трещин на пятках и усилившееся при этом выпадение волос очень часто являются признаками снижения функций щитовидной железы.

Судороги мышц ног могут сигнализировать об обезвоживании организма или о чрезмерных физических нагрузках, которым подвергаются ступни. Частые спазмы мышц нередко говорят о нарушении в организме соотношения между кальцием, калием и магнием.

Долго не заживающие ранки на голени и стопе, часто являются симптомом сахарного диабета. Другими признаками этого заболевания являются постоянная жажда, частое мочеиспускание, повышенная утомляемость, повышенный аппетит.

Появление на теле синяков, не связанных с травмами, может быть признаком заболевания крови и сосудистой системы.

Если при ходьбе человек непроизвольно наклоняет плечи вперед, запрокидывает голову назад, а также часто сцепляет руки в замок на животе, есть основания думать о таких заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как гастрит или даже язва желудка и двенадцатиперстной кишки. Если при ходьбе человек почти не сгибает ноги, делает очень мелкие шаги, с трудом садится, а тем более встает – это почти стопроцентные признаки заболевания суставов: артритов или артрозов.

Неуверенная походка и постоянный поиск опоры – надежный признак проблем с артериальным давлением и мозговым кровообращением.

Даже едва заметное дрожание головы может быть признаком атеросклероза сосудов головного мозга или нарастающих неврологических проблем.

Обнаружить все эти внешние проявления не слишком трудно. Было бы желание и внимание. Зато эти признаки – сигналы организма – способны помочь человеку принять своевременные меры.

Человек не просто хозяин своего здоровья, он еще и обязан относиться к нему по-хозяйски, то есть постоянно следить за своим здоровьем. Особенно сейчас, когда медицина становится все менее доступной. Лишний раз обращаться в поликлинику порой и некогда, да и не всегда по карману. Поэтому хорошим правилом должно стать систематическое (хотя бы пару раз в неделю) самообследование, которое лучше всего осуществлять утром, через несколько минут после пробуждения. Но даже в том случае, когда обнаруживаются какие-то реальные внешние признаки изменения состояния своего здоровья, не следует торопиться с выводами, ставя себе окончательный диагноз, а тем более начинать самолечение. Обнаружив те или иные субъективные признаки заболевания, необходимо обязательно подтвердить их с помощью современных объективных методов диагностики, обратившись к специалисту. Потому что самонаблюдение не заменяет врача, оно лишь позволяет не упустить драгоценное время, когда болезнь не зашла еще слишком далеко.

М. КРАСНОВ,
доктор медицинских наук.

«Здравствуйте! Ваша газета публикует много материалов на медицинские темы, отвечая на вопросы читателей. Вот и я решила обратиться к вам со своей проблемой. Дело в том, что после вторых родов у меня на ногах появились синие венки. Если честно, меня они не беспокоят, разве что некрасиво. Но вены на ногах есть у моей бабушки, и причем гораздо больших размеров, есть они у моей мамы, старшей сестры, у тети. Никто из них не придает этому никакого значения, так уж, видно, нам на роду написано. Но вот моя подруга настоятельно рекомендует мне обратиться к врачу, объясняя это тем, что подобное было у ее матери, и сейчас она страдает от трофических язв. Неужели на самом деле вены на ногах так опасны? С уважением, Наталья Шустова».

С этим письмом мы обратились к сосудистому хирургу медицинского центра «ДиВо» **Ольге Владимировне БЫЧКОВОЙ**.

– Дело в том, что, если у вас появились на ногах синие сеточки, вздутие вен, пусть даже небольшое, необходимо срочно обратиться к флебологу, так как это может привести в дальнейшем к более серьезным проблемам, самыми серьезными из которых являются трофические язвы, тромбозы.

– **Ольга Владимировна, насколько мне известно, даже при начальной стадии заболевания, связанного с венами, в ногах появляется тяжесть, отечность. Но автор письма об этом ничего не говорит. Почему?**

– Дело в том, что многие считают проявление этих симптомов не признаками заболевания, а элементарной усталостью, ношением неудобной обуви, какими-то сезонными изменениями, семейной наследственностью. Венозная патология действительно наследственное заболевание. Но, кроме того, огромную роль играет образ жизни – работа, связанная с долгим стоянием (продавец, учителя), или, напротив, с сидячим образом жизни, провоцирует это заболевание и поднятие тяжестей, беременность, роды. Человек может годами жить и не замечать никаких изменений, но в одно «прекрасное» время запускается генетическая предрасположенность, боль в ногах становится невыносимой и только тогда заболевший обращается к врачу.

– **Можно ли самому человеку проводить какие-то профилактические мероприятия?**

БОЛЯТ НОГИ?

– Конечно. В первую очередь это правильная организация труда и отдыха, минимальное поднятие тяжестей.

– **Ну а если болезнь нас настигла, как в случае с нашим автором письма, что посоветуете делать?**

– Немедленно обращаться к врачу. На начальной стадии с этим заболеванием можно бороться с помощью уколов, очень хорошо помогает ношение специальных компрессионных колготок, гольф. Если уже поражены крупные вены, то после ультразвукового обследования врач назначает лечение – либо уколы, либо операцию. Операция на сегодняшний день – понятие условное, так как для этих целей используется лазер, который произвел настоящую революцию в борьбе с ва-



рикозом. Сейчас нет необходимости резать, удалять вены скальпелем, лазерное вмешательство практически бескровное и безболез-

ненное. Противопоказание только одно – его нельзя применять при лечении онкологических больных. Если с варикозом не бороться, то есть большая вероятность возникновения не только тромбоза и риска внезапной смерти, но и трофических язв. А это уже четвертая степень венозной недостаточности, очень болезненная, раны мокнут, лимфа течет. Человек испытывает огромный дискомфорт. Лечится язва тяжело: сначала необходимо ее залечить, мы это делаем с помощью специаль-

обездвиживании, обезвоживании. Поэтому, если появилось пусть даже крошечное покраснение на коже, непонятная боль, отек, особенно если он ассиметричный, нужно обратиться к врачу.

– **Ольга Владимировна, появление на лице сосудистых звездочек тоже относится к заболеванию сосудов?**

– Конечно, это тоже врожденная патология, звездочки бывают не только на лице, но и на руках, груди, шее, они могут появиться в любом возрасте, даже в детском. Часто их появление провоцирует применение гормональных препаратов, резкие перепады температур. Удаляются они элементарно, тем же лазером, нежелательно проводить



ных лечебных перевязок, проводим озонотерапию с целью обеззараживания язв и только потом оперируем при помощи лазера. Кстати, лазер можно применять и при открытой язве. Так что чем раньше вы обратитесь к специалисту, тем эффективнее будет лечение. В нашем центре мы оказываем помощь всем больным на самых разных стадиях заболевания.

– **А от чего еще может появиться венозная недостаточность?**

– Она может быть и посттромбофлебитической. Тромбофлебит требует очень большого внимания, ведь оторвавшийся тромб может стоить жизни пациенту. А начаться тромбофлебит может абсолютно незаметно для человека. Он может появиться при длительном

подобного рода операции летом, а уж если убрали звездочки летом, используйте солнцезащитный крем.

– **Ольга Владимировна, что хотели бы сказать на прощание нашим читателям?**

– Относитесь к своему здоровью внимательно. А мы, врачи, оперируем качеством вашей жизни: можно жить с болячкой, но плохо, а можно жить с той же болячкой – хорошо. И еще – слушайте врача, соблюдайте все его рекомендации, не экономьте на лекарствах. Если у вас есть генетическая предрасположенность к венозной патологии – носите компрессионное белье, выбрать его вам помогут в аптеке при медицинском центре, здесь же вы сможете его купить. Будьте здоровы!

ООО «ДиВо»: г. Подольск, ул. Сверглова, д. 36 а. Телефоны: 55-70-71, 55-70-88.

Иглорефлексотерапия: исторический аспект

Иглорефлексотерапия (акупунктура) является самым известным, эффективным и распространённым немедикаментозным методом лечения человеческого организма.

Термин «акупунктура» пришел в медицину из латинского языка. «Acus» означает иглу и «punctum» – укол. Несмотря на то что название этого метода имеет латинское происхождение, акупунктура родилась в Китае более 5000 лет назад и является основой нетрадиционной восточной медицины.

Метод заключается в нанесении уколов различной глубины специальными стальными иглами – в определенных зонах тела улучшается циркуляция энергии ци (ЧИ). Эти зоны были определены врачами Древнего Китая по неизвестным критериям. Называли их меридианами. Локализация акупунктурных точек может быть рядом с сосудами или нервами, но их расположение в меридианах энергетически никак не соответствует не одному из известных нам анатомических структур. Всего по старым китайским канонам акупунктурных точек – 695. В отличие от других отраслей медицины развитие техники акупунктуры зависит не от современных достижений в этой области, а от степени приближения технологии проведения этой методики к технологическим рекомендациям, указанным в це-

левших старых книгах Древнего Китая. Метод нашел первое применение при императоре Хуан Ди (2697 – 2597 гг. до нашей эры). После него императоры Китая шли по его стопам и продолжали финансовую, административную и научную поддержку акупунктуры. В результате такой поддержки акупунктура имела возможность быстро развиваться и стать первым методом лечения в Китае. Самым известным древним источником литературы, описывающей технику проведения этого метода и способы его применения при различных заболеваниях, является книга «Хуан Ди-Нэй-Цзинь-еу-вэй-лин-шу», которая переводится с китайского языка как «книга о природе и жизни» и была написана в 2673 году до н.э. врачом Ван чу-хэ. Книга состоит из двух частей. Первая часть «Су-вынь», которая означает в переводе с китайского «простые вопросы», была составлена как ответы на вопросы императора Хуан Ди. Император задавал вопросы про лечение некоторых заболеваний и состояний, а врачи отвечали ему акупунктурными схемами с указанием зон введения игл и их техники проведения. Вторая часть «Лин-шу-цзинь», которая переводится с китайского «сложные вопросы», содержала описание патологических нарушений и гипотезы их развития.

Много историков считают, что первая попытка применения акупунктуры была с помощью острых камней «биан», которые постепенно были заменены на иголки из костей и бамбука. В дальнейшем, в более позднем периоде, иголки выплавляли из бронзы, золота, серебра и других металлов. Важно отметить, что при археологических раскопках в Китае были обнаружены в местах захоронения наборы, состоявшие из разных девяти иголок, которые были названы наборами «девять иголок». Иголки имели различные формы для всех случаев медицинского вмешательства, и без них не обходился ни один врач. Набор состоял из следующих игл:

- 1) стреловидная игла для поверхностных проколов;
- 2) круглая игла для массажа;
- 3) тупая игла для постукивания и нажатия;
- 4) обрезанная игла для прокола вен;
- 5) мечевидная игла для вскрытия абсцесса;
- 6) острая круглая игла для быстрого вкалывания;
- 7) филиформная, нитевидная игла для прокалывания;
- 8) длинная игла для прокалывания толстых мышц;
- 9) большая игла для прокола суставов.

Возраст этих наборов не был уточненным долгое время. Однако находка набора девяти иголок в 1968 году при вскрытии могилы князя Чуншан, жившего во втором веке до нашей эры, подтолкнули археологов к мысли, что в Древнем Китае акупунктура была одним из методов лечения наряду с хирургическим и терапевтическим. Спустя несколько веков, когда филиформная игла приобрела неоспоримые преимущества, появились новые наборы, состоявшие из разных размеров этих иголок, предназначенные только для акупунктуры. Широко распространение они получили в 7-м веке нашей эры.

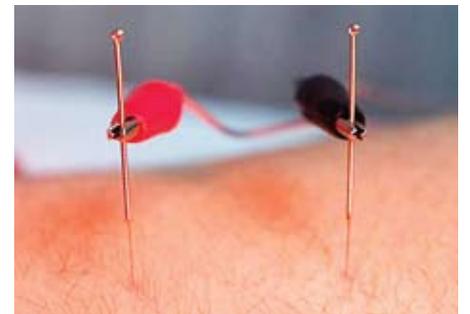
Применение этого метода распространилось в окружающие соседние государства на восток – в Корею и Японию и по «шелковому пути» в арабский мир. Неизвестно, применял ли Авиценна (980–1037 гг.) иглоукалывание при лечении своих больных, но в своих работах упоминал о концепции энергетических сосудов.

В России первое упоминание об этом методе было в 1828 г. в военно-медицинском журнале профессором медико-хирургической академии Чаруковским П., который активно применял этот метод в своей практике. Особый вклад в развитие этого метода в России внес Татаринов А.А., который впервые перевел книгу «Хуан Ди-Нэй-Цзинь-еу-вэй-лин-шу» на русский язык в 1840 г.

Лечебный секрет данного метода до сих пор не раскрыт и требует дальнейшего изучения. Первая концепция была создана в результате наблюдения и анализа явлений окружающего мира. В древнекитайской книге «У-цзинь» (пятикнижие), отредактированной Конфуцием, были описаны философские основы акупунктуры. По мнению авторов этой книги, мир имеет 5 начал: вода, огонь, дерево, металл и земля. Постоянная природа воды – быть мокрой и течь вниз, огня – греть и подниматься вверх, дерева – поддаваться сгибанию и выпрямлению, металла – подчиняться внешнему воздействию и изменяться, земли – принимать посев и давать урожай. Единство и противоположная борьба между Ян и Инь является основой взаимодействия этих начал между собой. Китайские врачи считали, что жизнь человека – это не что иное, как гармоничное взаимодействие Ян и Инь между собой. Они считали, что в организме человека существует 12 органов (сердце, печень, легкие, селезенка, почки, мозг, желудок, желчный пузырь и мочевой пузырь). Каждый из них имеет сосуд, который соединяет органы между собой. Через сосуды циркулируют соки ор-

ганизма. Шесть органов из них относятся к Ян. Это желчный пузырь, желудок, тонкая и толстая кишка, мочевой пузырь и левая почка. И 6 органов – Инь: сердце, печень, легкое, селезенка, правая почка. В сосудах этих органов течет пар (жизненный дух) и кровь. Дух – это Ян, а кровь – это Инь. Дух волнует кровь и ее направляет. С помощью игл хороший врач может повлиять на Ян или Инь и взаимодействие различных органов между собой.

Теории, описывающие причины болезни и их способы лечения с помощью акупунктуры в трактатах древнекитайской медицины, имеют философский характер и находятся далеко от наших современных представлений о болезни, основанных на анатомических и патогенетических достижениях.

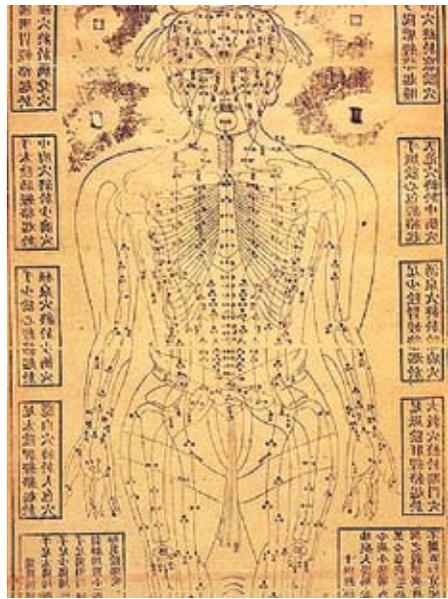


Тем не менее в результате многочисленных исследований современные ученые пришли к некоторым выводам, которые могли обосновать терапевтический эффект акупунктуры. Стимуляция нервных окончаний в зоне введения иглы приводит к выбросу нейромедиаторов, которые оказывают стимулирующий или тормозящий эффект на проводящие пути нервной системы.

Стимуляция путей, направленных в головной мозг, имеет тормозящий и стимулирующий эффект на разные структуры головного мозга, включая кору полушария, глубокие ядра, лимбическую систему и гипоталамо-гипофизарную систему, что было доказано с помощью МРТ.

Аль-Замиль Мустафа Халилович, кандидат медицинских наук, руководитель Клиники Мозга и Позвоночника.

www.al-zamil.ru;
8 (4967) 55-45-21, 8 (925) 032-06-52.





МОСКОВСКАЯ MOSCOW
МЕЖДУНАРОДНАЯ INTERNATIONAL
АКАДЕМИЯ ACADEMY

ПРИГЛАШАЕМ АБИТУРИЕНТОВ

ежедневно с 9.00 до 16.00, в сб.-вс. с 09.00 до 13.00

г. Подольск, ул. Рабочая, 13 а, аудитории 6, 17
+7 (4967) 69-20-07; +7 (4967) 69-20-09

ВТ АГЕНТСТВО ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ
ВОРОБЬЕВЫ ГОРЫ

КонсультантПлюс
надежная правовая поддержка

приглашаем на постоянную работу в Большом Подольске МЕНЕДЖЕРОВ ПО ПРОДАЖАМ

Обязанности: выезд к потенциальным клиентам с целью проведения переговоров о приобретении клиентом систем КонсультантПлюс.

Требования: в/о, уверенный пользователь ПК.

Гарантированный доход на испытательный срок — 28 000 р.

Запись на собеседование: 8 (495) 225-24-94
Резюме на e-mail: job@apivg.ru

Приглашается на работу МЕНЕДЖЕР РЕКЛАМНОГО ОТДЕЛА



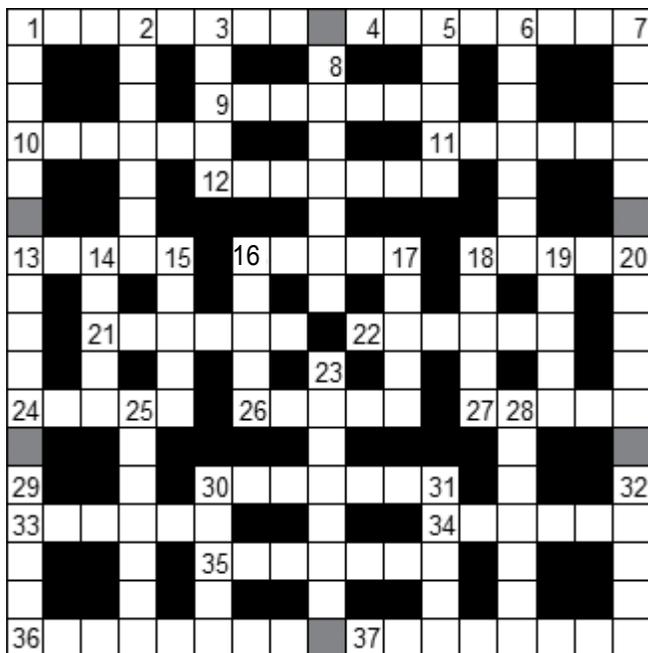
Коммуникабельность,
энергичность, приятная внешность.
Работа сдельно-премиальная (Подольск).

8 (495) 724-69-66, 8(916) 455-42-42

КРОССВОРД Е. ЧИЧКИНОЙ.

По горизонтали: 1.

Приправа и кукольный хохмач. 4. Она лето красное пропела, а зима катит в глаза. 9. Одна из нескольких редакций литературного произведения. 10. Заработанный отдых, который так быстро заканчивается. 11. Каракуль. 12. Город и аэродром в Краснодарском крае. 13. «О бедном... замолвите слово». 16. Им кашу не испортишь. 18. Маленький хищный зверёк сем. куньих. 21. Обувь на обувь. 22. Город в Тверской области, название которого буквально переводится как маленький рынок. 24. Лесной жираф из Красной книги. 26. Резкое наступление войск. 27. Хищная аквариумная рыбка сем. цихлид. 30.



Пенящийся гребень волны. 33. Музыкальный интервал от «до» до «до». 34. Бурные продолжительные аплодисменты. 35. Родина Иисуса Христа. 36. Мясо коровы, бычка. 37. Качка на воздушном судне.

По вертикали: 1.

Большая змея из сем. удавов. 2. Эта рыба из Плещеева озера входила в постное меню царского стола. 3. Пренебрежительное название маленькой собачонки. 5. Красногубый профессиональный оратор. 6. Грусть, тоска молодецкая. 7. Ядовитое дерево из Пушкинского стиха. 8. Известный художник-импрессионист, который обожал такс. 13. Крытый ток, молотильная площадка. 14. Скопцы, хлысты или «Свидетели Иеговы». 15. Автогонки. 16. «Грызун» на компьютерном столе. 17. Поддерживающая конструкция. 18. Сухая, она рот дерёт. 19. След волка, подобно нарыску лисицы. 20. И катран, и белая, и тигровая. 23. Музыкальный инструмент барабанщика. 25. Эта рыбка может запросто палец откусить. 28. Жилище солдат. 29. Занавеска над кроватью, колыбелью. 30. Медицинские стеклянные на спине у болящего. 31. Паровой... для приготовления пищи. 32. Собачья тарелка.

Ответы на кроссворд, опубликованный в № 8.

По горизонтали: 1. Голливуд. 4. Бибирево. 9. Раритет. 10. Зануда. 11. Циркач. 12. Ножницы. 13. Кушак. 16. Каска. 18. Пасха. 21. Резерв. 22. Атташе. 24. Отава. 26. Архар. 27. Аванс. 30. Камбала. 33. Оправа. 34. Трольль. 35. Торнадо. 36. Гарантия. 37. Болгарка.

По вертикали: 1. Гюрза. 2. Лягушка. 3. Варан. 5. Бутсы. 6. Рубрика. 7. Онучи. 8. Гимнаст. 13. Кашпо. 14. Ширма. 15. Казна. 16. Корма. 17. Автор. 18. Прага. 19. Сфера. 20. Анонс. 23. Охабень. 25. Веранда. 28. Воронка. 29. Бочаг. 30. Катет. 31. Атолл. 32. Вьюга.

Московский финансово-экономический институт (МФЭИ)



проводит ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

в 12.00 в последнее воскресенье каждого месяца

г. Подольск, ул. Рабочая, 13 а, аудитории 6, 17
+7 (4967) 69-20-07; +7 (4967) 69-20-09

МЫ РЕШИМ ЛЮБЫЕ КОМПЬЮТЕРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ



Наша компания предлагает Вам качественную компьютерную помощь. Компьютерная помощь обеспечивает решение Ваших компьютерных вопросов без ненужных потерь времени и лишних неудобств. Мы постоянно стремимся к успеху, которого добиваемся путём ежедневного улучшения качества услуг.

К нам обращаются как юридические лица, которые не имеют собственных специалистов, так и физические лица, которые испытывают проблемы при работе с компьютерами и не могут исправить те или иные ошибки. Для юридических лиц предусмотрена гибкая система скидок при больших объёмах работы.

Основные направления деятельности – срочный ремонт, восстановление работоспособности компьютеров у заказчика на дому, в офисе, на предприятии с выездом нашего специалиста. Диагностика и ремонт ноутбуков и различной компьютерной техники любой сложности.

В случае серьезных повреждений работоспособности компьютерной системы и потерь важной информации мы осуществляем восстановление данных с неисправных или поврежденных носителей.

Помимо наших основных услуг, мы можем предложить Вашему вниманию услуги по сборке и настройке любых ПК на заказ, исходя из Ваших индивидуальных пожеланий. Мы всегда готовы подробно проконсультировать Вас по всем вопросам, связанным с нашими услугами.

Опыт и каждодневная практика наших мастеров позволяют быть уверенным: любую компьютерную неисправность можно устранить.

Компания Lexer – центр компьютерной поддержки предлагает профессиональное обслуживание физических и юридических лиц и гарантию на проведенные работы.

Принцип работы - гарантия качества, ответственность. Мы заинтересованы в том, чтобы Ваши компьютеры работали исправно. Поэтому мы работаем на результат, а не на процесс.

Мы профессионально выполним настройку вашего компьютерного оборудования, установим и настроим программное обеспечение, подключим и настроим Интернет, восстановим данные, обеспечим дальнейшую техническую поддержку и решим все Ваши компьютерные проблемы.

Вы оставляете заявку, которую можно оформить по телефону или с помощью формы онлайн-заказа. Приехавший к Вам сервис-инженер проводит первичную диагностику для определения неисправности и стоимости работ. Передает вам прайс-лист на услуги.

Работы проводятся на основании договора, который обязан заключить с вами сервис-инженер до начала выполнения заказа. В договоре будут перечислены все необходимые для устранения неисправности работы. На услуги компьютерной помощи предоставляется гарантия.

Так же в числе наших услуг - сервисное и абонентское обслуживание организаций. По доступным тарифам.

Можете рассчитывать как на разовую помощь наших специалистов, так и на периодическое абонентское обслуживание или полный комплекс услуг IT-аутсорсинга для парка рабочих станций, серверов и сетевой инфраструктуры любого масштаба.

Дозвонитесь к нам по телефонам: +7(4967) 69-95-22; +7(977) 43-49-00
и выясните все интересующее Вас вопросы. Мы работаем БЕЗ ВЫХОДНЫХ.
Сайт нашей компании lexersom.ru Всегда рады Вам помочь!



Полиция предоставляет государственные услуги на портале www.gosuslugi.ru

1. Гос. услуги по линии ГИБДД
2. По линии Лицензионно-разрешительной работы
3. Выдача справок о наличии (отсутствии) судимости
4. Гос. услуги, предоставляемые информационным центром ГУ МВД России по Московской области
5. Добровольная дактилоскопическая регистрация и другие.

Все подробности на сайте www.gosuslugi.ru

**ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПОЛИЭТИЛЕНОВЫХ ПАКЕТОВ
РАЗЛИЧНЫХ РАЗМЕРОВ С ВАШИМ ЛОГОТИПОМ.
Тел. 8 (925) 545-84-91.**

Поддельное водительское удостоверение

По результатам проведенной Подольской городской прокуратурой проверки выявлен факт использования гражданкой Е. поддельного водительского удостоверения.

Так, в ходе проверки установлено, что гражданка Е., будучи лишенной права управления транспортными средствами, по объявлению в сети Интернет приобрела поддельное водительское удостоверение, которое она впоследствии неоднократно предъявляла сотрудникам Госавтоинспекции при нарушении Правил дорожного движения, а в это время обладательнице настоящего водительского удостоверения, чьи данные были использованы в поддельном водительском удостоверении, приходилось отвечать перед законом, оплачивая штрафы за административные правонарушения, которые не совершала.

Однако мерами прокурорского реагирования противоправные деяния гражданки Е. пресечены, поддельное водительское удостоверение изъято, прокурором инициировано возбуждение уголовного дела в отношении гражданки Е. по ч. 3 ст. 327 УК РФ – использование заведомо подложного документа.

Подольская городская прокуратура разъясняет, что статьей 327 УК РФ предусмотрена уголовная ответственность за подделку, изготовление или сбыт поддельных документов, государственных наград, штампов, печатей, бланков, а также за использование заведомо подложного документа. Важно осознавать, что, приобретая и используя купленный по объявлению или иным способом поддельный документ, вы совершаете преступление, которое влечет уголовную ответственность.

Санкцией части 3 статьи 327 УК РФ предусмотрено наказание в виде штрафа в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, наказание в виде обязательных работ на срок до четырехсот восьмидесяти часов, наказание в виде исправительных работ на срок до двух лет, наказание в виде ареста на срок до шести месяцев.

А. ПЕТРЕНКО,
помощник прокурора.

Убийство сожительницы

13.10.2016 года Подольским городским судом вынесен обвинительный приговор в отношении Д., который органами предварительного следствия обвинялся в умышленном причинении тяжкого вреда здоровью, опасного для жизни человека, то есть в совершении преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 111 УК РФ, а также в совершении убийства – умышленном причинении смерти другому человеку, то есть в совершении преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 105 УК РФ.

Из обстоятельств дела установлено, что Д. 18.05.2016 года сначала подверг избиению свою сожительницу, причинив ей тяжкие телесные повреждения, а 21.05.2016 года, продолжая действовать на почве личных неприязненных отношений, лишил ее жизни, задушив руками.

В судебном заседании подсудимый свою вину не признал, пытаясь убедить суд в том, что 18.05.2016 года он только толкнул потерпевшую, после чего она упала и сама ударилась, а 21.05.2016 года он хотел лишь реанимировать свою сожительницу, которой стало плохо, вследствие чего она начала задыхаться. Он пытался провести ей массаж сердца и сделать искусственное дыхание. Однако по делу было собрано достаточно доказательств, подтверждающих вину Д. в совершении преступлений, его показания были опровергнуты стороной обвинения в полном объеме.

Государственный обвинитель в прениях просил назначить наказание в виде 14 лет лишения свободы. По результатам рассмотрения уголовного дела суд признал виновным Д. в совершении вышеуказанных преступлений, назначив ему наказание в виде 10 лет лишения свободы с отбыванием наказания в исправительной колонии строгого режима.

П. КОВАЛЕНКО,
старший помощник прокурора.

На страже прав предпринимателей

Подольской городской прокуратурой на постоянной основе осуществляется надзор за соблюдением прав предпринимателей.

В первом полугодии 2016 года прокуратурой выявлялись нарушения прав субъектов предпринимательской деятельности контролирующими органами. Кроме того, за истекший период 2016 года прокуратурой отказано в проведении 7 внеплановых проверок юридических лиц в связи с отсутствием достаточных оснований для проведения проверки.

Вместе с тем на территории г.о. Подольск выявлены случаи, когда проверки юридических лиц и индивидуальных предпринимателей под видом контролирующих органов осуществляют организации, не уполномоченные проводить такого рода проверочные мероприятия.

Разъясняя, что все плановые и внеплановые проверки предпринимателей должны осуществляться в соответствии с требованиями Федерального закона от 26.12.2008 № 294-ФЗ «О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля».

Положениями этого закона установлен четкий порядок проведения плановых и внеплановых проверок органами государственного контроля (надзора).

По общему правилу, проведению проверки предшествует направление предпринимателю уведомления о проведении проверки.

По результатам проверки составляется акт, который должен быть составлен в присутствии представителя организации или индивидуального предпринимателя и вручается представителю юридического лица либо индивидуального предпринимателя.

Особо необходимо отметить, что прокуратура при проведении проверок руководствуется положениями Федерального закона от 17.01.1992 № 2202-1 «О прокуратуре Российской Федерации», таким образом, требования Федерального закона № 294-ФЗ на органы прокуратуры в настоящее время не распространяются.

На территории г.о. Подольск действуют общественные организации, осуществляющие так называемый общественный контроль за защитой прав потребителей. При этом стоит отметить, что такое понятие, как «общественный контроль за защитой прав потребителей», в законодательстве в настоящее время не закреплено. Таким образом, общественные организации не обладают полномочиями по привлечению юридических лиц и индивидуальных предпринимателей к административной ответственности, проводить проверки в порядке Федерального закона № 294-ФЗ не могут.

Обо всех фактах превышения представителями общественных организаций своих полномочий и нарушений ими требований действующего законодательства необходимо сообщать на «горячую линию» прокуратуры по защите прав предпринимателей по тел. 69-14-41, а также в УМВД России по г.о. Подольск.

Ю. КРАПИВИНА,
помощник прокурора, юрист 3 класса.

«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» ПРОКУРАТУРЫ

По результатам проведения координационного совещания на тему «О состоянии законности в сфере оборота наркотиков и мерах по повышению ее эффективности» в Подольской городской прокуратуре продолжает работать «горячая линия» для приема сообщений граждан по фактам сбыта, употребления наркотических средств и сильнодействующих веществ на территории г. Подольска, Подольского района Московской области.

Прием сообщений от граждан и должностных лиц осуществляется в рабочие дни с 9 до 18 часов по телефону 69-07-42.

Служил я в конце шестидесяти годов в штабе, писарем. Начальником надомной был полковник, старый хохол. «Постричься к обеду», — говорил он мне. Я выполнял приказание — стригся. «Зрубь мне ялынку к Новому року», — просил он. Я отправлялся в лес, на территории которого была расположена наша воинская часть, срезал ножом елочку, маленькую, чтобы она помещалась на телевизоре, как просил полковник, прятал ее под бушлат и проносил в штаб мимо дежурного по части своему жмотному начальнику. Тот вечером в пакете вез ее домой на служебной черной «Волге». Словом, хохол есть хохол, даже новогодней елочкой, при его-то тогдашней зарплате, обзаводился на халяву, хотя, в общем-то, добрейший души был человек. Но речь не о нем.

Как-то раз ночью, а часть у нас была засекреченной, с охраняемого поста, из кунга передвинутой радиостанции исчез новейший магнитофон последней разработки военных конструкторов. Стоит ли говорить, что магнитофон был тоже строго засекречен?

Когда дежурный офицер по части вместе с начальником караула стал обходить все машины и проверять наличие пломб на кунгах, его чуть удар не хватил: на одной из дверей пломба оказалась сорванной. Сразу же была объявлена тревога — такого в части никогда не случалось.

Вызвали из Москвы кинолога с собакой, который уже через три часа был на месте происшествия. До него в кунг входил только заместитель командира части, да и то в носках, чтобы не затереть следы «диверсанта». Он сразу разглядел, что на выдвинутых «салазках» нет магнитофона.

Собака обнюхала кунг и, взяв след, повела за собой толпу офицеров через лес к новому строящемуся полигону. Дойдя до поляны, а к утру прошел сильный дождь, она след потеряла.

Так и ни с чем кинолог с собакой улетел в Москву.

Подозрение, естественно, сразу же пало на часового, который стоял на этом посту. А этот пост отгораживала от другого поста колючая проволока.

Чего греха таить: кто из нас на посту не курил? Два часовых, которые стояли на этих постах ночью, встречались возле колючей проволоки, вели разговоры и покуривали вопреки Уставу о караульной службе, о чем свидетельствовало множество окурков с той и другой стороны ограждения.

Вся часть стояла на ушах — даже каждого

солдата в туалет сопровождали сержанты. В казарме постоянно ночевали два старших офицера. Ночью сержанты поочередно не спали, следя за тем, кто вдруг кто-то из солдат проснется и своими действиями выдаст себя, не выдержав такой «напряженки».

Часовых, которые стояли в ту ночь на этих постах, естественно, посадили на гауптвахту.

Их допрашивал красномордый военный дознаватель полковник-кагэбист из нашей части.

КАРАСИ

— Товарищ полковник, ничего подозрительного я на посту не видел, — клялся один часовой.

— Кроме ваших собак, товарищ полковник, на посту посторонних не было, — давал показания другой...

Тут надо заметить, что военный дознаватель, мордастый полковник, был заядлым охотником. Часто он бахвалился:

— Белку в глаз стреляю.

— Неужели?..

— Попадаю точно в глаз...

Как-то раз его друг, тоже полковник, будучи «под мухой», рассказал мне вот какую историю.

Часто ездили они на охоту. Из военного дознавателя охотник был не ахти какой. Однажды, зарядив ружье «бекасиной» дробью, они продирались через лес к болотцу, где куликов было великое множество. Вдруг раздался выстрел: мордастый полковник застрелил белку. Стрелял он в белку, сидящую на дереве, из двухстволки, и одна дробинка, отлетев от основного снопа дроби, угодила той прямо в глаз. Так и стал он с тех пор «метким» охотником.

Но так или иначе, только держал он на территории воинской части, на свинарнике, пять огромных гончих, которые сворой носились, где им заблагорассудится. А разве против прихоти кагэбиста попрешь? КГБ тогда все боялись. Даже генерал, командир части, не мог сделать ему замечание. Зачем собаки горе-охотнику были нужны — наверное, он и сам не знал.

Так вот, после допроса часового, который указал на его собак, гончие на следующий день исчезли из части. А как же иначе — происшествием заинтересовалась сама Москва. Понаехали в часть разные проверяющие.

Но я опять не о том. Пора вспомнить и про карасей.

У того самого полковника-дознавателя жила на Щербинке мать. И вот какую историю он мне поведал.

Отец его любил выпить, и не просто выпить, а нажариться до чертиков.

Матери в конце концов все это надоело. И вот что она придумала.

Пошла к соседу-рыбаку:

— Вань, налови мне ведро карасей.

А караси в ту весну клевали на Остафьевском

пруду очень даже неплохо.

Наловил ей сосед карасей полное ведро. Караси были знатные — грамм по 400—500. А карась — рыба живучая, сами знаете: зароется карась в ил на спущенном пруду — и ничего ему не делается несколько лет, главное — чтобы влага была.

Пошла она в огород и закопала карасей то там, то здесь во влажную землю.

На утро подает стакан самогона муженьку, еле продавшему глаза с похмелья:

— На, Петька, похмелись. Да сходи-ка перекопай огород — картошку скоро сажать.

Муж, зажмурившись, вытянул из стакана самогона, крякнул и отправился копать огород. Через пару часов прибегает:

— Кать, не поверишь: я в огороде накопал целое ведро живых карасей.

— Чего-чего?

— В огороде, говорю, накопал живых карасей.

— Ты что, рехнулся?..

Сбежала Катерина к соседке:

— Клав, у моего белая горячка. Вызови «скорую помощь».

Та вызвала.

Приехала «скорая». Санитары спрашивают у Петрухи:

— Откуда караси?

— Да в огороде накопал.

— Дыхни...

Дыхнул Петруха. Переглянулись между собой санитары да и забрали его с собой.

Полгода Петруша провел в «дурке». С тех пор в рот ни грамма спиртного не брал.

Вот так отучила жена непутевого мужа от чрезмерного пристрастия к водке.

Что это я все про карасей и карасей?..

Украденный магнитофон все же нашелся.

Сташил его дембель, которому оставалось служить месяц-два. Гадом он оказался: в его норесхроне, под деревом в лесу, были обнаружены зубные щетки, электробритвы, нитки и прочее добро, пропавшее из казармы.

Сам себя он и сдал, не выдержав «военного положения», на котором находилась в те дни наша часть. Во время утренней пробежки он незаметно слинял в лес и принес магнитофон к караулке, к тому самому месту, где разряжают автоматы часовые, придя с поста.

На этом самом месте и обнаружил магнитофон начальник караула. Сразу же поставил возле него двух часовых и сообщил о находке дежурному по части. Тот из Москвы вызвал проводника со служебной собакой.

Собака обнюхала магнитофон и взяла след. Привела к тому самому схрону в лесу под деревом.

Выстроили всю нашу роту в одну шеренгу. Приказали обеими ладонями прикрыть «причинное место».

Овчарка, без намордника, на поводке, обнюхала каждого из нас. Скажу честно: было не по себе — мало ли что придет в собачью голову?

Вдруг овчарка стала неистово лаять на одного из солдат.

— Не я... — только смог вымолвить он.

Переодели солдата в какую-то промасленную робу, поставили его среди вольнонаемных: разнорабочих, поваров, строителей и прочих.

Собака опять безудержным лаем указала на него. Из ее пасти потекла белая пена.

Проводник сказал:

— Это ты украл магнитофон. Дунай никогда не ошибается. В третий раз собаку не поведу — разорвет.

Побледневший дембель тут же признался:

— Да, это я стащил магнитофон...

Дали ему 2 года дисбата и 5 лет тюрьмы.

Как же ему удалось стащить магнитофон с охраняемого поста?

Дело в том, что эти посты подходили вплотную к казарме и из окна хорошо просматривалось, где находились часовые. Когда они мирно беседовали и курили, он вылез в окно, потихоньку пробрался к машине, вскрыл замок самодельным ключом-отмычкой и спокойно ушел с поста вместе с магнитофоном.

Часовых тогда пожалели — дали им по 10 суток гарнизонной гауптфакты, а там проведенные десять суток равны по напряженности году срочной службы.

Вот такая история приключилась с «карасями».

Д. БЕЛОВ, г. Видное.

Непростой соперник позвоночника – осенний сезон



Осень – это сквозняки и переохлаждения и, как следствие, обострение заболеваний. И речь идет не только о простудах и хронических болезнях. Часто осенние «симптомы» дают о себе знать прострелом или постоянной ноющей болью в спине...

Арсенал противника

Осень хоть и непростой соперник, но все ее приемы давно изучены. Причин, вызывающих боли в спине в эту холодную пору, может быть несколько.

1. Казалось бы, вместе с летом заканчивается и дачный сезон. Значит, сидеть на грядках в неудобной позе больше не нужно. Но не тут-то было. Осенью наступает время сбора урожая, а это серьезное испытание для позвоночника. Неудивительно, что позвоночник начинает забастовку.

2. Погода – еще один фактор, влияющий на состояние опорно-двигательного аппарата. Замерз на остановке – заработал прострел в пояснице, промолил ноги – спровоцировал хроническое воспаление межпозвоночных дисков.

3. Ко всему прочему прогулки и активный отдых, как правило, откладываются до следующего лета. Им на смену приходят телевизор, книги и компьютер. А сидячий образ жизни, как

известно, – наиболее распространенная причина остеохондроза. В сидячем положении нагрузка на позвоночный столб увеличивается до 140 кг (для сравнения: в положении лежа позвоночник человека испытывает давление всего в 20 кг, а в положении стоя – 70–80 кг).

Выбор стратегии

Нехватка времени зачастую мешает вовремя заняться профилактикой обострений позвоночника. Стоит ли тогда удивляться, когда боль в спине вдруг наносит неожиданный удар? Однако постельный режим и согревающая мазь существенно делу не помогут, нужна артиллерия посерьезнее.

Победный удар

Заметная роль в лечении остеохондроза отводится проверенному и надежному аппарату АЛМАГ-01, который можно по праву назвать «классикой магнитотерапии». Аппарату под силу затормозить развитие остеохондроза.

Как работает АЛМАГ-01?

Магнитное поле АЛМАГа-01 способно увеличивать кровоток в пораженном органе. Вследствие этого происходит рост интенсивности биохимических процессов на клеточном уровне, что способно благотворно влиять на состояние центральной и периферической нервной системы. Ускорение обменных процессов позволяет крови быстрее и в полном объеме доставлять в проблемные зоны лекарства, питание и кислород, вымывая при этом продукты распада, вызывающие воспаление и боль.

АЛМАГ ДАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ

- снять боль
- ликвидировать отек и воспалительные проявления
- остановить прогрессирование заболевания
- сократить сроки лечения
- восстановить двигательную активность



До 31 октября ДЕРЖИМ ЦЕНЫ на АЛМАГ-01. Успевайте купить!

в салонах ортопедии «БУДЬ ЗДОРОВ»:

ул. Готвальда, д. 15; тел. 8-905-595-30-70;
ул. Рабочая, д. 16/33; тел. 8-915-217-25-19;

в медицинском магазине «ПОДОЛЬСК-ОРТО»:

ул. Ленинградская, д. 7 (ТК «Остров Сокровищ»,
2 этаж, пав. 318); тел. 8-915-217-23-07;
ул. Февральская, д. 42/24; тел. 8-968-552-70-71;

в салоне «ОРТОГРАД»:

ул. Кирова, д. 15 (здание «Типографии»);
тел. 8-903-678-69-39;

в аптеках «НЕОФАРМ»:

ул. Ленинградская, д. 7 (ТК «Остров Сокровищ»);
тел. 8-915-217-23-07;

в аптеке «СТОЛИЧКИ»:

ул. Свердлова, д. 30 т.: 8-496-755-70-43

в аптеках «ДЕЖУРНАЯ»:

пр. Революционный, д. 31/30;
Ленинградский пр., 13/20; тел. 8-4967-69-61-90;

в аптеке «АЛЬЯНС»:

ул. Комсомольская, д. 46, под. 1; тел. 8-499-394-41-64

в аптеках «ПОСТРИК»:

ул. Кирова, д. 38а; (у гл. входа ПГКБ);
ул. Машиностроителей, д. 18; тел. 8-4967-54-51-17;

в аптеках «ФЛОРИЯ»:

ул. Большая Серпуховская, д. 34 (напротив ТЦ «Капитолий»);
ул. Кирова, 50 (напротив М-Видео).



**ГАРАНТИЯ
3 года**

Вы можете заказать нашу продукцию с завода по адресу: 391351, Рязанская область, р.п. Елатьма, ул. Янина, 25, АО "Елатомский приборный завод", на сайте www.elamed.com (в т.ч. наложенным платежом)

Бесплатный телефон завода: **8-800-200-01-13.**

Консультации ДО и ПОСЛЕ покупки.

Подробности у представителя в регионе: **8-926-391-20-75.**

Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

завод светопрозрачных конструкций
ХАМЕЛЕОН

ОКНА
ПВХ и АЛЮМИНИЙ

РЕАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО ПО РЕАЛЬНОЙ ЦЕНЕ!

8 (499) 400-40-00 8 (800) 505-40-50
подробности на сайте www.hameleon.ru



**Сдается
ОФИСНОЕ ПОМЕЩЕНИЕ
с отдельным входом.**

Оснащено офисной мебелью, компьютерной техникой, пять телефонов (4 городских, 1 московский), высокоскоростной интернет «Реалком». Имеется подсобное помещение для архива. Площадь 110 кв. м. Евроремонт. Охраняемая автостоянка. Дорого.

Адрес: Подольск, ул. Парковая, д. 7.
Звонить по тел. 8 (916) 455-42-42.

ПРОДАЮ отличную квартиру в ЖК «ШЕПЧИНКИ»

1-ком., 44 кв.м, на 10 этаже. ЛУЧШАЯ ЦЕНА! 8 (925) 003-71-12

Podolsk.ru

ПОДОЛЬСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПОРТАЛ

Советская пл., д. 3,
офис 012 (цоколь);
тел. (4967) 556-555

WWW.PODOLSK.RU

Транспортная компания «Аврора»
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:



● **МЕНЕДЖЕРА ПО ПРОДАЖАМ** ● **ЛОГИСТА**

Требования: успешный опыт работы в сфере грузовых автоперевозок; опытный пользователь ПК.

Условия: график работы: пн.–пт. 10–19, з/п обсуждается индивидуально.

+7 (495) 107-06-07, доб. 115. Офис м. Аннино

ВНИМАНИЮ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ!

Анонимные письма (без подписи и обратного адреса)
редакцией не рассматриваются!

Объявления от частных лиц
принимаются только по предъявлении паспорта

Главный редактор **Е. Н. ЗОЛОТОВЕРХОВА.**
elena.zolotoverhova@yandex.ru

Учредитель: ООО «Ваш шанс Плюс».
Издатель: Конфедерация журналистских союзов.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Центральному федеральному округу. Регистр. св-во ПИ № ФС77-22836.

© ООО «Редакция «Ваш шанс», 2016.

При перепечатке ссылка на «ВШ» обязательна.
За содержание рекламы редакция ответственности не несет.

Мнение авторов публикуемых материалов не обязательно совпадает с точкой зрения редакции.

Авторы публикаций несут ответственность за точность приведенной информации.

Рукописи и фотоснимки не рецензируются и не возвращаются.

Рекламируемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации в случаях, предусмотренных законом.

Отпечатано в типографии ООО «ВМГ-Принт»:
Москва, Дмитровское шоссе, д. 100; заказ 2897.
Объем 2 п. л., офсетная печать. Тираж 40000.
Номер подписан 24. 10. 2016 г.

Наши адреса: 119021, Москва, Зубовский б-р, д. 4, к. 444;
142117, Подольск, Моск. обл., ул. Парковая, д. 7.
Тел.: (495) 724-69-66; (925) 545-84-91, 772-26-64.
Тел./факс: (495) 592-33-03; (968) 938-58-53/80
(4967) 63-66-66, 63-38-75, 63-30-81/85.

E-mail: vshans@list.ru, glavredvshans@list.ru
Website: www.v-shans.ru

Газета распространяется бесплатно в городах: Подольск, Климовск, Москва, Щербинка, Домодедово, Видное.

ОГРН 1026200861620