

**НОВЫЙ проект АФИША** Пусть о вас узнает весь город!

Приглашаем рекламодателей. Тел. 8-499-735-2271, 8-499-734-9142

**18+ (665)**  
четверг  
12 мая  
2016 года

Тема номера: **здоровье**

# ПЛЮС

еженедельное рекламное издание

www.id41.ru

БЕСПЛАТНО ВО ВСЕ ПОЧТОВЫЕ ЯЩИКИ ЗЕЛЕНОГРАДА, п. АНДРЕЕВКА

**СЕМЕЙНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ КЛИНИКА**  
**ДЕТСТВО Плюс**

**МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ И ОСТЕОПАТИЯ**

Иванченко Дмитрий Викторович  
Врач мануальной терапии. Остеопат

8(499) 50-2-50-05 www.med-det.ru  
детство-плюс.рф

Лицензия № 10-77-01-006928

**Проверьте воду в нашей лаборатории!** ses-zelenograd.ru

Зеленоград,  
ул. Конструктора Гуськова,  
д.1, стр.1, пом 142

8 495 648 84 67  
8 905 539 35 39  
8 925 898 83 38

Предварительный звонок обязателен!

Ваше здоровье и здоровье ваших детей во многом зависит от состава воды, которую пьете!

**УЗНАЙТЕ ПЕРВЫМИ!**

**«ПУШКИНСКИЙ ХЛЕБ» («КАРАВАЙ – СВ»)!**

Открылся магазин «Пушкинский хлеб» («Каравай-СВ») Хлеб и хлебобулочные изделия (свадебные караваи, пасхальные куличи, пироги, булочки, печенье) без дрожжей, добавок и усилителей вкуса! Всегда свежий хлеб с большим сроком хранения (96 часов). Андреевка, рядом с ТЦ «Ашан». Тел. 8-925-8263178

**ОТКРЫЛСЯ НОВЫЙ МАГАЗИН «РУКОДЕЛЬНИЦА»!**

В ассортименте более 1000 наименований товаров для различных видов рукоделия: наборы для вышивки, пряжа, инструменты для вязания и шитья, материалы для бисероплетения, детского творчества. Проводятся различные мастер-классы. Корп. 847, тел. 8-926-369-1770

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

• под ключ  
• ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ  
• ГАРАНТИИ, СКИДКИ  
8 (903) 973-9383  
8 (499) 409-7029

**логопед проф**  
центр коррекционной педагогики

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ

- логопед
- дефектолог
- нейропсихолог
- обучение чтению, счёту, письму

8 (925) 891-5646  
info@logoped-prof.ru  
г. Москва, Зеленоград, корп. 125  
www.logoped-prof.ru

**РЕМОНТ ВАНН**  
без снятия существующей

**УСТАНОВКА АКРИЛОВЫХ ВКЛАДЫШЕЙ 6 ММ**

8-499-401-5735

**РЕМОНТ САМУЗЛОВ И ВАННЫХ КОМНАТ**  
8-926-823-6212

• ОТОПЛЕНИЕ  
• ВОДОСНАБЖЕНИЕ  
• КАНАЛИЗАЦИЯ  
• СЕПТИК  
• ЭЛЕКТРИКА

Ремонт котельной. Сервисное обслуживание.

8-967-025-1040

**ОСТЕКЛЕНИЕ балконов и лоджий**  
дерево, алюминий, ПВХ

отделка • утепление  
шкафы • пластик

жалюзи  
москитные сетки  
ремонт балконов

8(499)340-9773  
8(495)790-9914

**МАГАЗИН САНТЕХНИКА**  
САМЫЕ НИЗКИЕ ЦЕНЫ

СМЕСИТЕЛИ свыше 200 видов  
2000 наименований др. товаров

корп. 1519 (напротив «Ажура») Тел. 8-499-733-9700 с 10.00 до 20.00 (без перерыва)

**«ДОМ И САД» всегда вам рад!**

Семена, удобрения, средства защиты растений, грунты, парники, саженцы, луковичные растения, хозтовары.

Корп. 847  
Тел. 84997101757

**ВЫКУП АВТО ДОРОГО ДЕНЬГИ СРАЗУ**

8-926-733-5748

**ЗАПОИ**  
круглосуточно  
23 года

ЛЕЧЕНИЕ ЗАВИСИМОСТИ  
корп. 1205  
arxi-med.ru  
8(495) 509-2325  
8(495) 585-7903

Предъявителю купона – скидка 5%

**ЗАПОЮ-СТОП**

Есть противопоказания, посоветуйтесь с врачом

WWW.ALKOGOLYU.NET  
495-968-5258  
495-728-9400  
Зеленоград,  
Георгиевский пр., д. 5

**НАРКОЛОГИЯ**  
КРУГЛОСУТОЧНЫЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ СТАЦИОНАР

24 часа

- Нарколог на дом
- Вывод из запоя
- Кодирование
- Справки на работу
- Больничные листы
- Анализы • ЭКГ

г. Зеленоград, к. 1006 «Б», 2-й этаж, «АКСОН», за магазином «М-видео»  
www.mosgornarkolog.ru 8-495-649-41-03, 8-499-729-74-60

**ЦЕНТР СИСТЕМ БЕЗОПАСНОСТИ «МАРШАЛ»**

Для вашего офиса, склада, квартиры, дачи, гаража предлагает:

- Аудио-, видеодомофоны
- Мини-видеорегистраторы
- Охранная GSM-сигнализация
- Системы контроля и управления доступом
- Стальные двери, ворота, заборы, решетки
- Системы видеонаблюдения
- Цифровые мини-диктофоны

124683, Москва, Зеленоград  
корп. 1559, нежилое помещение III  
www.marshall-1.ru

Тел./факс: (499) 733-15 20  
(499) 733-90 90  
e-mail: marshall-1@mail.ru

**ДВЕРИ** МЕЖКОМНАТНЫЕ • ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ • СТАЛЬНЫЕ

ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ТОРГОВОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ «МАЯК»  
МАКСИМАЛЬНЫЙ ВЫБОР - МИНИМАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!

ПРОИЗВОДИМ ДВЕРИ СТАНДАРНЫХ И НЕСТАНДАРНЫХ РАЗМЕРОВ

**ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ** межкомнатные, входные, сантехнические, арки, порталы, шкафы

**СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ** входные, квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, РЕШЕТКИ КОЗЫРЬКИ ВОРОТА

ЗАКАЖИТЕ БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ИНЖЕНЕРА-ЗАМЕРЩИКА НА УДОБНОЕ ВАМ ВРЕМЯ

ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА  
ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ  
ВСЕ ВИДЫ ЦВЕТОВ И ОТДЕЛКИ

5 каждая дверь в подарок

ДЛЯ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ, ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ДЕЙСТВУЕТ СОЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА.

ЗВОНИТЕ ЕЖЕДНЕВНО И КРУГЛОСУТОЧНО 8 (495) 221-2246

**ВОЕНТОРГ**

- Одежда для силовых структур
- Товары для активного отдыха
- Камуфляж производства России и стран Европы
- Обувь
- Сувенирная продукция

Ул. Заводская, 1б, стр. 4,  
пн-сб: 9.00-19.00, вс: 10.00-18.00,  
8 (963) 778-3612

**23 ГОДА БЕЗУПРЕЧНОЙ РАБОТЫ!**  
**ВСЕ ОПЕРАЦИИ С НЕДВИЖИМОСТЬЮ**

**ФЛЭТ**  
агентство недвижимости  
ИПОТЕКА  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР  
СБЕРБАНКА  
Корп. 1133,  
2-й подъезд,  
код 555

1-к. кв., Солнечногорск, 42/18/8, 3/17, лод./з., хор. сост., своб.	3 300 000 р.
1-к. кв., п. Андреевка, 46/20/10, 9/9, лод./з., ЖК «Уютный», своб.	3 900 000 р.
1-к. кв., 333, 36/18/9, 3/9к, лод./з., насл. 2015, хор. сост.	4 350 000 р.
1-к. кв., 1482, 43/21/9, 5/14, б/б, прив., хор. сост.	4 450 000 р.
2-к. кв., 531, 76/42/17, 3/12 к. б/б, отл. сост., МЖК	14 900 000 р.
3-к. кв., п. Андреевка, 64/38/9, 3/10, лод./з., прив. 2007, д. 12а	5 500 000 р.
3-к. кв., п. Андреевка, 71/45/8, 4/9, 2 лодж., отл. сост., д. 22	5 800 000 р.
3-к. кв., 403, 50/35/6, 3/9, лодж./з., прив. 2015, хор. сост.	6 300 000 р.
3-к. кв., 526, 67/37/12, 10/12, лод./з., отл. сост., МЖК	12 450 000 р.
<b>ОБМЕН:</b> 2-к. кв., ул. Заводская, 39/26/6, балк., 4/5 к = дача + доплата	
1-к. кв., 333, 36/18/9, 3/9к, лодж. + доплата = 3-к. кв. Зелен-д	
2-к. кв., 531, (МЖК), 76/42/17 = 3-к. кв. Зел-д, Химки + доплата	
3-к. кв., 403, 50/35/6, лодж., хор. сост. = 1-к. кв., Зел-д или Андреевка + доплата	
3-к. кв., п. Андреевка, д. 12а, 64/38/9 + доплата = 3-к. кв. Зеленоград	
3-к. кв., п. Андреевка, д. 22, 71/45/8 = 2-к. кв., п. Андреевка + доплата	
3-к. кв., 526, 67/37/12 + допл. = 3-к. кв. в МЖК от 75 кв. м.	

8-499-710-6888 • 8-903-187-1679 • 8-499-710-6008  
Задать свой вопрос на сайте [www.7106888.ru](http://www.7106888.ru)

**ДЕЛОВЫЕ ЛИНИИ**  
Крупная транспортная компания приглашает на работу:

**ВОДИТЕЛЕЙ ПОГРУЗЧИКА**  
(обязательно наличие удостоверения на право управления погрузчиком и медицинской справки)

**УБОРЩИЦУ/УБОРЩИКА**

тел.: 8-800-100-8000 (звонок бесплатный)  
Оформление по ТК РФ  
Место работы: г. Зеленоград

**РЕМОНТ**

■ Рем. стир. маш. на дому. \*8-926-941-1384  
■ Ремонт любых холодильников у вас дома. \*8-925-263-0190

■ АБС ремонт квартир. \*499-731-1102, 8-962-999-0662  
■ Автосервис: слесарные, жестяные, малярные раб. \*8-925-850-0080

■ Антенщик. \*8-903-549-9350  
■ Благоустройство кв-р, электрика, сантех., ламинат, линол., сбор мебели, навеска и др. \*8-926-639-2523

■ Двери, полы, гипсокартон. \*8-916-335-1012  
■ Мастер на час. \*8-985-77-41333

■ Плиточник, сантехник. \*8-977-725-0610  
■ Плотник, сантех., элек., ламин., мебель. \*8-926-264-1250

■ Рем. кв. \*8-495-778-7756

■ Рем. кв. \*8-903-129-9724  
■ Рем. кв., строительство домов, отделка. Все виды услуг. \*8-964-570-2165

■ Рем. хол-ков. \*8-499-738-7825, 8-916-314-4173  
■ Сантехник. \*8-903-129-9724

■ Сантехник. \*8-903-776-4484  
■ Сантехработы, газосварка, отопление, водопровод. \*8-917-592-8686, Сергей

■ Строим дома, бани, отделка. \*8-903-155-0934  
■ Электрик. \*8-903-129-9724

■ Электрик. \*8-903-776-4484  
■ Электрика, сантехника. \*8-916-335-1012

■ Электик. \*8-903-129-9724  
■ Электик. \*8-903-776-4484

■ Электика, сантехника. \*8-916-335-1012

■ Грузоперевозки. \*8-903-595-0276, 499-717-8664  
■ Фург. + грузч., очень-очень деш! \*8-916-724-2407

■ ГАЗель деш. \*8-926-343-7753, 8-499-735-7648  
■ Г-ли, деш. \*8-903-529-7071

■ Г-ли. \*8-926-586-8885  
■ Г-ль Портер, по Зел. от 600 р. \*8-903-757-0034

■ Г-ль от 600 р., гр-ки. \*8-916-084-3641

**Лечебный центр АСТРЕЯ**  
ЛО-77-01-004894 от 28.04.2012

приглашает врачей:

**ОТОЛАРИНГОЛОГА**  
**УРОЛОГА**  
**СТОМАТОЛОГА-ТЕРАПЕВТА** с нав. хирурга  
**ассистента ВРАЧА-СТОМАТОЛОГА**

**8-499-710-9233**  
**8-499-710-1202**

■ Г-ль. \*8-926-903-1176  
■ ГАЗель город от 600 р. \*8-916-733-5301

■ ГАЗель, гр-ки. \*8-925-069-1024  
■ ГАЗель, деш. \*8-903-198-0272

■ Эвакуатор 24 ч. \*8-495-723-4839

■ Ателье. Пошив и ремонт любой сложности. КОЖА И ДУБЛЕНКИ. \*8-495-722-1876

■ Консультация земельных и жилищных вопросов. \*8-926-219-3292  
■ Мытье окон. \*8-916-373-7798, 499-736-5863

■ Подбор персонала: няня, домработница, сиделка, репетитор, водитель. \*499-736-5863, 8-916-373-7798

■ Регистрация: ООО - 5000 р., ИП - 1500, СНТ, внесение изменений. \*499-736-5863, 8-916-373-7798

■ Уборка квартир после ремонта. \*8-916-373-7798, 499-736-5863

**НАСЕКОМЫЕ**  
■ Насекомые. \*8-926-092-1147  
■ Унич. насекомых. \*499-720-8051

**УРОКИ**  
■ Англ. яз., переводы, обуч. по скайпу (стажировка в США 4 года). Подгот. к ЕГЭ, TOEFL, IELTS. \*8-916-676-7444

■ Рус. яз., лит. ЕГЭ, ОГ. \*8-499-731-4647

**ЗДОРОВЬЕ**  
■ Нарощ. ресниц. \*8-965-154-2107  
■ Психолог. \*499-736-5863, 8-916-373-7798

**ОТДЫХ**  
■ Детский лагерь в загородном доме. \*8-926-573-3347

**GLP**  
GLOBAL LOGISTIC PROJECTS

Контактный телефон  
**495-276-12-89**

Таможенно-складской комплекс, д. Черная Грязь, г. Сходня

**ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ**  
кандидатов с опытом работы на должность

**КОМПЛЕКТОВЩИК**

График работы: суточный 1/3 с 8.00 до 8.00  
З/п окладно-сдельная от 25 000 руб.

Доставка корпоративным автобусом от ж/д станции Сходня

Оформление в соответствии с ТК РФ

**ТРЕБУЮТСЯ**

■ ИД «41» менеджер на проект, рекламные агенты, журналисты, дизайнеры. \*499-734-9490, 499-735-2271

■ Автомойщики. Продавцы. Администратор. \*925-862-8244  
■ Автосервис «Автосфера» проводит набор автомехаников, с опытом работы. \*8-926-995-0925

■ В автосервис слесари-мотористы. \*8-925-850-0080  
■ В парикм. мастер-универ. \*8-499-733-4710

■ В строит. ф-му плотники, каменщики, установщики винтовых свай. \*8-926-296-5814, Геннадий

■ Вакансии: няня, сиделка, домработница, бухгалтер (P/c, ERP (Notematrix), з/п, 1С 8). \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798

■ Вахтер в под. к. 316, п. 6, график 2 через 4. \*8-499-736-7652, звонить после 18 ч.

■ Вод. кат. В на ГАЗель. \*8-906-708-0205  
■ Водит. с личным груз. авто. \*8-926-296-5814, Геннадий

■ Водители в такси «Форсаж» на выгодных условиях. \*8-926-397-2597  
■ Водители в такси от 23 лет, стаж не менее 3 л., з/п от 45-60 т.р. \*8-962-914-4173, 926-335-9739

■ Водители в такси, график своб., 12-часовой, подработка, интересные усл. \*8-917-581-1717  
■ Водители в такси. \*8-495-729-3624

■ Водители на ГАЗель, ВИС, з/п от 1300 р. в день. \*8-916-694-1155  
■ Журналист на сайт. Рерайтинг, написание новостей, подбор заголовков, размещение в электрон. СМИ. Опыт работы. Резюме: kutyrevatiana@gmail.com

■ Менеджер, нач. склада, сметчик, в строит. ф-му. \*8-926-296-5814, Геннадий

■ Мойщик авто/уборщик с проживанием, автомеханик, автоэлектрик, шиномонтажник, сходразвальщик. \*8-499-735-8228

■ На работу в новую аптеку, г. Сходня, ул. Первомайская, дом 2, провизоры (фармацевты). Справки в аптеке корп. 1801а (Зеленоград). \*8-495-231-1697, доб. 0962

■ Организации водитель со стажем на своей легковой машине, 2-3 раза в неделю. Подробности по телефону. \*8-495-648-8467, 8-905-539-3539

■ Парикмахер в Крюково, с оп. раб. \*8-926-873-4188  
■ Помощник-ученик колориста, работа с автокрасками, до 40 лет, от 25 т.р. \*8-967-120-5225

■ Продавец-консультант (окна, жалюзи, рольставни), обучение. \*8-910-410-5222  
■ Разнорабочий на базу отдыха, с проживанием, без в/п. \*8-926-156-3355

■ Страховые консультанты в Зеленогр. филиал «РЕСО-Гарантия». \*8-499-731-9961, 8-499-710-0285  
■ Уборщица подъездов. \*8-916-696-8585

**КУПЛЮ**

**ЖИЛЬЕ**  
■ Дачу, дом, уч-к. \*8-499-733-2101  
■ Квартиру, комнату. \*8-499-733-2101

**МАШИНУ**

■ Автосервис Зелен. Покупаем и продаем, ремонтируем любые модели ВАЗ, ГАЗ, ГАЗель, иномарки, б/у и битые, подержанные. \*8-985-768-1478, 8-985-353-6050  
■ Куплю ваш авто. Оформ. на месте. \*8-926-197-5258

■ Срочный выкуп авто. \*8-905-747-6514

**ДРУГОЕ**

■ Монеты, значки, марки, награды и др. \*8-499-733-3927, 8-916-615-8225  
■ Покупаю ноутбуки в любом состоянии. \*8-905-545-7897  
■ Приборы. Радиодетали. Книги. Микроскопы. \*8-925-200-7525

**ПРОДАМ**

**ЖИЛЬЕ**  
■ 1-к. кв. в Болгарии, п. Свети-Влас, 400 м до моря, отл. сост., 1 550 000 р. \*8-903-120-4262

■ 1-к. кв., п. Голубое, ул. Родникова, д. 5, 38/19/8, лодж., своб., 3 400 000 р. \*8-903-187-1679

■ 2-к. кв., 1133, 53/30/9, 11/14, лодж., своб., 5 800 000 р. \*8-903-187-1679

■ 2-к. кв., ул. Заводская, д. 2, балк., 4/5к, своб., 4 550 000 р. \*8-906-741-2405

■ 2-к. кв., п. Поварово, 53/28/8, отл. сост., с мебелью, своб., 3 700 000 р. \*8-906-741-2405

■ К-та, г. Солнечногорск, 15 кв. м, хор. сост., своб., 1 250 000 р. \*8-903-187-1679

**МАШИНУ**

■ Продажа авто. \*8-905-520-4070

■ Ниссан X-Trail, 06 г., механика, 2,0 MT (140 л/с), полный, бензин, отл. сост., 1 хоз., 220 т.км, 470 т.р. 8-909-649-0413

**ДАЧИ, УЧАСТКИ**

■ Дача, СНТ Горетовка. \*8-906-700-7148

■ Коттедж, д. Лялово (Морозовка), 180 кв. м, с отделкой и ком-циями, 5 мин. от Зел-да. \*8-906-741-2405

■ Участок, 15 сот., д. Новинки, 4 км до ж/д ст. Поварово, ИЖС, 1 600 000 р. \*8-906-741-2405

**ЖИВОТНЫХ**

■ Британ., шотландские котят. \*8-926-219-2712

**ГАРАЖ**

■ Гараж, 72 кв. м, «Исток-96», собств. \*8-915-160-4145  
■ Гараж, Андр. \*8-906-700-7148

**ДРУГОЕ**

■ Н/п корп. 901, 45 кв. м, 4 600 000 р. \*8-906-741-2405

**ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ по 8 соток**  
Пятницкое шоссе, 15 км от Зеленограда  
дорога, деревья, электричество 15 кВт, рядом лес, пруд, тихое место 5 мин. от Истринского водохранилища  
**8-919-770-0557**

**СНИМУ**

**КВАРТИРУ**  
■ Кв-ру, комн. \*8-499-733-3522  
■ Сниму комнату у хозяина. \*8-926-844-4053, Владимир

■ Сниму у хозяина! \*8-926-332-4515  
■ Быстро у станции. \*8-916-531-1183

**СДАМ**

**КВАРТИРУ**  
■ Кв-ру, комн. \*8-499-733-3522  
■ Квартиру, комнату! \*8-926-400-1440

■ 1-к. кв. \*8-916-579-1418  
■ 1-к. кв., 922, меб. и все необход. для прожив. имеется, 20 т.р. \*8-915-262-0101

■ 2-к. кв. \*8-926-538-7057  
■ 2-к. кв., 1129, хор. сост., мебель и техн., 27 000 р. \*8-906-741-2405

■ Заселение за 1 день! Много вариантов. \*8-903-790-4548, Наталья

■ Комн., хоз. \*8-962-921-3857  
■ Сдам в течение дня. \*8-915-126-3644, Анжела

■ Сдам выгодно! \*8-916-330-2953

**ДРУГОЕ**

■ 1/2 дома, д. Андр. \*8-916-092-8889  
■ Неж. пом., от 50-400 кв. м (своб. назнач.). Офисы на пл. Юности: 12, 24 и 32 кв. м. \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798

Во многих фирмах наличие водительских прав – обязательный пункт для кандидата на должность, поэтому их получение в автошколе – отличный способ увеличить шансы на получение места в фирме или на предприятии с более высоким окладом и желаемыми условиями работы.

Автошкола является лишь первым этапом для получения прав на ту или иную водительскую категорию. Второй этап на пути к правам – это водительская справка. Перед выдачей прав государство должно удостовериться, что гражданин по состоянию своего здоровья способен безопасно вести себя на дороге по отношению к самому себе и к другим участникам движения. Именно поэтому

## ВОДИТЕЛЬСКАЯ КОМИССИЯ: КВАЛИФИЦИРОВАННО И БЫСТРО



чем больше требований выдвигается к той или иной категории, тем больше врачей необходимо пройти искомателю на получение водительских прав.

### Наши преимущества

В большинстве случаев прохождение медкомиссии необходимо для получения водительских прав категории «В» – вождение легко-

вого автомобиля. Пройти комиссию на получение водительского удостоверения в Зеленограде можно в отделении платных медицинских услуг городской поликлиники №201.

У нас ведут прием психиатр и психиатр-нарколог, делают ЭЭГ, что позволяет проводить комиссии в режиме «одного окна». Стоимость прохождения медицинской комиссии более чем доступная.

Отделение платных медицинских услуг расположено в отдельно стоящем здании. Это сделано специально, для разграничения обычного потока пациентов поликлиники от желающих пройти те или иные комиссии, что позволяет предоставить более комфортные условия прохо-

ждения, а также сэкономить ваше время.

Городская поликлиника №201 – государственное учреждение, и медицинский осмотр, проводимый здесь, максимально полный. Наши врачи имеют огромный опыт работы в поликлиниках и стационарах.

**Будущих водителей мы ждем по адресу: 1-й Западный проезд, д. 8, стр. 1, по будням с 8.00 до 16.00. При себе обязательно иметь паспорт и две фотографии размера 3x4. Дополнительную информацию можно получить на сайте**

[www.gp201.com](http://www.gp201.com)  
**Наши телефоны:**  
 8-499-736-9615,  
 8-499-735-0906.

● ГИНЕКОЛОГИЯ  
 ● СТОМАТОЛОГИЯ  
 ● ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГИЯ  
 ● УРОЛОГИЯ  
 ● КАРДИОЛОГИЯ  
 ● ЭНДОКРИНОЛОГИЯ  
 ● НЕВРОЛОГИЯ  
 ● ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА  
 ● РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ  
 ● МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ  
 ● ХИРУРГИЯ  
 ● РЕВМАТОЛОГИЯ

Ультразвуковая диагностика  
 Процедуры кабинет  
 Массаж медицинский  
 Экспертиза временной нетрудоспособности

Лечебный центр  
**АСТРЕЯ**  
 ЛО-77-01-004894 от 28.04.2012  
 8(495) 648-6866  
 МНОГОКАНАЛЬНЫЙ

Лучшее для лучших!

корп. 1505:  
 будни – с 8.00 до 21.00  
 сб, вс – с 9.00 до 21.00  
 корп. 1108:  
 будни – с 8.30 до 20.30  
 сб, вс – с 9.00 до 18.00

[www.astreyamed.ru](http://www.astreyamed.ru)

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

ЦЕНТР КИНЕЗИТЕРАПИИ  
 СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ ЦЕНТРОВ

Мы лечим:

- Межпозвоночная грыжа
- Остеохондроз
- Остеопороз
- Сколиоз
- Артроз / Артрит
- Коксартроз

Плоскостопие / Подагра  
 Боли в спине и мн. др

**Здоровый позвоночник – это реально!**

[www.zelkinezis.ru](http://www.zelkinezis.ru)

Зеленоград, корп. 118  
 8 (499) 736-66-91

Тверь, ул. Советская, 45, к. 2  
 8 (4822) 45-71-31

Клин, ТЦ «Юбилейный» ул. Мира, д. 58/25  
 8 (49624) 2-58-85

Дубна, ул. Вернова, д. 5  
 8 (49621) 9-66-65

Как сохранить ноги здоровыми и грамотно действовать, если с венами возникли проблемы, рассказали ведущие эксперты-флебологи – члены Российского и Европейского общества сосудистых хирургов.

ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ ПОМОЖЕТ СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ

Алексей Зудин, д. м. н., профессор, главный кардиолог ОАО «РЖД», Москва:

– Может быть, я удивлю читателей, но диагностику можно начать с выяснения своей семейной истории. Ведь очень высока вероятность передачи проблем с венами по наследству. Если человек знает, что его папа или мама, бабушка и дедушка имели такие нарушения когда-то, надо обращать внимание на свои ноги задолго до того, как появились признаки выражаемого варикоза.

Игорь Сонькин, к. м. н., зав. отделением сосудистой хирургии, Санкт-Петербург:

– Если два родителя страдают варикозной болезнью, то вероятность ее возникновения у детей 75%. Это огромная цифра. Так что если в роду есть варикозная болезнь, нужно иметь это в виду. Современные технологии диагностики (а это, прежде всего, ультразвуковое сканирование) позволяют своевременно диагностировать заболевание, а своевременная коррекция образа жизни позволит обмануть наследственность. Это еще известный хирург Бэкон сказал: «Что бы вы ни делали, лишь бы чаще двигаться».

## ВАРИКОЗ: ЗАЧЕМ ВАМ «УЗЕЛКИ НА ПАМЯТЬ»

НАЧАЛО ЛЕГКО ПРОПУСТИТЬ  
 Алексей Зудин:

– Практически каждый знает, что такое варикоз. В представлении людей, как правило, это некрасивые изогнутые вены, варикозные «гроздьи», которые нависают на ногах. Но на самом деле начало варикозной болезни очень легко пропустить. Слово «варикс» (варикозное) не что иное, как «узел» в переводе с греческого, то есть узловое расширение вен. Так вот, видимое узловое расширение вен – это уже далеко зашедший процесс. И очень важно выявить болезнь до такого очевидного нарушения.



Какие признаки должны насторожить в первую очередь? Если человек вдруг обращает внимание на свои ноги и видит, что вены, которые были незаметны, приобрели больший, чем раньше, размер, стали выпуклыми. Если ноги начали уставать

к вечеру или в течение дня от вполне привычной физической нагрузки или отекают. Очень важен и наследственный аспект.

Овик Алуханян, д. м. н., профессор, руководитель отдела сосудистой хирургии, Краснодар:

– Ультразвуковое сканирование сейчас является золотым стандартом диагностики. А в особо непростых случаях нас все больше выручают такие технологии, как мультиспиральная цифровая компьютерная томография, которая позволяет получать очень тонкое изображение сосудов конечностей. Эта методика также доступна. Хотя в 90% случаев ультразвуковой методики хватает для того, чтобы поставить диагноз и принимать решение о лечении.

ВАРИКОЗ КАК ЗНАК ОПАСНОСТИ

Овик Алуханян:  
 – С варикозной болезнью все чаще люди обращаются или очень молодые, чаще женщины, которые следят за своим здоровьем, за красотой, или уже пожилые люди, у которых, как правило, запущенный варикоз, есть трофические язвы. А вот пациентов от 40 до 50 лет, по моему опыту, немного. И это проблема, потому что именно в этом возрасте нужно особенно следить за состоянием вен, чтобы избежать сосудистых осложнений.

Иван Кательницкий, д. м. н., профессор, зав. кафедрой хирургии, Ростов-на-Дону:

– По летальности сейчас сердечно-сосудистые заболевания стоят на первом месте во всех развитых странах. И среди

всех этих болезней на ведущее место выходят острые венозные тромбозы, которые давно обогнали и инсульт, и инфаркт миокарда. За год в России умирают 400 тысяч человек от всех тромбозомболических осложнений!

Варикоз – это опасный симптом, он может давать чисто косметические дефекты, но может быть и сигналом риска отрыва тромба и даже массивной тромбоэмболии легочной артерии, при которой летальность достигает 90% случаев. В России примерно 40 миллионов человек имеют проявления варикоза. И чем раньше обратиться внимание на эту проблему, обследоваться и начать лечение, тем выше будут шансы избежать самых различных сосудистых осложнений с возрастом.

Одна из главных причин венозной недостаточности – гиподинамия, которая передается из поколения в поколение. Первая рекомендация, которую дает врач-флеболог: двигаться, двигаться, двигаться. Чем лучше условия мы создаем венозному оттоку, тем лучше человек себя чувствует, тем меньше риск осложнений.

Алексей Фокин, д. м. н., профессор зав. кафедрой хирургии, Челябинск:

– Есть международная шкала Каприни, по которой оценивается риск тромбоэмболических осложнений. Если риск тромбоэмболии невелик, то применяется эластическая компрессия. Причем лучше использовать не бинты, а специальный трикотаж. Когда больной сам накладывает бинт, то степень компрессии проконтро-

лировать сложно, а эластичные колготки или гольфы имеют заданное действие, которое равномерно усиливает кровообращение в ногах.

Если же риск тромбозов высокий, то нужны медикаменты, которые разжижают кровь. Первые препараты этой группы были неудобными, давали осложнения, был риск кровотечений и сложный контроль приема. Но в последние пять лет появились препараты-венотоники в виде таблеток, которые действуют мягко и не требуют постоянного анализа крови. Обычно их назначают курсами, например, после операции, женщинам после родов, а также людям, которые имеют риск развития варикозной болезни в силу наследственности или профессии.

И, безусловно, до применения лекарственных препаратов необходима консультация специалистов.

ТРИАДА ПРОТИВ ВАРИКОЗА  
 Алексей Зудин:

– Сейчас международным врачебным сообществом выработана триада правил, чтобы снизить риск развития варикоза и его осложнений.

1. Динамические нагрузки, то есть плавание (и другие водные процедуры), велосипед, бег, ходьба.

2. Применение компрессионного трикотажа. Это не означает, что его нужно носить постоянно. Но при занятиях спортом и авиаперелетах обязательно.

3. Применение флеботоников – как для лечения, так и для профилактики варикоза. Статистика подтверждена многими исследованиями: курс современных флеботоников, содержащих диосмин и гесперидин,кратно уменьшает риск прогрессирования венозной недостаточности.

Всегда на шаг впереди  
**ТАКСИ**  
**форсаж**  
Очень низкие цены в Москве и МО

Подача от 5 мин

130 руб. по городу

8-499-736-8888 8-985-200-4848  
8-499-734-1111 8-963-711-1414

Новый парк автомобилей бизнес-класса Hyundai i40

http://такси-форсаж.рф

**АВТОШКОЛА**  
Св. о рег. 77№006938698

Категория В  
-Индивидуальный подбор учебного курса  
-Медкомиссия  
-Группы: утро, вечер, выходного дня  
-Новые автомобили  
-Квалифицированные преподаватели  
-Учебные пособия в подарок  
-Организованная сдача в ГИБДД

Цены 2014 г.

495-790-8467

VISA MasterCard

8(495)233-50-60

medicalprofi.ru  
8-499-734-4715 8-499-734-2805

Москва, Зеленоград,  
Центральный проспект, д. 435а, 2-й этаж

**МЕДИКАЛ ПРОФИ**  
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

- МАММОЛОГИЯ
- ОНКОЛОГИЯ
- МАССАЖ
- СТОМАТОЛОГИЯ
- УРОЛОГИЯ
- ТЕРАПИЯ
- АКУШЕРСТВО И ГИНЕКОЛОГИЯ
- УЗИ 4D ЭКСПЕРТНОГО КЛАССА
- ВЕДЕНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ
- ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ
- ХИРУРГИЯ
- ДЕРМАТОЛОГИЯ И ДРУГИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ

- ЭНДОКРИНОЛОГИЯ
- ВСЕ ВИДЫ АНАЛИЗОВ
- МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ
- НЕВРОЛОГИЯ
- ЭЭГ, КТГ, УЗД, ХОЛТЕР ЭКГ, АД
- КАРДИОЛОГИЯ
- ОФТАЛЬМОЛОГИЯ,
- ЛОР, АУДИОМЕТРИЯ
- БОЛЬНИЧНЫЕ ЛИСТЫ
- СПРАВКИ ГИБДД
- СПРАВКИ В БАССЕЙН
- МЕДИЦИНСКИЕ КНИЖКИ И ДР.

**ТАКСИ «ГЛОБУС»**

8-499-408-1616  
8-903-559-6444  
8-916-444-8454

Низкие цены на дальние расстояния  
Приглашаем водителей

по городу от 120 руб.  
ш.1 - 450 руб.  
ш.2,3 - 550 руб.

**ТАКСИ «ФОРТУНА»**

8-495-151-0088  
8-495-971-2225  
8-495-971-2227  
8-963-724-8797 8-926-548-2390  
8-916-278-3390

Требуются водители на наши авто

**Автошкола весна -20%**

- организованная сдача в ГАИ
- пособия
- медкомиссия
- группа выходного дня

Зеленоград, область. Лиц. Б-474567  
кат. В — 8-903-224-6000

**АВТОСЕРВИС В ЗЕЛЕНОГРАДЕ**  
ООО «Автомакс»  
Все виды профессионального ремонта

- ПРОМЫВКА ИНЖЕКТОРОВ
- КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА BOSCH
- РЕМОНТ КАРБЮРАТОРОВ, ИНЖЕКТОРОВ
- ПОКРАСОЧНЫЕ РАБОТЫ
- СЛОЖНЫЕ ЖЕСТЯНЫЕ РАБОТЫ с использованием стапеля
- РЕМОНТ БАМПЕРОВ

любой сложности ZELAVTOMAX.RU

8-499-735-3239, 8-916-200-3637

**Мы в соцсетях!**

vk.com/gazeta41\_zelenograd  
www.facebook.com/gazeta41

www.id41.ru

Присоединяйтесь!

## СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «41»



Книгу пишет весь город!

# БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА Зеленограда

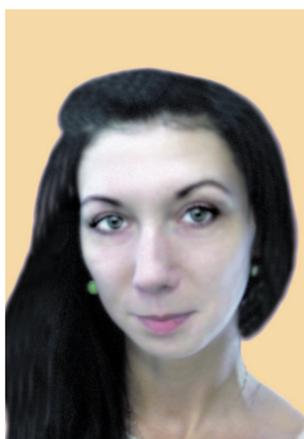
## СОЛЯНКА

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

вода для бульона — 2 л  
мясо любое — 300-400 г  
колбаса копченая — 800 г  
лук репчатый — 250-300 г  
томатная паста — 2-3 ст. л.  
зелень петрушки — 1 пучок

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Отварить мясо и мелко нарезанную копченую колбасу. Отдельно потушить в жире лук с томатной пастой, положить в кастрюлю, прокипятить несколько минут, под конец варки добавить мелко нарезанную зелень петрушки.



Юлия ХУСАНДИНОВА,  
1-й мкрн, менеджер

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

маргарин — 200 г  
сливочное масло — 100 г  
мука — 500 г  
сода — 1/2 ч.л.  
сахар — 200 г (100 г в тесто и 100 г в начинку)  
вода — несколько ст. л.



### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Маргарин, сливочное масло и муку (в нее предварительно всыпать соду) смешать, добавить сахар, несколько столовых ложек воды и замесить тесто. Держать 2-3 часа на холоде.

## РУЛЕТКИ С ИЗЮМОМ

орехи — 100 г  
изюм — 100 г  
чернослив — 100 г  
сухари — 1/2 стак.  
1/2 лимона



Оксана БАЗАРНОВА,  
р.п. Андреевка,  
продавец-консультант

Приготовить начинку. Порубить и смешать орехи, изюм и предварительно замоченный чернослив без косточек, добавить сухари, сахар, сок и цедру лимона. Раскатать тесто, нарезать квадратами 6х6 см, положить начинку, свернуть рулетики, смазать яйцом, посыпать сахаром и положить рубцом на смазанный жиром противень. Печь в горячей духовке 10-15 минут. Готовые рулетики посыпать сахарной пудрой.



Ждем вас в редакции по адресу:  
корп. 339а, вход с торца дома  
Также вы сможете прислать рецепты и фото на почту:  
bkkz41@yandex.ru  
На все ваши вопросы ответу по телефону:  
8-968-924-5025  
Руководитель проекта  
Светлана Сафина