ОТДЫХ и ЗДОРОВЬЕ в Зеленограде

16+

ФЕВРАЛЬ-МАРТ 2021 РЕКЛАМНОЕ ИЗДАНИЕ

СЕРГЕЙ БУРУНОВ

Читайте на стр. 4

* ГОРОДСКАЯ АФИША стр. 2
* ГОРОСКОП стр. 6

СЕМЕЙНАЯ КЛИНИКА

корпус 1506

ВСЕ ВИДЫ МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ

• ДЕТСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ • ВЗРОСЛОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

ВЫЕЗД НА ДОМ ВРАЧА И МЕДСЕСТРЫ

• Терапевт • Кардиолог
• Педиатр • Невролог • ЛОР
• Хирург • Ревматолог • ЭЭГ
• Уролог • Пульмонолог • ЭКГ
• Анализы • Капельницы
• Инъекции • Массаж

*Работа с юридическими лицами

АНАЛИЗЫ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

ДИАГНОСТИКА НА COVID–19 от 1500 р.

ПРИЕМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

УНИКАЛЬНЫЙ ЛОР-КАБИНЕТ

ГИНЕКОЛОГИЯ И УРОЛОГИЯ

НОВЕЙШЕЕ оборудование экспертного класса

семейные медицинские центры

корпус 338 8(495) 767-1-338

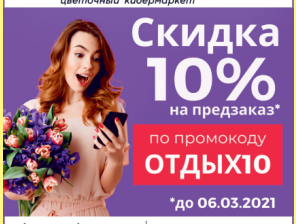
корпус 1506 8(495) 776-1506

корпус 340 8(495) 767-6-340

МНОГОКАНАЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН 8(499) 678-03-78

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

цвето́в.ру
цветочный кибермаркет



Скидка 10% на предзаказ*

по промокоду ОТДЫХ10

*до 06.03.2021

zelenograd.cvetov.ru | 8(999) 999-7730

СТОМАТОЛОГИЯ

ВИТА-ДЕНТ www.vita-dent-krivcovo.ru

8-964-555-5592, 8-964-555-5569

• ЛЕЧЕНИЕ
• ВСЕ ВИДЫ ПРОТЕЗИРОВАНИЯ

пенсионерам скидки 10%

Солнечногорский район, д. Кривцово, д. 5А

КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР ЗЕЛЕНОГРАД

www.zelcc.ru

Центральная пл., д. 2, тел. 8 (499) 734-3171

До 4 марта, с 10.00 до 21.00. Авторские выставки зеленоградских художников Нины Силаевой и Анастасии Берестенко. Вход свободный. 6+

20 февраля, 12.00. Театрально-цирковая программа «Ребятам о зверятах». 6+

20 февраля, 19.00. Спектакль «Хозяйка гостиницы» «Ведогонь-театра». 12+

22 февраля, 17.00. Праздничный концерт Кубанского казачьего хора. 6+

23 февраля, 17.00. Концерт арт-группы «Soprano Турецкого». 6+

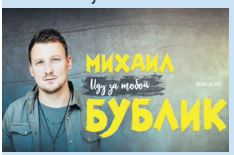
23 февраля, 19.30. Концерт арт-группы «Хор Турецкого». 6+

25 февраля, 19.00. Спектакль «Дон Жуан, или Каменный пир» «Ведогонь-театра». 16+

27 февраля, 12.00. Спектакль «Полнолуние в детской» «Ведогонь-театра». 6+

28 февраля, 19.00. Концерт Кристины Орбакайте. 12+

2 марта, 19.00. Концерт Михаила Бублика. 6+



4 марта, 19.00. Концерт Государственной академической капеллы имени Юрлова «Благословим любовь». 6+

6 марта, 12.00. Фиксишоу «Помогаторы». 6+

6 марта, 17.00. Концерт группы «Мельница». 12+

7 марта, 12.00. Спектакль Московского губернского театра «Маленькая колдунья». 6+

7 марта, 18.00. Концерт Владимира Винокура и его Театра пародий. 12+

8 марта, 19.00. Концерт рок-группы «Ария». Юбилейный тур – 35 лет. 12+

9 марта, 19.00. Спектакль

«Хочу купить вашего мужа». Актерский состав: Елена Сафонова, Валентин Смирнитский и Мария Климова. 16+

13 марта, 19.00. Спектакль «Лев зимой» в постановке Сергея Гинзбурга. В главной роли заслуженный артист России Максим Аверин. 16+

14 марта, 12.00. Симфосказка Московского государственного симфонического оркестра «Русалочка». 6+

14 марта, 17.00. Мюзикл «Буратино» творческой мастерской под руководством Алексея Рыбникова. 6+

20 марта, 18.00. Мюзикл-шоу «Нотр Дам де Пари. Ромео и Джульетта». 12+

21 марта, 12.00. Театрально-цирковое представление «Тролли и Белоснежка». 6+

21 марта, 19.00. Концерт Александра Серова. 12+

26 марта, 19.00. Юбилейная шоу-программа «Нам 10 лет» театра танца «Искушение». 12+

27 марта, 18.00. Спектакль «Семейный ужин в половине второго». В ролях: Анна Большова, Анатолий Васильев, Ольга Остроумова и др. 16+

28 марта, 19.00. Концерт Владимира Спивакова и оркестра «Виртуозы Москвы». 6+

Посещение Культурного центра «Зеленоград» возможно только при использовании одноразовой маски / респиратора и соблюдении социальной дистанции, а также после измерения температуры тела бесконтактным термометром.

ВЫСТАВОЧНЫЙ ЗАЛ МУЗЕЯ ЗЕЛЕНОГРАДА

Корп. 1410, тел. 8 (499) 717-1602, zelmuseum.ru

До 4 апреля. Выставка живописи, графики, фотографий и моделей локомотивов из частных коллекций «Старый мотив железных дорог». 6+

КЦ «ДОБРОВОЛЕЦ»

Корп. 514А, тел. 8 (499) 729-7468

20 февраля, 15.30. «Космолед» на катке у корп. 403.

20 февраля, 16.00. Программа «Защитники» на катке у корп. 403.

20 февраля, 18.00. «Парад сказочных героев». Яркие ростовые куклы выйдут на каток у корп. 936 и проведут торжественное шествие сказочных героев.

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ СОРОК ОДИН

Учредитель и издатель
ООО «Издательский дом «41»
Свидетельство ПИ №ТУ50-02832
от 23.08.2019 г.
Подписано в печать 20.02.2021 г.

Журнал «Отдых и здоровье в Зеленограде» 16+
№1(249), 25.02.2021 г. (рекламно-информационный)
Адрес издателя и редакции: 124482, Москва, ЗелАО, корп. 339а, оф. 1-7
Тел.: 499-735-8486, 499-735-2271, 499-734-9142, e-mail: konkurs41@bk.ru
Отпечатано в типографии: ООО «Тверской Печатный Двор», г. Тверь, с. Никольское, д. 26

Главный редактор
Т.О. Сидорова
Дизайн и верстка
А. Голофеева
Тираж 4000 экз.
Свободная цена

НЕАПОЛИТАНСКИЙ СТИЛЬ

ДЫМ

ПИЦЦА ИЗ ДРОВЯНОЙ ПЕЧИ

р.п. Андреевка,
Промышленная зона, вл. 2, с. 1.
Часы работы: 11.00 – 21.00
www.pizzadym.ru

ПИЦЦА – ВНЕ ВРЕМЕНИ

Пицца (в современном ее понимании) давно перестала быть частью исключительно итальянской кухни. На протяжении столетий рецептура этого блюда менялась – появлялись новые начинки, виды теста и всевозможные сочетания. Пик ухода от классической рецептуры пришелся на минувшее столетие, когда пицца обрела мировую популярность и стала одним из самых востребованных видов фастфуда.

ГДЕ НАЙТИ ТУ САМУЮ, ОРИГИНАЛЬНУЮ ПИЦЦУ?

Бытует мнение, что попробовать настоящую пиццу можно только на ее исторической родине – в Неаполе. Именно там в XVII веке родилось классическое сочетание лепешки (плоского, запекаемого в печи хлеба) с томатным соусом и начинками. А спустя 100 лет, в 1738 году, в Неаполе открылась первая пиццерия – «Антика». Да, в Неаполе настоящую пиццу вы можете найти практически на каждом шагу. В городе есть несколько пиццерий с многовековой историей, где рецепты блюда передаются из поколения в поколение.

А МОЖНО ЛИ ОТВЕДАТЬ НЕАПОЛИТАНСКУЮ ПИЦЦУ ЗА ПРЕДЕЛАМИ НЕАПОЛЯ?

Можно! В PIZZERIA ДЫМ вы можете заказать пиццу, приготовленную по традиционному рецепту из итальянской муки и томатов из Неаполя. Здесь специально для вас профессиональный пиццайоло помещает пиццу в оригинальную дровяную печь и готовит ее при очень высокой температуре (не менее 400 градусов). Время выпекания такой пиццы составляет не более 1,5 минуты! Для приготовления теста в PIZZERIA ДЫМ используют специальную итальянскую муку тонкого помола с высоким содержанием белка.
В его составе – только мука, вода, соль и дрожжи.
В качестве соуса для такой пиццы используется соус из неаполитанских помидоров – сан-марцано.
И, наконец, сыр... Здесь он всегда свежий, из молока коров или fior di latte.
Классическую «Маргариту», «Маринару», «Каприччиозу» и другие виды традиционной неаполитанской пиццы можно попробовать не выходя из дома. Вы можете заказать доставку пиццы из PIZZERIA ДЫМ, выбрав самые аппетитные блюда

на сайте pizzadym.ru

А если вы хотите увидеть, как пиццайоло раскатывает тесто и выпекает вашу пиццу в настоящей дровяной печи, приходите в PIZZERIA ДЫМ!
Приятная атмосфера и дух настоящей неаполитанской пиццерии сделают ваши впечатления от блюд яркими и незабываемыми.

Buon appetito!

СЕРГЕЙ БУРУНОВ

7 ИНТЕРЕСНЫХ ФАКТОВ

1 Если бы Сергей не стал звездой экрана, вероятнее, он бы сидел за штурвалом самолета. О профессии военного летчика артист мечтал с детства. В старших классах занимался в аэроклубе, поступил в Качинское высшее военное авиационное училище.

2 Во время учебы стал играть в КВН, обожал пародировать офицеров, однокурсников. В итоге мечта о сцене перевесила, Бурунов бросил Качинское. Год провел в эстрадно-цирковом училище, а со второй попытки все-таки стал студентом Щукинского театрального, где раскрылся его комедийный талант.

3 Окончив учебу, актер четыре года провел на сцене Московского академического театра сатиры, где был занят в нескольких спектаклях. Сыграл роль в «Театре.doc», но вскоре стал сниматься в шоу «Большая разница» и распрощался с театром.

4 Сергей Бурунов – один из самых востребованных актеров дубляжа. Озвучил более 200 фильмов, а также некоторые компьютерные игры. Голосом Сергея говорят многочисленные звезды Голливуда – от Джонни Деппа до Дэнни Де Вито. А чаще всего – Леонардо Ди Каприо, которого Бурунов озвучил более чем в десятке картин.

5 Жены и детей у актера нет. Сам Сергей утверждает, что дело в природной застенчивости. На тему отношений говорит редко, упоминая лишь, что ему нравятся «женщины восточного типа».

6 В день своего рождения Бурунов перевел 42 тыс. рублей фонду Константина Хабенского на лечение детей с тяжелыми заболеваниями мозга. Вдохновил на это Сергея его коллега по сериалу Александр Петров.

7 Бурунова сейчас можно увидеть чуть ли не в каждом громком проекте: сериалы «Содержанки», «Домашний арест», «Полицейский с Рублевки», «Краткий курс семейной жизни», «Duxless 2», «Кухня». И еще десятки и десятки ролей. Сергей также снялся в нескольких клипах: «Философский камень» группы «Би-2», «Не Париж» и «Страшная месть» группы «Ленинград».

Магазин
Новый Рыболов
на Яблоневой аллее

Адрес: Зеленоград, Яблоневая аллея, корп. 317А (цокольный этаж)
8(495) 015-9065
https://kladowoy.ru @kladovoy.ru

РЕАБИЛИТАЦИЯ

ПОСЛЕ COVID-19

В МЕДИЦИНСКИХ ЦЕНТРАХ

НИКОР-МЕД

- Подбор индивидуальной программы квалифицированной медицинской помощи пациентам, перенесшим COVID-19
- Ваш личный доктор на протяжении всей программы реабилитации до момента выздоровления
- Консультации врачей разных специальностей
- Возможность вызова на дом врача и м/сестры для консультации и диагностики

НИКОР

REABILITACIYA-KORONA.RU

+7 (495) 119-73-80

пора заняться восстановлением!

ЗЕЛЕНОГРАД, КОРП. 330

АНДРЕЕВКА, УЛИЦА ЖИЛИНСКАЯ, ДОМ 27, К 6

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

МАРТ

Март 2021 года можно назвать периодом позитивных преобразований. В это время найдутся новые методы решения старых проблем и разногласий во всех сферах жизни.

ОВЕН
Вы почувствуете огромную уверенность в своих силах, поняв, что выход есть во всем! Даже в самой, казалось бы, безвыходной ситуации!

ТЕЛЕЦ
Март открывает для вас двери в безграничные возможности. Они будут буквально повсюду. Главное – не растеряться и воспользоваться благосклонностью судьбы.

БЛИЗНЕЦЫ
Вы будете действовать на пределе своих возможностей. Так вы подготовите надежный фундамент для своих будущих успехов.

РАК
Март для вас – мост в счастливое будущее. Вы наконец-то увидите свет в конце туннеля, хотя он может быть и не очень ярким, но это только пока.

ЛЕВ
Именно сейчас вы почувствуете внутренние силы для осуществления задуманных планов и как можно сильнее приблизитесь к своей мечте.

ДЕВА
Будте активны, как никогда ранее! Общительность, энергичность и способность решать сложные задачи вырастут многократно.

ВЕСЫ
Вам представится отличный шанс улучшить свою жизнь. Гороскоп рекомендует выжать максимум из возможного. Удача на вашей стороне!

СКОРПИОН
Вы будете чувствовать себя энергичнее и увереннее. Ваш творческий подход и нестандартные решения помогут справиться со всеми накопившимися задачами.

СТРЕЛЕЦ
Вторая половина месяца будет деятельной и энергичной. Поэтому набирайтесь сил и готовьтесь к плодотворному периоду.

КОЗЕРОГ
Наметились положительные тенденции в вашей жизни. Судьба приготовила приятные сюрпризы. Хватайте удачу за хвост.

ВОДОЛЕЙ
В марте вы сможете взять под контроль свою жизнь. Справиться со всеми делами помогут сосредоточенность и энергичность.

РЫБЫ
Вы почувствуете благосклонность звезд. Это очень благоприятный месяц, когда вы сможете предпринять активные действия и совершить много полезных дел.

2 марта 1969 г. родился Михаил Пореченков – актер, режиссер и продюсер.

29 марта 1976 г. родилась Ирина Круг – певица.

МЕДИЦИНСКИЕ АНАЛИЗЫ

ситилаб

ВЫЯВЛЕНИЕ РНК КОРОНАВИРУСА COVID-19 (SARS-COV-2)

+ определение антител класса G (IgG) и M (IgM)

С выдачей сертификата международного формата на английском языке

Вы планируете вакцинацию и хотите максимально обезопасить себя от потенциальных побочных действий

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ НА НОВЫЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ПРОФИЛЬ «ПЕРЕД ВАКЦИНАЦИЕЙ»

в профиль входят 5 важных показателей и интерпретация результатов специалистом:

- ОБЩИЙ АНАЛИЗ КРОВИ
- АЛТ • АСТ • КРЕАТИНИН
- ИММУНОГЛОБУЛИН Е

Цена: 1630 р.

г. о. Солнечногорск, п. Поварово, мкрн 1, стр. 1 ☎ 8 (499) 992-0403

www.citilab.ru 8-800-100-363-0

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

школа скорочтения
и развития интеллекта

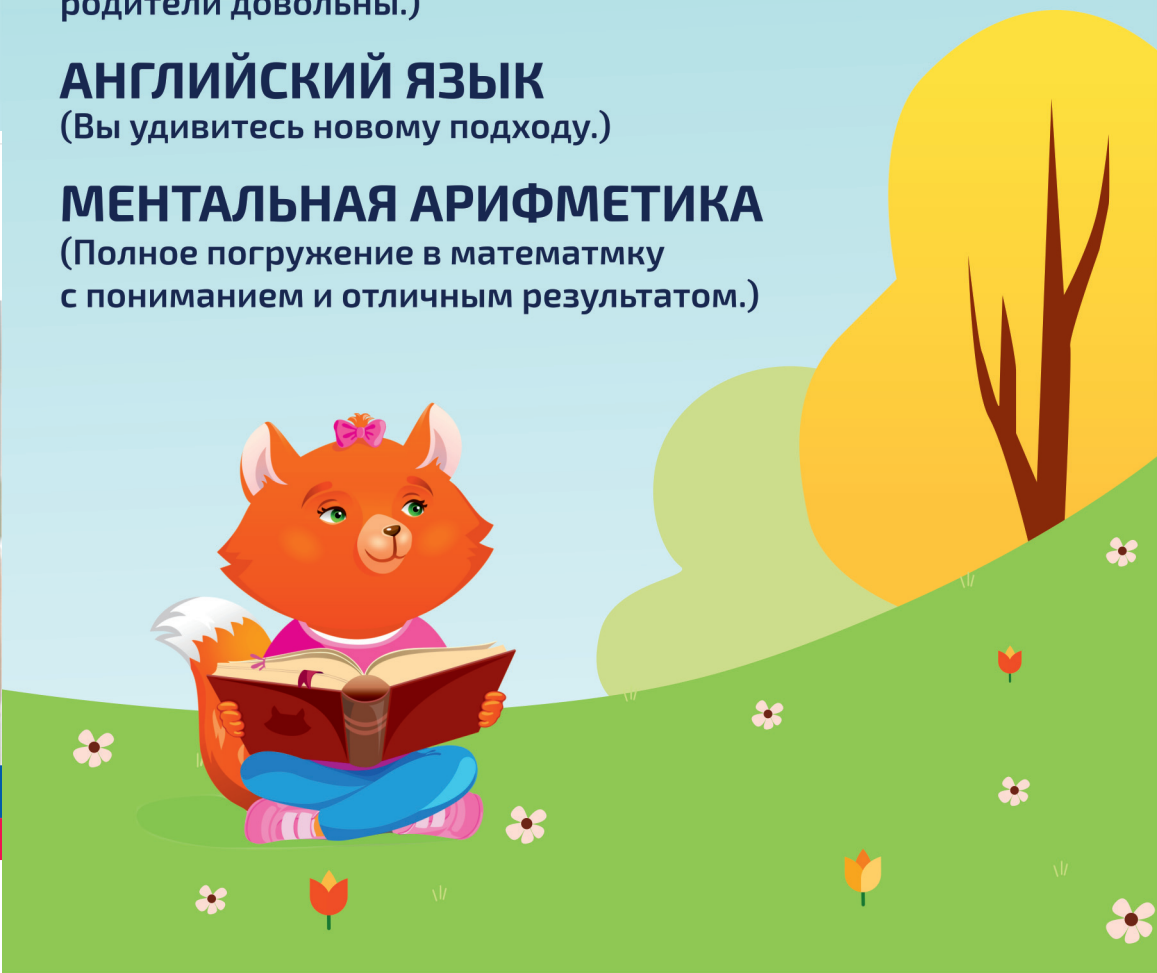
г. Зеленоград,
корпус 2005;
корпус 108
тел. 8 495 12 06 007

СКОРОЧТЕНИЕ
(Обучение чтению, корректировка,
развитие всех видов памяти, подготовка к школе.)

ГРАМОТНОЕ ПИСЬМО
(Русский язык по новой методике. Детям понятно,
родители довольны.)

АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК
(Вы удивитесь новому подходу.)

МЕНТАЛЬНАЯ АРИФМЕТИКА
(Полное погружение в математмку
с пониманием и отличным результатом.)



АРГО SPA-ЦЕНТР

Спа-центр «Арго»

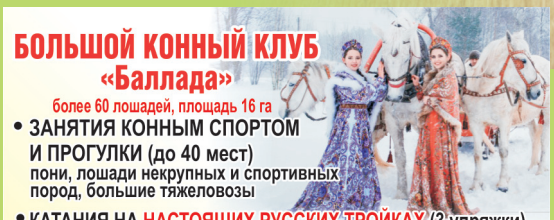
- СПА-программы
- косметология
- массаж
- талассотерапия
- ногтевой сервис
- кедровый ковчег

ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ

Корп. 123,
цокольный этаж
www.argo-spa.ru
argospa1
8-925-585-7032
8-499-762-4151

ПОДАРКИ ТОП-5

1. ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ В СПА-САЛОН
2. ЦВЕТОЧНАЯ КОМПОЗИЦИЯ
3. УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПОЕЗДКА
4. УЖИН В РЕСТОРАНЕ
5. ЯРКИЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ



БОЛЬШОЙ КОННЫЙ КЛУБ «Баллада»

более 60 лошадей, площадь 16 га

- ЗАНЯТИЯ КОННЫМ СПОРТОМ И ПРОГУЛКИ (до 40 мест)
  пони, лошади некрупных и спортивных пород, большие тяжеловозы
- КАТАНИЯ НА НАСТОЯЩИХ РУССКИХ ТРОЙКАХ (3 упряжки), В САНЯХ ИЛИ В КАРЕТАХ (до 40 мест)
- БЕСЕДКИ ДЛЯ БАРБЕКЮ И ШАШЛЫКА В ЛЕСУ, ОТДЫХ И ЧАЕПИТИЕ В ТЕПЛЕ
- СВОЙ СКОТНЫЙ И ПТИЧИЙ ДВОР (животных можно приобрести)

ПРАЗДНИЧНЫЕ ПРОГРАММЫ (под заказ)
на Масленицу и 8 Марта
•конные представления • мастер-классы

п. Поварово, СНТ «Шафран»
кскбаллада.рф
8-916-312-4013
8-915-317-2121
Конный клуб работает ежедневно с 9.00 до 20.00

БОРОДАТЫЙ ЦВЕТОВНИК

ЦВЕТЫ • БУКЕТЫ КОМПОЗИЦИИ ШАРИКИ

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА
по ЗелАО и ближайшим окрестностям

www.bflo.ru 7-968-474-4616
п. Голубое, Тверецкий пр-д, 16/3
@bflo_ru vk.com/bflo_ru

САЛОН

«ОПТИКА»

ПОДБОР ОЧКОВ – БЕСПЛАТНО

Лицензия № ЛО-77-01-006855

078366-1

ВЕСЬ МАРТ – СКИДКА НА ЗАКАЗ 10%

корп. 2309А, ТД «Столица», салон «Оптика»

тел. 8(925) 88-44-282

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕЙТИНГ 41

ПСИХОЛОГИ

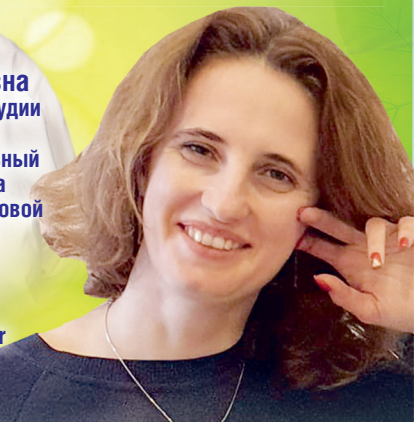
ВЕЛИКОЛЕПНАЯ 5

САВЕЛИЧЕВА Влада Викторовна
Психолог-консультант, коуч.
30 лет консультирования, ИРП-консультант, DST, НЛП, холодинамика и др.
методы: семейное консультирование; личностный рост; развитие карьеры.
Социально-психологический центр «Вера».
8 (915) 257-7773, 8 (499) 734-1785,
8 (929) 657-9212

ПАНФУТОВ Дмитрий Викторович
Психолог-психотерапевт, нейропсихолог, клинический психолог. Решение любых психологических проблем детского и взрослого возраста. Специалист в области эриксоновского гипноза. Лечение психосоматических расстройств (БАР, ОКР), депрессий, фобий и др.
Основатель «Логопед-Проф»,
корп. 125, тел. 8 (925) 891-5646,
корп. 1824, тел. 8 (926) 103-1824
www. logoped-prof.ru

КОЛОТОВА Елена Владимировна
Основатель и ведущий специалист студии практической психологии «Дар», психолог-психотерапевт, действительный член ОППЛ: психосоматика; работа с детьми (детская психотерапия в игровой форме); работа с подростками; консультации семейных пар.
+7 (916) 912-5455
Сайт elenakolotova.ru
Instagram elenakolotova_studio_dar

МОХОВА Анастасия Васильевна
Психолог высшей категории, сертифицированный тренер по интегративной кинесиологии: индивидуальное и семейное психологическое консультирование; работа с клиентскими, терапевтическими группами. Более 15 лет успешной практики.
+7 (916) 172-9221
Instagram anastasiymoxova
taplink.cc/anastasiymoxova



ШЕВЧУК Марина Васильевна
психолог, рефлексотерапевт, сертифицированный арт-терапевт: психосоматика; семейная психотерапия; психотерапия детско-родительских отношений; работа с психологическим бесплодием; работа с подростками в индивидуальной/групповой форме.
+7 (925) 047-6535
Instagram psycholog_shevchuk

С 1 ПО 31 МАРТА

1 марта
Всемирный день комплимента

2 марта
Международный день спички

3 марта
Всемирный день писателя

4 марта
День рождения микрофона

6 марта
Международный день зубного врача

7 марта
Международный день детского телевидения и радиовещания

8 марта
Международный женский день

9 марта
Всемирный день диджея

10 марта
День диетолога

11 марта
День сотрудников частных охранных агентств

12 марта
День работников уголовно-исполнительной системы РФ

13 марта
Всемирный день сна

14 марта
Прощеное воскресенье

15 марта
День добрых дел

18 марта
День налоговой полиции

19 марта
День моряка-подводника

20 марта
Международный день счастья

21 марта родился Анатолий Смирнов – префект Зеленограда. Крепкого здоровья, творческих планов и успехов!

21 марта
День работников ЖКХ

22 марта
Всемирный день водных ресурсов

25 марта
День работника культуры России

27 марта
Всемирный день театра

30 марта
День защиты Земли

МИР ЗДОРОВЬЯ

Адрес: д. Брехово, 83
с 7.00 до 20.00

8(917) 593-5834

КАБИНЕТ УРОЛОГА-АНДРОЛОГА

- анализы
- УЗИ
- лечение бесплодия
- лечение заболеваний простаты
- лечение мочевого пузыря

079447

БОМБА
СПОРТЗАЛ

СКИДКИ
на годовые абонементы
с 19 по 23 февраля,
с 5 по 8 марта

ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ

Площадь зала 800 м²
Более 50 тренажеров
круглый год — 18–20 °С
Спортивное питание
на натуральной основе

2018 ЗВЕЗДА КАЧЕСТВА
РОССИЙСКИЙ РЕЙТИНГ КАЧЕСТВА ТОВАРОВ И УСЛУГ

Корп. 340а
8(499) 734-6072
8(965) 384-6661
www.bombazel.ru

Февральские морозы и коронавирусная эпидемия не повод откладывать на потом борьбу со своими недугами и визит к врачу с последующим комплексом реабилитационных мероприятий. Мысли, что авось пронесет и «само рассосется», – это большая иллюзия или наивность, как у страуса, который думает, что спрятался, засовывая голову в песок. Затягивание решения проблемы усугубляет и удорожает процесс ее лечения.

ОБРАЗ ЗДОРОВЬЯ

ПРЕДУПРЕДИ БОЛЕЗНЬ

Игнорирование потребностей – когда некогда, потом, нет денег, холодно, страшно заразиться, на прием не попасть, ничего нового там не скажут, не хочу сидеть в очереди, времени жалко – до добра не доводит. Что там еще в голове крутится, когда тянешь резину? Эта словомешалка многим знакома.

Во всех этих отговорках есть рациональное зерно, я их не обесцениваю, но вместе с тем продолжаю удивляться тому, что по всем канонам медицины, по крайней мере восточной, здоровьем надо заниматься задолго до появления первых симптомов, а у нас люди обращаются к врачу за три дня до смерти. Почему так? Здоровье не является ценностью, когда оно есть. Это как бы само собой разумеющийся факт, типа никуда оно не денется. А вот и нет.

Как раз проблема возникает часто неожиданно, не к месту, некстати, не вовремя и досадно. Только на самом деле это не так, сигналы были, явные и неявные, на уровне ощущений, интуиции, порывов позвонить… но пресекались, откладывались на потом, и рано или поздно это потом и происходило. Жестко и бескомпромиссно. От болезни не спрячешься. Она не простит. Придется по долгам платить – телу, душе… Незнание не освобождает от ответственности. Кажется, так звучит на юридическом языке. Это справедливо и в медицине. И в отношениях в семье и в коллективе. Выбор за вами. Пронесет? Может быть… А если нет?

За каждым вашим выбором следует ответственность. Неминуемо. Не знаете, что делать? Наберитесь смелости заглянуть правде в глаза и признаться себе, что требуется помощь, совет, рекомендация. Им необязательно следовать, решать вам, но, по крайней мере, они хотя бы сориентируют, в какую сторону двигаться. И даже ошибки могут быть на этом пути. Это нестрашно. Главное – двигаться. Но если просто замереть и ничего не делать, ждать, что само собой, как-то кое-где у нас порой… Это гибельно и безвозвратно. Лучшая медицина – профилактическая.

Самый верный шаг – комплексная диагностика резервов, ресурсов адаптации, выявление слабого звена. Для этого в нашем центре есть целая батарея диагностических технологий, которые увидят проблему в зачаточном состоянии, на уровне рисков, когда еще можно «подстелить соломку». Это РОФЭС, ДеПульс+, ВРТ, адаптометрия, Кристалл. Причем ни в одном из учреждений Зеленограда такого набора нет. Это созвездие диагностических тестов, на которые ориентируются специалисты по здоровью в Европе. Под стать им и арсенал лечебных технологий, среди которых аппараты Камертон (Минитаг), ДеВита, Детензор, остеопатия, психотерапия и др.

Прием по записи по тел.
8-499-732-2943, 8-964-521-7272.
Сайт www.lido-zel.ru
соцсети taplink.cc/dok1711

РЕМОНТ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

БЕСПЛАТНО!

ЗАМЕРЫ/СМЕТА/КОНСУЛЬТАЦИИ
ПОКАЗ ГОТОВЫХ КВАРТИР

ТЕРЯЕТЕ ВРЕМЯ!
ЗВОНИТЕ!
ЛУЧШЕ НЕ НАЙТИ!

АВТОРСТРОЙ

РЕМОНТ И ОТДЕЛКА - ОТ ИДЕИ ДО ВОПЛОЩЕНИЯ!

Предложим лучшие условия на ремонт

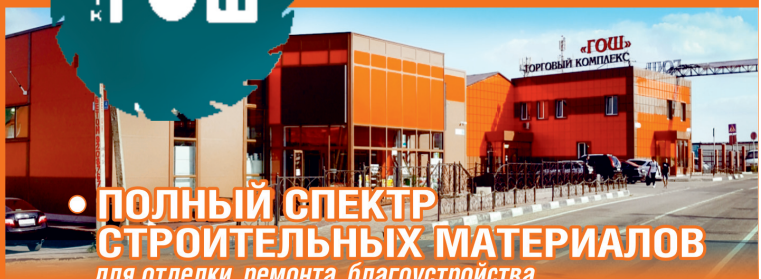
Кондиционер или Видеонаблюдение В ПОДАРОК!

НАШИ РЕАЛЬНЫЕ ТЕКУЩИЕ РАБОТЫ С СУЩЕСТВУЮЩИХ ОБЪЕКТОВ ON-Line
avtorstroi
avtorstroi.ru

+7 (499) 396-86-55
+7 (926) 341-46-66
WWW.AVTORSTROI.RU

ПОДАРОК ВСЕМ ПОДАРОК ВСЕМ ПОДАРОК ВСЕМ

МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТОРГОВЫЙ КОМПЛЕКС «ГОШ»



• ПОЛНЫЙ СПЕКТР СТРОИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ
для отделки, ремонта, благоустройства вашего дома!
• а также
СДАЕМ ПЛОЩАДИ В АРЕНДУ
под офисы, магазины, производство, склады

АКЦИИ! СКИДКИ! ДИСКОНТ! ДОСТАВКА!

д. Брехово, г. о. Солнечногорск,
ул. Березовая аллея, д. 13, стр. 1
с 8.00 до 20.00, без вых., без обеда

Мы есть в соцсетях
тел: 8-499-558-0273
8-985-818-5790

ТРИ СЕКРЕТА УСПЕШНОГО РЕМОНТА

1. Любой ремонт должен начинаться с проекта.

2. Составьте предварительный бюджет, куда будут включены:

- основные расходы – на материалы для работ, без которых невозможно въехать в квартиру;
- второстепенные расходы – то, что теоретически можно купить и через некоторое время после окончания ремонта;
- стоимость работы бригады.

3. Внимательно отнеситесь к выбору бригады.

С осторожностью обращайтесь к частникам, даже если это обойдется дешевле. Если что-то пойдет не так, вам сложно будет вернуть деньги даже через суд, т.к. частники редко заключают письменный договор.

Если бригаду рекомендуют знакомые, не ленитесь лично посмотреть результаты их работы, сходите на объект.

Ресторан
молдавской и европейской кухни

«Басарабия»

д. Черная Грязь, стр. 18М
8-903-204-24-14, 8-963-775-55-11

basarabia. restaurant
basarabiarestaurant

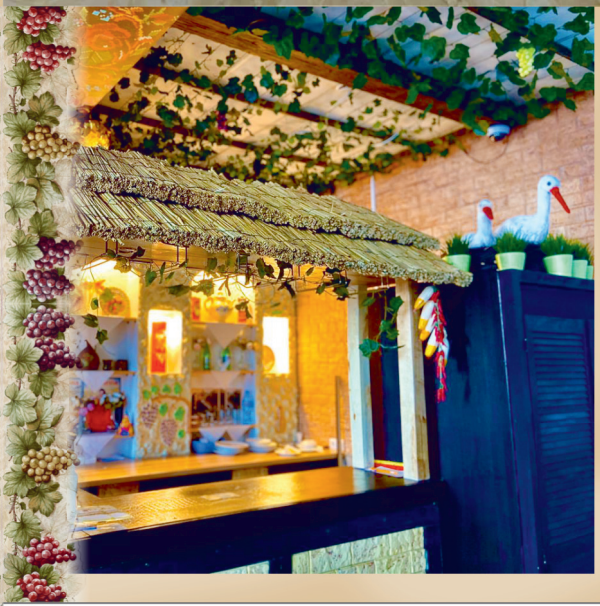
2 банкетных зала

- малый зал – 30 человек
- большой зал – 90 человек

• КОРПОРАТИВЫ
• СВАДЬБЫ
• ДНИ РОЖДЕНИЯ

Живая музыка
с пятницы по воскресенье
с 17.00

Откройте для себя изысканный мир молдавского гостеприимства и радушия



ЛО-50-01-001026 от 27.05.2009 г.

СТОМАТОЛОГИЯ Эстедент

16 лет практики! Клиника, которой доверяют!

ВЕСЬ СПЕКТР СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ

СВОЯ ЗУБОТЕХНИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

ГАРАНТИЯ НА ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

• ПЕНСИОНЕРАМ - СКИДКИ! • КРЕДИТ И РАССРОЧКА! Прием ведут специалисты из Твери

АКЦИЯ

ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА 3 500 ₽

ОФИСНОЕ ОТБЕЛИВАНИЕ 4 990 ₽

ул. Красная. д. 121 (вход с Ленинградского ш.)
8(906) 072-7662

Обуховский проезд, д. 2 (Школа №2)
8(903) 612-7934

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Domino's Pizza

ЕЩЁ БОЛЬШЕ СЫРА,
ЕЩЁ БОЛЬШЕ НАЧИНКИ!
БОЛЬШИЕ КУСОЧКИ МЯСА!

ПОПРОБУЙТЕ НОВЫЕ ВКУСЫ
ЛЕГЕНДАРНОЙ ПИЦЦЕРИИ

Зеленоград,
ул. Новокрюковская, 7

ДОСТАВКА
8-495-478-8824
www.dominospizza.ru