

ОТДЫХ и ЗДОРОВЬЕ в Зеленограде

16+

ДЕКАБРЬ 2020

РЕКЛАМНОЕ ИЗДАНИЕ

СЕМЕЙНАЯ КЛИНИКА

ПРИГЛАШАЕМ!

Зеленоград, корп. 1506

- ДЕТСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
- ВЗРОСЛОЕ ОТДЕЛЕНИЕ



ВСЕ ВИДЫ МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ



АНАЛИЗЫ более 7000 видов ДИАГНОСТИКА НА COVID-19

семейные медицинские центры



338 8(495)
767-1-338



1506 8(495)
776-1506



340 8(495)
767-6-340

МНОГОКАНАЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН 8(499) 678-03-78

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

РЕГИНА ТОДОРЕНКО

Читайте на стр. 4

- * 2021 ГОД: ЧТО БЫК
ГРЯДУЩИЙ НАМ ГОТОВИТ?
стр. 6
- * НОВОГОДНИЕ ПОДАРКИ
стр. 8-9

Нас рекомендуют
друзьям!
zelcleaning.ru

- **ХИМЧИСТКА КОВРОВ
МЯГКОЙ МЕБЕЛИ**
- **УБОРКА**
- **СЕРВИС СМЕННЫХ КОВРОВ**
 - Обслуживание
грязезащитных
ковриков по договору

8-495-514-48-33

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

ОНЛАЙН-МЕРОПРИЯТИЯ НА YOUTUBE-КАНАЛЕ КЦ «ЗЕЛЕНОГРАД»



КУЛЬТУРНЫЙ
ЦЕНТР
ЗЕЛЕНОГРАД

www.zelcc.ru

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

ГЛАВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ



19-27 декабря, 11.00.

Цикл новогодних мастер-классов «Мастерская Деда Мороза». В них будут представлены техники работы с поделками из фетра, ниток, бумаги, мозаики и камней, разные направления декоративно-прикладного творчества, рецепт самых вкусных имбирных пряников и не только!

5 декабря, 11.00. Видео-зарисовка, посвященная жизни и творчеству Федора Тютчева. 6+

6 декабря, 11.00. Мастер-класс по росписи футболок «Сердечки». 6+



7 декабря, 11.00. Мастер-класс в технике пластилинографии «Пряничный домик». 7+

7 декабря, 16.00. Гала-концерт X Московского международного фестиваля армейской песни «Виват, Победа!» 6+

8 декабря, 11.00. Видеопрезентация выставки живописи Аллы Беликовой «Радость жизни». 6+



8 декабря, 17.00. Мастер-класс в технике аэрографии «Хрустальный лес». 6+

9 декабря, 16.00. Видеочтение отрывков из поэмы Маргариты Алигер «Зоя». 12+

9 декабря, 18.00. Актерский онлайн-тренинг от театра-студии «Контакт». Часть первая. 6+

10 декабря, 11.00. Премьера видеоклипа на песню зеленоградской певицы Кати Маски с участием ансамбля современного танца «Галас». 6+

10 декабря, 20.00. Авторский проект «Колыбельные для всей семьи». Выпуск второй – видеозарисовка «Сказка о мартышке». 3+

11 декабря, 18.00. Актерский онлайн-тренинг от театра-студии «Контакт». Часть вторая. 6+

12 декабря, 11.00. Прямой эфир с Ириной Андриановой, куратором проекта «Добрые крышечки» в Зеленограде. 6+

12 декабря, 12.00. Детский онлайн-спектакль «Заспавшая белочка». 3+

12 декабря, 16.00. Проект гастрономической культуры «Еда в центре». Выпуск первый – видеорецепт «Куриное бедро с беконом и грушей фламбе в цитрусовом соусе». 6+

13 декабря, 11.00. Видеозарисовка – иллюстрированный рассказ о балете «Лебединое озеро». 6+



13 декабря, 12.00. Лекция психолога Виктории Львовой «Развитие детского интеллекта». 16+

13 декабря, 16.00. Цикл мастер-классов «Секреты легиона». Занятие пятое – «Речная передача». 7+

14 декабря, 11.00. Цикл познавательных программ для малышей «Просто об экологии». Выпуск второй – «Птицы зимой». 4+

15 декабря, 11.00. Песенка-инсценировка «Я хочу построить дом...» 4+

15 декабря, 19.00. Онлайн-концерт «Горсточка тепла» музыкальной студии «Милако». 6+

16 декабря, 11.00. Видеопрезентация выставки Людмилы Киселевой. 6+

16 декабря, 18.00. Актерский онлайн-тренинг от театра-студии «Контакт». Часть третья. 6+

17 декабря, 18.00. Видеопрезентация проекта «Мастерская Деда Мороза». 4+

17 декабря, 20.00. Танцевальная программа «Танцы во сне» ансамбля эстрадного танца «Галас». 6+



18 декабря, 18.00. Актерский онлайн-тренинг от театра-студии «Контакт». Часть четвертая. 6+

РЕДАКТОРСКИЙ ДОМ
И СОРОК ОДИН

Учредитель и издатель
ООО «Издательский дом «41»
Свидетельство ПИ №ТУ50-02832
от 23.08.2019 г.
Подписано в печать 28.11.2020 г.

Журнал «Отдых и здоровье в Зеленограде» 16+
№5(248), 04.12.2020 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



ШКОЛА СКОРОЧТЕНИЯ
И РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

Новый учебный год с IQ007



СКОРОЧТЕНИЕ
и развитие интеллекта



МЕНТАЛЬНАЯ АРИФМЕТИКА



АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК

Первое занятие
бесплатно!

Зеленоград, корпус 108, 2005



8 (495) 928-14-17

8 (495) 120-60-07



Регина Тодоренко – яркая звезда современного российского шоу-бизнеса. Опытная путешественница, талантливая певица и телеведущая, жена и мама.

РЕГИНА ТОДОРЕНКО

1 В 15 лет будущая звезда раздавала флаеры, чтобы купить себе духи. Регина окончила школу с золотой медалью. В 2008 году Тодоренко стала участницей музыкального коллектива «Real O».

2 В 2014 году Регина стала ведущей «Орла и решки». На кастинг девушка пришла со своим давним другом Колей Сергой. Тодоренко признается, что не представляет своей жизни без путешествий. Девушка согласна ездить даже в неблагополучные страны, потому как это возможность увидеть совсем другой мир. Через год после «Орла и Решки» стала участницей шоу «Голос», снялась для мужского журнала Maxim. На YouTube ведет собственное шоу «Пятница с Региной».

3 Любимый вид спорта Тодоренко – йога. Главное правило ее питания – обязательный завтрак. Своим фирменным блюдом Регина считает пасту с лососем. Косметический лайфхак телеведущей – кокосовое масло. Девушка уверена, что оно подходит и для лица, и для тела, и для волос.

4 Регине семь раз делали предложение руки и сердца. «Да» телеведущая сказала только Владу Топалову. Молодые люди познакомились в театре и сразу же стали общаться. Свадьба прошла в

узком кругу в любимой стране – Италии. Своего сына Регина и Влад называют Майкл, а по документам он Михаил.

5 Тодоренко мечтает выпустить сборник детских сказок о Регине-путешественнице, хочет попробовать свои силы в роли комика, фигуристки, сняться в голливудском фильме.

**5
ИНТЕРЕСНЫХ
ФАКТОВ**

КЛИНИНГОВАЯ КОМПАНИЯ

«Мастер чистоты»

8-495-514-4833

zelcleaning.ru

✓ ХИМЧИСТКА

- КОВРОВ
- МЯГКОЙ МЕБЕЛИ

✓ МЫТЬЕ ОКОН

✓ УБОРКА

**Аренда ковров в офис
и их обслуживание по договору**





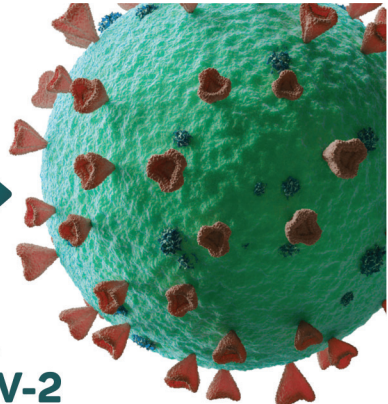
МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

НИКОР-МЕД →

ПРОВОДЯТ



БЫСТРЫЙ АНАЛИЗ
на коронавирус SARS-CoV-2



экспресс тест на наличие антител

от компании



ПО СУПЕР-ЦЕНЕ



15 МИН

Imbian

1500 Р

ДИАГНОСТИКУ COVID-19

различными методами

мазок из носоглотки (метод ПЦР)

анализ венозной крови (ИФА)

рентген органов грудной клетки

(для исключения пневмонии)

а также

ПРОФИЛАКТИКУ И РЕАБИЛИТАЦИЮ

после перенесённой инфекции:

лазерное очищение крови (ВЛОК)

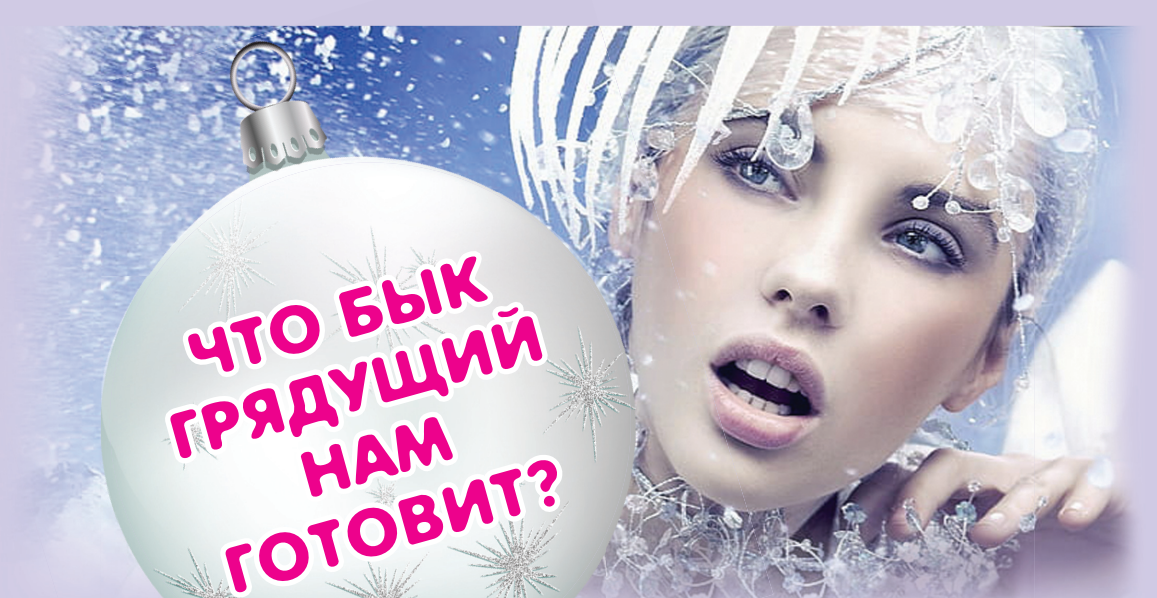
№ ПО-77-01-012001

ПОЛУЧИТЬ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
МОЖНО ПО ТЕЛЕФОНУ И НА САЙТЕ

+7 495 255 55 33 NIKORMED.RU

📍 Андреевка, ЖК «Уютный», ул. Жилинская,
дом 27к6 📍 Зеленоград, корпус 330

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



ЧТО БЫК ГРЯДУЩИЙ НАМ ГОТОВИТ?

1 Белый Металлический Бык по восточному календарю – символ 2021 года. Стихией года будет металл. А по гороскопу стихия Быка – земля. Сочетание стихий земли и металла считается очень хорошим знаком. Год обещает быть интересным и богатым на события. Бык – истинный труженик. Соответственно, символ года будет способствовать людям, которые работают над собой, налаживанием контактов с другими и своим делом. Он поможет построить длительные и крепкие отношения. Семейным парам этот год сулит стабильность, верность и преданность, а также рождение маленького члена семьи. Бык любит детей, поэтому очень обрадуется пополнению!

ЦВЕТОВАЯ ГАММА

Восточный календарь 2021 года наделил Быка цветом металл и белым. Они будут самыми трендовыми и модными, а также голубой, серебристо-серый, цвета природы. Для благополучия и удачи желательно использовать эти цвета круглый год в интерьере, одежде. Можно украсить рабочее место, чтобы расположить к себе финансовый поток.

3 КАК ВСТРЕТИТЬ БЫКА И ЧТО ПОДАРИТЬ?

Новый год желательно отмечать дома в кругу семьи. Атмосфера должна быть приятной и располагающей. Необходимо веселиться, улыбаться, радоваться каждой минуте уходящего и наступающего года. Желать счастья и здоровья всем родным и близким, загадывать желания. К выбору подарков следует отнестись ответственно. Главное табу 2021 года – дорогие подарки. Бык не любит расточительство. Подарок должен быть со смыслом, полезный и недорогой, учитывающий «требования» и интересы получателя.

2021

5 ИНТЕРЕСНЫХ ФАКТОВ

ПРАЗДНИЧНЫЙ НАРЯД И УКРАШЕНИЕ ЖИЛЬЯ

Следует заранее убрать жилище, нарядить елку, выбрать подарки, определиться с нарядом. Это нужно делать, учитывая счастливые цвета 2021 года. Красную звезду на елке желательно заменить другой интересной верхушкой. Вычурные и пестрые наряды лучше тоже отложить для другого случая. Для декора жилья можно добавить натуральные природные и металлические предметы, а также на видное место поставить фигурку наступающего знака.

5 ПРАЗДНИЧНЫЙ СТОЛ

Должен быть сытным и изобильным. Главные на праздничном столе – блюда из растительной пищи. Из мяса лучше использовать рыбу, птицу и свинину. Говядину и телятину не нужно. Блюда из дорогих «заморских» продуктов в эту ночь желательно не готовить. Из напитков лучше отдать предпочтение более натуральным – компотам из сухофруктов и сокам. При встрече 2021 года желательно избегать употребления крепких спиртных напитков. Уместно будет вино, ликер и шампанское. Фруктов и сладостей на праздничном столе должно быть много. Оказывается, хозяин 2021 года – большой сладкоежка. Главным украшением стола станет торт.

В наше время население все чаще страдает множеством заболеваний, которые не поддаются лечению в обычной поликлинике или больнице. При этом, неся затраты на дорогостоящие лекарственные препараты, люди не ищут альтернативных способов лечения инъекциям или таблеткам.



СОСУДИСТЫЙ МЕДЦЕНТР

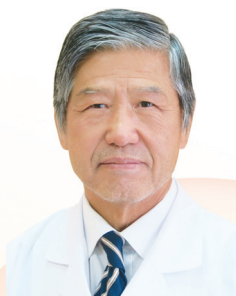
- ФЛЕБОЛОГ
- СОСУДИСТЫЙ ХИРУРГ
- ЛАЗЕРНЫЙ ХИРУРГ

- ВРАЧ УЗИ-ДИАГНОСТИКИ
- ЛИМФОЛОГ
- ДЕРМАТОЛОГ-ОНКОЛОГ

Зеленоград, ул. Каменка, корп. 1639,
тел. +7(499) 738-0377, www.varicozu.net

Мы работаем и с 04 января

ИГЛОУКАЛЫВАНИЕ СТАНОВИТСЯ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА ПАНАЦЕЕЙ



Николай Ченбаевич Ким

Однако такие способы есть, причем достаточно эффективные. Например, иглоукалывание, берущее свое начало от древних китайских целителей. Сегодня иглоукалывание во многих азиатских странах относят уже к традиционной медицине с достаточным научным подходом. Иглорефлексотерапия имеет еще одно название – акупунктура.

Но есть одно но! Найти профессионала в данной области крайне сложно. Но в Зеленограде такой специалист имеется.

В Сосудистом медицинском центре ведет прием к.м.н., невролог, рефлексотерапевт Николай

Ченбаевич Ким, изучавший данные методики на протяжении 46 лет. Закончив в 1965 году Ленинградский медицинский институт по специальности «невролог», в 1970 году с целью совершенствования своего мастерства Николай Ченбаевич проходил обучение в Тибетской школе, осваивая навыки потомков тех, кто стоял у истоков восточной медицины.

Затем он посетил Китай, Южную Корею и Монголию для изучения нюансов иглотерапии у разных народов. Кроме того, в 2001 и 2016 годах прошел повышение квалификации в Институте усовершенствования врачей на кафедре

рефлексологии и мануальной терапии в Москве.

На данном этапе специалист оказывает зеленоградцам помощь в лечении нервных болезней, что сегодня крайне актуально. Помогает при навязчивых состояниях и бессоннице, проблемах с кожей, включая уникальные случаи излечения псориаза, который многими медиками считается неизлечимым.

Метеозависимым людям иглоукалывание может помочь в борьбе с гипертонией и гипотонией, аритмией и ишемической болезнью сердца. На счету доктора Кима имеются даже случаи помощи людям при параличе, хотя следует

отметить, что такое лечение является долгим и требует больших усилий как от врача, так и от пациента.

Рассказывая о своем опыте, Николай Ченбаевич делает акцент не только на необходимости его процедур, но и на том, что при таком лечении должна быть безоговорочная вера пациента в эффективность процедур и обязательное выздоровление.

Акупунктура также имеет массу дополнительной пользы для организма человека. Например, вместо пластических операций ее можно применять для омоложения кожи, а также для релаксации при стрессовых ситуациях.

Сосудистый медцентр

Запись по тел.

+7(499) 738-0377



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА.

НОВОГОДНИЕ ПОДАРОК

 **СУВЕНИРНАЯ ЛАВКА**





- ШАРЫ
- ПОДАРОК
- СУВЕНИРЫ
- ПРАЗДНИЧНАЯ УПАКОВКА
- ОТКРЫТКИ

☎ 8-967-277-77-07
📱 SHARIKI_ZELAO

Зеленоградский ТК,
1-й этаж, холл 6А

ЛУЧШИЙ ПОДАРОК
К ПРАЗДНИКАМ

20% СКИДКА
ПО ПРОМОКОДУ
«NEW2021»



@MIAVISUM



ЛАМИНИРОВАНИЕ РЕСНИЦ
И БРОВЕЙ

МАКИЯЖ

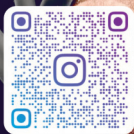
- ДНЕВНОЙ
- ВЕЧЕРНИЙ

- Образ на фотосессию или корпоратив
- Свадебный стилист
- Мастер по прическам

предъявителю
СКИДКА 500 р.

☎ +7-966-123-4808





МАГАЗИН

- Игрушки
- Товары для дома
- Электроника
- Мелочи для кухни



интересных товаров
УХ ТЫ

 MAGAZINYHTL_ZELENOGRAД

Зеленоград, к. 1401
(вход со стороны дороги)

+7-985-122-9342

АРКИ ЕГОДНЯШНИМ ЦЕНАМ!

рок



**ПОДАРИ
БЛИЗКИМ**

**КЛУБНИКУ В ШОКОЛАДЕ
В НОВОГОДнюю НОЧЬ
от Katty Berry**

☎ 8-917-583-5614

**САЛОН-ПАРИКМАХЕРСКАЯ
КРЕАТИВ**

АКЦИЯ

Скажи кодовое слово «Отдохни»
и получи суперцену!

**маникюр+
гель-лак
990 р.**

корп. 1649, тел. 8(499) 343-5108
WWW.SALONKREATIV.RU

WOMAN'S BEAUTY & CRYO STUDIO

студия перманентного макияжа

- Перманентный макияж
- BB_GLOW
- Ламинирование+
- ботокс ресниц
- Ногтевой сервис
- Криосауна

СКИДКА 10%

☎ (977) 959-5235 Зеленоград, ул. Летчика Полагушина, корп. 219



РЕЙТИНГ
41

ДОСТАВКА

ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
5



DOMINO'S PIZZA

При доставке третья пицца – бесплатно!
8 (495) 478-8824
www.dominospizza.ru



«ИМПЕРИЯ БУРГЕРОВ»

Скидка 20% на все меню
при заказе от 599 руб.
8 (977) 641-1955, <https://iburgers.ru>

КОРЧМА «ДИКАНЬКА»

Все по 1 кг от 400 руб.

Холодные закуски, салаты, горячие блюда.

При заказе от 2000 руб. – утка за 700 руб.!!!

Савелкинский проезд, 12

8 (909) 152-8585

www.корчма-диканька.рф



«РУСПИРОГ»

Пироги, пирожки,
кулебяки с начинкой по вашему вкусу.

Доставка при заказе
от 1000 руб. бесплатно.

8 (495) 131-1245, 8 (926) 378-5555

www.ruspirog.com



«КАФЕ РОСС»

8 (916) 111-3333,

п. Андреевка, д. 29;

www.pizzabar.ru;

VK: <https://vk.com/rosspizza>;

Instagram: [cafe_ross](https://www.instagram.com/cafe_ross)



С 1 ПО 31 ДЕКАБРЯ

5 декабря

Всемирный день волонтеров

6 декабря

родилась Мария
Панфутова –
директор центра
коррекционной
педагогики
«Логопед-Проф»



7 декабря

Международный
день гражданской авиации

9 декабря

День Героев Отечества
(или просто День Героев)

10 декабря

Всемирный день футбола



11 декабря

Всемирный день гор

11 декабря

Международный день танго

11 декабря

День Андреевского флага

12 декабря

День Конституции

15 декабря

Международный день чая

17 декабря

День Ракетных войск
стратегического назначения

18 декабря

День работников органов ЗАГС

19 декабря

День риелтора

20 декабря

День работника органов
безопасности

22 декабря

родилась Татьяна
Видревич –
генеральный
директор
медцентра
«Мир женщины»



22 декабря

День энергетика

23 декабря

День дальней авиации ВВС России

24 декабря

День воинской славы России



25 декабря

католическое Рождество

26 декабря

День подарков



27 декабря

День спасателя
Российской Федерации

28 декабря

Международный день кино

АЙКИДО
для взрослых и детей
с 3,5 лет
aikido-oldschool.ru



☎ **8(915) 158-5688**

**ОТКРЫТ
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ
НАБОР**



в группы
обучения
плаванию

на новый **2021** год



☎ **+7(925) 030-8685**

📷 **sealions_zel**

В НОВЫЙ ГОД — ЗДОРОВЫМИ!

ЗАРЯДИСЬ ЭНЕРГИЕЙ ХОЛОДА В КРИОСАУНЕ

WOMAN'S BEAUTY &
CRYO STUDIO

Приглашаем Вас пройти процедуру
оздоровления, омоложения
и укрепления всего организма
методом криотерапии в КРИОСАУНЕ.

**Криосауна – настоящий
кладезь здоровья и красоты**

Современная криосауна представляет собой
аппаратную установку в виде капсулы, где создается
особый микроклимат с помощью паров жидкого
азота. Происходит погружение в температурный
режим от -130 до -170 градусов, при этом голова
остается снаружи, чтобы продолжать спокойно
дышать теплым воздухом.

СИЛА КРИОЭФФЕКТА СОЗДАЕТСЯ МГНОВЕННО!

📍 Зеленоград, ул. Летчика Полагушина, корп. 219
☎ +7-977-959-5235, +7-985-937-8580
womansbeauty@mail.ru 📷 womansbeauty_studio
Режим работы: пн-вс – с 10.00 до 21.00



РЕКЛАМА



ALOE VERA

- натуральные напитки на основе алоэ
- коктейли, пчелопродукты, витамины
- уход за кожей, средства личной гигиены
- диагностика на аппарате ZYTO COMPASS

скидка 15-35%

☎ 8-903-126-1643
<https://aloe-1961.flpretail.ru>
☎ 8-977-375-8664
<https://vital-1963.flpretail.ru>

📍 Зеленоград, ст. Крюково, ул. Заводская,
дом 1Б, ТЦ «Арбатский», 3-й эт., офис 12



ОСНОВНЫЕ ЗДОРОВОГО

Сегодня ЗОЖ в моде. И следование принципам
здорового образа жизни – предмет гордости
волевых и целеустремленных людей.

1. Режим дня
2. Полноценный здоровый сон
3. Управление эмоциями
4. Активная утренняя зарядка
5. Интеллектуальное развитие
6. Системное питание

ДЕКАБРЬ

Время подвести итоги, совершить необычные поступки. Двигайтесь смело навстречу своей мечте и делайте то, что вам действительно интересно и нужно. И тогда фортуна будет на вашей стороне.



ОВЕН

Вы сможете покорить новые территории, обзавестись полезными деловыми и приятными дружескими связями, получите поддержку.



ТЕЛЕЦ

Активно пользуйтесь всеми возможностями! Вы сможете попасть туда, куда мечтали, договориться с теми, кто до этого не смог вас выслушать.



БЛИЗНЕЦЫ

Вас ждут настоящие чудеса. Вы встретите самую большую в своей жизни любовь. Также ожидаются подарки от влиятельных персон.



РАК

Вас ждет групповая деятельность, основой которой станут ваши убеждения. Общение в этом сообществе многому научит и откроет перед вами новые горизонты.



ЛЕВ

Вы будете многим по-настоящему увлечены: своей работой, хобби, общением с новыми людьми, чтением. Вас ждут успехи на новом поприще.



ДЕВА

Прекрасные плоды принесет трудовая деятельность: возрастет ваш авторитет, умножится профессиональное мастерство.



ВЕСЫ

Вас ждет встреча с новыми людьми. Вы станете мыслить более глобально. В середине декабря почувствуете свою значимость, возрастет ваша ответственность.



СКОРПИОН

У вас появится желание расширить свой круг общения, заняться новыми проектами. Возможно, станете инициатором интересного начинания.



СТРЕЛЕЦ

Вы будете бодрЫ, веселы и полны энтузиазма. Станете увлекаться новыми идеями и осуществлять их, объедините вокруг себя единомышленников.



КОЗЕРОГ

Вы будете невероятно мудры. Впереди немало интересных поездок, встреч и знакомств, одно из которых, вероятнее всего, плавно перетечет в романтическое русло.



ВОДОЛЕЙ

Вас ждут новые начинания. Рядом появятся люди, с которыми достижение многих целей станет проще и даже приятнее.

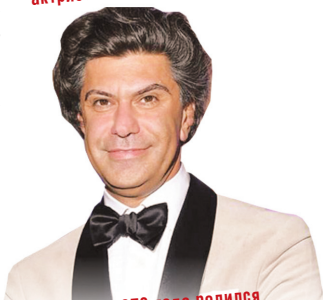


РЫБЫ

Вы станете важным элементом нового проекта или окажетесь правой рукой руководителя. Это в любом случае откроет перед вами прекрасные возможности.



14 декабря 1985 года родилась Дарья Сагалова — актриса.



31 декабря 1973 года родился Николай Цискаридзе — артист балета и балетный педагог.



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
1-3 января – выходные дни

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



ЛАЙФХАКИ ДЛЯ ДЕКОРА ДОМА

Суть всех лайфхаков для декора – с минимальными изменениями добиться максимального эффекта. Порой достаточно пяти минут, чтобы атмосфера изменилась до неузнаваемости.

- 1. Настольная лампа.** Для того чтобы сделать заметными ранее скрывавшиеся в полумраке уголки, нужно постараться заполнить пространство светом.
- 2. Зеркало.** Отражение части комнаты увеличит ее визуально.
- 3. Часы.** Оригинальный циферблат может стать особым элементом декора интерьера, который будет привлекать внимание.
- 4. Цветы в кашпо.** Крутая идея оживления декора любого помещения.
- 5. Статузки.** Комнаты с маленькими фигурками словно таят свои истории.



МЕДИЦИНСКИЕ АНАЛИЗЫ **ситилаб**

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

*С выдачей сертификата
международного формата
на английском языке*



БОЛЕЕ 1500 ВИДОВ ИССЛЕДОВАНИЙ

**возможность приема
капиллярной крови
(важно: для грудничков
и маленьких детей)**



ВРАЧИ-СПЕЦИАЛИСТЫ

• ГИНЕКОЛОГ • КАРДИОЛОГ • ХИРУРГ • УРОЛОГ
• МАММОЛОГ • ФЛЕБОЛОГ • НЕВРОЛОГ

УЗИ • T-Spot

**Возможность сдать клеща
на анализ (97-58-015) для выявления возбудителей:
клещевого энцефалита, боррелиоза, анаплазмоза, эрлихиоза**

www.citilab.ru **8 (499) 992-0403**

**Солнечногорский район, п. Поварово,
мкрн 1, стр. 1** **8-800-100-363-0**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПРИНЦИПЫ ОБРАЗА ЖИЗНИ

7. Любимая работа
8. Контроль веса
9. Отказ от вредных привычек
10. Соблюдение личной гигиены
11. Гармоничные отношения с окружающими
12. Физическая нагрузка
13. Эмоциональная разрядка
14. Закаливание

ГИРУДОТЕРАПИЯ МАССАЖ ЛИЦА

Вырежи купон
и получи **-20%**
на первую процедуру



@cosmo_tselitelvo
 8-916-145-2333
 Зеленоград,
корп. 1546А, 3-й эт.

СЕРТИФИЦИРОВАННЫЙ МАСТЕР С МЕД. ОБРАЗОВАНИЕМ ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ:

- гирудотерапия для лечения • профилактика и реабилитация после COVID-19
- гирудотерапия в косметологии:
подтяжка овала лица, морщин, омоложение организма
- массаж лица: баночный, классический, пластический, буккальный



РЕКЛАМА

**СКИДКА
5%**

на первое
посещение салона

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ХОЛОД!

Откройте для себя удивительные
возможности экстремального холода

Cryo Mio

корп. 2303
+7-925-735-0939

www.cryo-mio.ru
@cryo_mio

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

СТУДИЯ R&V В ALEX FITNESS

ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ БИОЭНЕРГОМАССАЖЕРА FOHOW:

- Укрепление иммунитета и повышение способности организма к самовосстановлению
- Уменьшение отеков, устранение мышечной боли, а также мигрени
- Регуляция вегетативной нервной системы, улучшение качества сна
- Очищение сосудов и устранение застоев крови

АППАРАТ СЕРТИФИЦИРОВАН

+7(901) 535-76-27, +7(977) 820-36-69 Зеленоград, Савелкинский пр-д, дом 8

ЛО-50-01-001026 от 27.05.2009 г.

СТОМАТОЛОГИЯ Эстетидент

16 лет практики! Клиника, которой доверяют!

- Экстренная стоматологическая помощь
- Протезирование
- Хирургия
- Своя зуботехническая лаборатория
- Компьютерная диагностика
- ✓ Прием ведут специалисты из Твери

• ПЕНСИОНЕРАМ – СКИДКИ! • КРЕДИТ И РАССРОЧКА
ГАРАНТИЯ НА ВСЕ ВИДЫ УСЛУГ!

НОВОГОДНИЕ
АКЦИИ

ОФИСНОЕ
ОТБЕЛИВАНИЕ
4990 руб.*
*Акция действует
до конца декабря

ПРОФИГИЕНА
3500 руб.*

г. Солнечногорск,

• Обуховский проезд, д. 2 (Школа №2) ☎ 8(903) 612-9734

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

лицензия ЛО-50-01-008-558 от 04.04.2017



- + ТЕРАПЕВТ и др. специалисты
- + ЛИСТЫ НЕТРУДОСПОСОБНОСТИ
- + НАРКОЛОГИЯ
(в т.ч. выведение из запоя)



Солнечногорский район, дер. Новая, ТК «Новый город», здание 38
8-926-015-2512, 8-985-169-3789, 8-967-146-3355,
шаронова-медцентр.рф

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ