

15+(662)

среда  
20 апреля  
2016 года

«Кулинарная страничка» стр. 2

# ПЛЮС

Тема следующего номера: «Строительство и ремонт»

еженедельное рекламное издание

www.id41.ru

БЕСПЛАТНО ВО ВСЕ ПОЧТОВЫЕ ЯЩИКИ ЗЕЛЕНОГРАДА, п. АНДРЕЕВКА

**УЗНАЙТЕ  
ПЕРВЫМИ!**

**ГОРОДСКОЙ ЛАГЕРЬ  
В МАСТЕРСКОЙ «УРОК ТРУДА»  
В ИЮНЕ И ИЮЛЕ!**

Мастерские: столярная, гончарная (лепка из глины, гончарный круг), рукоделие, изостудия. Игры на свежем воздухе, кулинарные мастер-классы. Группы детей: 5-8 лет и 8-11 лет. Ежедневно с 10.00 до 14.00 и с 15.00 до 19.00. Выгодная цена при покупке путевки до 1 мая. Узнайте подробности и запишитесь по телефону +7-969-017-8712, [www.urok-truda.com](http://www.urok-truda.com). Адрес: ул. Андреевка, 31 (сразу за остановкой автобуса «Корп. 1602»).

**«ДОМ и САД»  
всегда вам рад!**

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

Корп. 847  
Тел. 84997101757

**ЗАПОИ**  
круглосуточно  
23 года

**ЛЕЧЕНИЕ  
ЗАВИСИМОСТИ**  
корп. 1205  
[arxi-med.ru](http://arxi-med.ru)  
8(495) 509-2325  
8(495) 585-7903

Предъявителю квитона - скидка 5%

**ЗАПОЮ-СТОП**

Есть противопоказания, посоветуйтесь с врачом

[WWW.ALKOGOLYU.NET](http://WWW.ALKOGOLYU.NET)  
495-968-5258  
495-728-9400  
Зеленоград,  
Георгиевский пр., д. 5

**СЕМЕЙНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ КЛИНИКА  
ДЕТСТВО Плюс**

**ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ**

**ГЛУБОКОЕ  
ФТОРИРОВАНИЕ  
ЗУБОВ**

8(499) 50-2-50-05 [www.med-det.ru](http://www.med-det.ru)  
детство-плюс.рф

**НАРКОЛОГИЯ**  
КРУГЛОСУТОЧНЫЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ СТАЦИОНАР

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

г. Зеленоград, к. 1006 «Б», 2-й этаж, «АКСОН», за магазином «М-видео»  
[www.mosgornarkolog.ru](http://www.mosgornarkolog.ru) 8-495-649-41-03, 8-499-729-74-60  
№ЛО-77-01-009864 от 27 января 2015 г. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**ВЫКУП АВТО**  
ДОРОГО  
Деньги сразу  
8-926-733-5748

**ЭККОКНА**  
[www.ecookna.ru](http://www.ecookna.ru)

**РАССРОЧКА 0%**

**НУЖНЫ ОКНА?**  
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ВЫГОДНЕЕ!

г. Зеленоград, 14-й мкр., к. 1456, ТД «АЖУР» 8 (495) 955-71-88

\* Программа рассрочки от ЗАО "Кредит Европа Банк" при первоначальном взносе 0% на 5 мес.

**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

**ОБОИ erismann**

г. Зеленоград, корп. 1824  
тел.: 8 (499) 717-81-96

[vk.com/oboierismann](http://vk.com/oboierismann)

\*Скидки не суммируются с проходящими в магазине акциями

**Оптовая база**  
Любое мясо в любом виде!

полутуши говядины, птица, яйцо, полутуши свинины

10-й мкрн, корп. 1003а  
тел. 8-499-731-7664

**БЕТОН РАСТВОР ЖБИ**

Производство и быстрая доставка  
Цена производителя

Качество продукции и изделий соответствует заявляемой марке

Услуги лаборатории  
Помощь консультанта

+7 495 994-02-72  
[WWW.FORMASTROY.RU](http://WWW.FORMASTROY.RU)

Солнечногорск,  
Краснофлотская 1А

**ДВЕРИ**

МЕЖКОМНАТНЫЕ • ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ • СТАЛЬНЫЕ

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

ПРОИЗВОДИМ ДВЕРИ СТАНДАРТНЫХ И НЕСТАНДАРТНЫХ 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) 221-22-46

## ПОСЛЕ СЕМИ МОЖНО?

**Причиной переедания может быть банальная нехватка минералов. Разбираемся каких.**

Все мы время от времени испытываем неподвластное воле желание съесть что-то прямо сейчас. Четвертую плитку шоколада, соленый огурец посреди ночи и т. п. Поддаемся этому позыву, а потом корим себя, вставая на весы. А ведь, оказывается, у этого «ночного дождя» есть вполне научное объяснение. Так проявляется нехватка микроэлементов.

### Желание есть шоколад

**О чем говорит:** нехватка магния и кальция.

Шоколад содержит немало кальция (хотя, конечно, меньше, чем творог) и свыше 50% суточной нормы магния. А в моменты стресса организм щедро расходует именно этот микроэлемент.

### Хочется мяса

**О чем говорит:** нехватка витаминов группы В.

Витамины группы В, особенно В<sub>12</sub>, активно участвуют в кроветворении. Если его не хватает, красных клеток крови – эритроцитов – вырабатывается мало, они переносят

недостаточно кислорода, человека сопровождает постоянное ощущение усталости...

**Тянет на сладкое, соленое или острое**

**О чем говорит:** нехватка цинка и железа.

Желание постоянно сдабривать блюда специями, подсаливать или подслащивать говорит, скорее всего, о том, что без этих добавок еда кажется нам пресной. А это тревожный симптом – слабо ощущать вкус. Это симптом железодефицитной анемии.

Цинка организму требуется немного. Но если этого небольшого количества нет в организме, языковые рецепторы перестают ощущать вкус. Нужно сдать анализ крови и выявить, какого микроэлемента вам не хватает. А затем компенсировать нехватку с

помощью витаминов, а не дополнить порций еды.

### И ВДОГОНКУ... ПРО-ПИТАНИЕ Сельдерея

В Университете Чикаго провели исследования и выяснили, что содержащееся в стеблях сельдерея особое химическое вещество – апигенин, снижает уровень холестерина на 7%, а давление на 14%. Кроме этого,

апигенин влияет на выработку тестостерона и убийственно действует на раковые клетки. В конце концов, в стеблях сельдерея очень много грубых волокон, полезных для пищеварения.

У сельдерея съедобны все части, но селекция вывела разные типы этого растения. Один сорт выращивают ради корневища (из них делают пюре, добавляют в салаты и т. п.), у других – срезают мощные стебли, у третьих – используют листья.

Если переборщить с корнем сельдерея, в котором много апигенина, может начаться псевдоаллергическая реакция.

Выбирая стебли сельдерея, отдавайте предпочтение ярко-зеленым, без признаков гниения или пожелтения растениям.

В течение 7 дней хранения сельдерея не теряет своих полезных свойств. Но в холодильнике берите его от влаги – лучше завернуть в бумагу.

Варка на пару сохраняет 90% полезных

веществ в этом растении. А варка в воде оставляет лишь 40% полезного (что в принципе тоже хорошо).

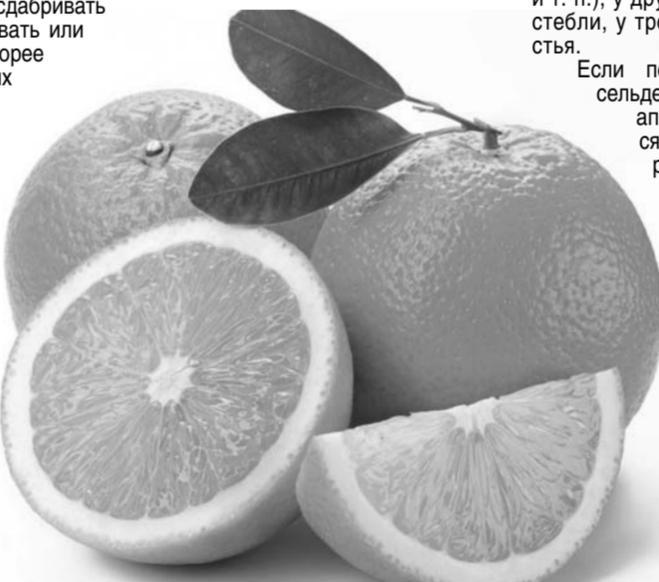
### А ЕЩЕ...

#### Чем заменить мясо в пост

Если вы поститесь и не едите мясную пищу, чтобы не испытывать дефицита полезных веществ, используйте замену говядине, свинине и курятине на...

**Бобовые.** Мясо – один из основных источников белка, который является строительным материалом для всего организма, и незаменимых аминокислот. Бобовые (горох, соя, фасоль, чечевица) содержат растительный белок в большом количестве и могут компенсировать его нехватку в связи с постом.

**Зелень.** Мясо содержит холестерин. Избыток холестерина в организме опасен тем, что приводит к развитию атеросклероза, следствием которого может быть инфаркт или инсульт. Но совсем без него тоже нельзя. Он играет важную роль в выработке самых разных гормонов – и половых, и надпочечников; деятельности нервной системы и т. д. Главное, чтобы уровень холестерина не был повышен. Зелень содержит растительный аналог холестерина – фитостерин, который его замещает, то есть способствует снижению его уровня.



## СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «41»



Книгу пишет весь город!

# БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА Зеленограда



## ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

Огурцы маринованные – 5-6 шт.  
Сыр твердых сортов – 250 г  
Яблоко – 1 шт.  
Петрушка рубленая – 1 ст. л.  
Майонез  
Перец сладкий красный – 1 шт.



### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Огурцы разрезать вдоль, вынуть мякоть, порубить ее и смешать с натертыми на крупной терке сыром и яблоком. Полученную массу хорошо перемешать с 1 столовой ложкой рубленой петрушки, майонезом и заполнить ею огурцы. Нарезать полосками красный сладкий перец и украсить им блюдо.



Елена ЧЕРВИНСКАЯ, 14-й мкрн, преподаватель парикмахерского искусства

## САЛАТ ИЗ КУРЯТИНЫ

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сельдерея корневого – 1 шт.  
Яблоко – 1 шт.  
Куриная грудка – 1 шт.  
Сок лимона  
Майонез – 2 ст. л.  
Сметана – 2 ст. л.  
Листья зеленого салата, редиска 1 шт. (для украшения)



Анна ЛЕТУНОВСКАЯ, р.п. Андреевка, продавец-консультант.



### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Слегка отваренный и очищенный сельдерея и яблоко натереть на крупной терке. Мясо отварной куриной грудки нарезать кубиками и соединить с сельдереем и яблоком. Массу полить соком лимона, заправить майонезом и сметаной, сахаром, солью и хорошо перемешать. Подавать порциями на листьях зеленого салата, украсить фигурно нарезанной редиской.

Ждем вас в редакции по адресу:  
корп. 339а, вход с торца дома  
Также вы сможете прислать рецепты и фото на  
почту: [bkkz41@yandex.ru](mailto:bkkz41@yandex.ru)

На все ваши вопросы ответу по телефону:  
**8-968-924-5025**

Руководитель проекта  
Светлана Сафина

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**

ЗАО **ХЛЕБ 28 ЗАВОД**

ТРЕБУЮТСЯ

**ВОДИТЕЛЬ-ЭКСПЕДИТОР**  
З/п 40 000 руб.

**ВОДИТЕЛЬ АВТОПОГРУЗЧИКА**  
З/п 35 000 руб.

**СЛЕСАРЬ ПО РЕМОНТУ АВТОМОБИЛЕЙ**  
С опытом работы по ремонту а/м «Volkswagen»  
Гр. 2/2, з/п 40 000 руб.

**АВТОЭЛЕКТРИК**  
Гр. 2/2, з/п 40 000 руб.

Зеленоград, проспект Генерала Алексеева, дом 44, стр. 1  
С 9.30 до 11.30

**8-499-735-6326**

**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

**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**

- 3-к. кв., к. 521. \*8-916-365-0475

**ДАЧИ, УЧАСТКИ**

**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**

- Дом на уч. 15 сот., Конаковский р-он, свет, вода. \*8-926-414-0709

**ЖИВОТНЫХ**

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

КОМБИНАТУ ПИТАНИЯ на постоянную работу в школы и детские сады

**ТРЕБУЮТСЯ:**

- ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ з/п 35 000 руб.
- САНИТАРНЫЙ ВРАЧ з/п 50 000 руб.
- КУХОННЫЕ РАБОТНИКИ з/п от 21 000 руб.
- КОНДИТЕР
- ПОВАРА з/п 25 000 руб.

Условия: 5/2, оформл. по ТК, соцпакет, спецодежда

Отдел кадров: Зеленоград, проезд №4921, д. 6  
**8-499-734-2235, 8-929-654-9475, 8-929-916-7630**

**ГАРАЖ**

- Гараж 72 кв. м, «Исток-96», собств. \*8-915-160-4145
- Гараж ГСК «Сокол». \*962-927-7404

**ДРУГОЕ**

- Сдам/продам павильон 16 мкн ТЦ Рекорд. \*8-964-622-1111

**СНИМУ**

**КВАРТИРУ**

- Быстро у станции. \*8-916-531-1183
- Кв-ру, комн. \*8-499-733-3522
- Сниму у хозяина! \*8-926-332-4515

**СДАМ**

**КВАРТИРУ**

- Кв-ру, комн. \*8-499-733-3522
- Квартиру, комнату! \*8-926-400-1440
- 1-к. кв. \*8-916-579-1418
- 2-к. кв. \*8-926-538-7057

**СДАМ**

торговое помещение 24 м (не продукты)  
2 мин. от ст. Крюково  
недорогая аренда  
**8-909-928-8458**

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

- Квартиру в Поварово. \*8-903-669-3299
- Сдам в течение дня. \*8-915-126-3644, Анжела
- Сдам выгодно! \*8-916-330-2953

**ДРУГОЕ**

- Зеленоград, пл. Юности, 230 кв. м, под ресторан. \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798
- Комната переговоров, кабинет психолога с почасовой оплатой (Зелен., пл. Юности). \*499-736-5863, 8-916-373-7798
- Неж. пом. от 50-400 кв. м. Офисы на пл. Юности: 12, 24 и 32 кв. м. \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798
- Помещение, корп. 1801 в ТК «Атак». \*8-926-134-7829

**РЕМОНТ**

- Рем. стир. и п/мочн. маш. \*8-985-251-0573

- 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

**ДОМА · ФУНДАМЕНТЫ · БАНИ · ЗАБОРЫ**  
Отопление, водоснабжение, канализация  
Продажа - установка септиков  
**+7 925 891 3696**

- Благоустройство кв-р, электрика, сантех., ламинат, линол., сбор мебели, навеска и др. \*8-926-639-2523
- Ван. ком. \*8-926-981-0859
- Квар. \*8-926-797-2004
- Кварт. \*8-909-919-4287
- Квартир. \*8-968-632-1568
- Мастер на час. \*8-495-774-1333
- Натяжные потолки. Готовое решение. До 19 кв. м 9000 руб. Гибкие скидки. \*8-968-404-3029

- Плиточник, сантехник. \*8-926-285-0350
- Рем. кв. \*8-495-778-7756
- Рем. кв. \*8-903-129-9724
- Рем. квартир. \*8-926-978-4327
- Рем. хол-ков. \*8-499-738-7825, 8-916-314-4173
- Сантехник. \*8-903-129-9724
- Сантехработы, газосварка, отопление, водопровод. \*8-917-592-8686, Сергей

- Столешницы, подоконники, ступени из кварцевого натурального камня, керамогранита. \*8-985-508-1870, 8-985-508-1806
- Строим дома, бани, отделка. \*8-903-155-0934
- Электрик. \*8-903-129-9724

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ**

- ГАЗель, деш. Грузч. \*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

**ТРЕБУЕТСЯ**

**МЕНЕДЖЕР**

В салон кухни по продаже кухонной мебели (женщина)

Опыт работы не менее 1 года

8(495)545-0912 Евгений  
8(903)619-0965 Валерьевич

- Г-ль от 600 р., гр-ки. \*8-916-084-3641
- Г-ль, деш. \*8-903-224-9022
- 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
- Переезды, грузчики. \*8-929-604-3824
- Эвакуатор 24 ч. \*8-495-723-4839

**УСЛУГИ**

- Ателье. Пошив и ремонт любой сложности. КОЖА И ДУБЛЕНКИ. \*8-495-722-1876
- Консультация земельных и жилищных вопросов. \*8-926-219-3292
- Настройка пианино. \*8-910-465-9266
- 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

- Ремонт одежды. \*8-916-919-8691
- Сауна 500 руб. Круглосут. \*499-735-0356
- Септик «Юнилюс». \*8-925-891-3696
- Уборка квартир после ремонта. \*8-916-373-7798, 499-736-5863

**НАСЕКОМЫЕ**

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

**УРОКИ**

- Англ. \*8-962-969-1670
- Англ. яз., переводы, обуч. по скайпу (стажировка в США 4 года). Подгот. к ЕГЭ, TOEFL, IELTS. \*8-916-676-7444
- Мат., физ. \*8-903-286-1990
- Рус. яз., лит. ЕГЭ, ОГ. \*8-499-731-4647

**ЗДОРОВЬЕ**

- ЛФК - лечебная физкультура на дому (инсульты, травмы). \*8-968-897-8702
- Психолог. \*499-736-5863, 8-916-373-7798

**ИЩУ РАБОТУ**

- Домработница, няня, сиделка, репетитор. \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798

**ДЕЛОВЫЕ ЛИНИИ**

Крупная транспортная компания приглашает на работу:

- **УПАКОВЩИКОВ** (с навыками плотницких работ)
- **ВОДИТЕЛЯ ПОГРУЗЧИКА** (обязательно наличие удостоверения на право управления погрузчиком и мед. справки)

Тел.: **8-800-100-8000** (звонок бесплатный)

г. Зеленоград. Оформление по ТК РФ.

**Заработная плата от 35 000 руб. ТРЕБУЮТСЯ**

**СВАРЩИКИ**  
для изготовления металлоконструкций: решетки, козырьки, навесы, ограждения, заборы

**8-963-722-7275 8-963-722-7276**

**ТРЕБУЮТСЯ**

- ИД «41» менеджер на проект, рекламные агенты, журналисты, верстальщики-дизайнеры. \*499-734-9490, 499-735-2271
- Автомойщики. Продавцы. Администратор. \*925-862-8244
- В автосервис слесари-мотористы. \*8-925-850-0080
- В трансп. комп. бухгалтер, опыт раб. обязат. \*8-916-694-1155, 8-926-176-0060
- В трансп. комп. механик. \*8-916-694-1155
- Вакансии: няня, сиделка, домработница, зам. дир. архива. \*8-499-736-5863, 8-916-373-7798
- Вахтер жен. без в/п, местная, к. 458, п. 1. \*8-915-274-1121
- Вахтер, к. 1512, п. 4. \*8-903-162-0139, Татьяна
- Вахтер, корп. 1552, п. 2, сутки/3, 700 руб. в сутки. \*8-916-542-6242, 8-499-738-2955
- Водители в такси «Глобус», низкая аренда. \*8-903-249-5213
- Водители в такси «Форсаж» на выгодных условиях. \*8-926-397-2597
- Водители в такси с лич. авто, своб. график. \*8-919-990-2775
- Водители в такси, график своб., 12-часовой, подработка, интересные усл. \*8-917-581-1717
- Водители до 45 т.р. Сходня. \*(495) 730-7071, Евгений Юрьевич
- Водители на ГАЗель, ВИС, з/п от 1300 р. в день. \*8-916-694-1155
- Водитель установщик со своим а/м ГАЗель, з/п от 75 т.р. \*8-925-378-2530
- Журналист на сайт. Рерайтинг, написание новостей, подбор заголовков, размещение в электрон. СМИ. Опыт работы. Резюме: kutyrevatiana@gmail.com
- Консьерж, корп. 455, 1/2, сутки 600 руб. \*8-916-394-7441
- Консьержка, корп. 316, график 2 чер-рез 4. \*8-499-736-7652, после 18.00 ч.
- Мастера по изгот. меб. Маляр по деревообработ. \*8-910-475-2508
- Официанты, повар-пиццайоло. \*8-903-274-4888

**РАЗНОЕ**

**ПОТЕРИ**

- Пропал кот! Вечером 26 марта из дома в дер. Лугино ушел рыжий кот. Вознаграждение за возврат гарантируем (деньги или котенок такой же породы). \*8-916-686-1523, Светлана
- Клуб. шотланд. вислоух. коты для вязки. \*8-926-219-2712
- Котят с доставкой от норвежского лесного кота, белые, рыжие, 3-цвет, очень красивые, 9 мес., приучены. \*8-495-459-3656, 8-903-134-6892, 8-915-366-0765
- Котят с доставкой, 3-цвет. \*8-495-459-3656, 8-903-134-6892, 8-915-366-0765
- Отдам в добрые руки беарнскую овч., девочка, 3 г. \*8-925-897-3582
- Смешная, добрая и умная Тайга в дар! Рыжий, уши стоят, 1 год, привита и стерил., идеал. квартир. вариант, можно в семью с кошками. \*8-903-285-8030

**ДРУГОЕ**

- В добрые руки щенок, девочка, 4 мес. \*8-964-726-3033
- Клуб. шотланд. вислоух. коты для вязки. \*8-926-219-2712
- Котят с доставкой от норвежского лесного кота, белые, рыжие, 3-цвет, очень красивые, 9 мес., приучены. \*8-495-459-3656, 8-903-134-6892, 8-915-366-0765
- Котят с доставкой, 3-цвет. \*8-495-459-3656, 8-903-134-6892, 8-915-366-0765
- Отдам в добрые руки беарнскую овч., девочка, 3 г. \*8-925-897-3582
- Смешная, добрая и умная Тайга в дар! Рыжий, уши стоят, 1 год, привита и стерил., идеал. квартир. вариант, можно в семью с кошками. \*8-903-285-8030

всегда на шаг впереди

**ТАКСИ**

**форсаж**

Очень низкие цены в Москву и МО

8-499-736-8888 8-985-200-4848

8-499-734-1111 8-963-711-1414

Новый парк автомобилей бизнес-класса Hyundai i40

Подача от 5 мин

130 руб. по городу

http://такси-форсаж.рф

**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.  
• Ш1 - 450 руб.  
• Ш2,3 - 550 руб.

VISA MasterCard

8(495)233-50-60

**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

**СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ**

МАГАЗИН

**САНТЕХНИКА**

САМЫЕ НИЗКИЕ ЦЕНЫ

СМЕШИТЕЛИ свыше 200 видов  
2000 наименований др. товаров

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

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

Срок исполнения 2-3 дня!

• под ключ  
• ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ  
• ИЗ МАТЕРИАЛА РАЗЛИЧНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ

8-903-979-9383 8-499-409-7029

**РЕМОНТ ВАНН**

без снятия существующей

**УСТАНОВКА АКРИЛОВЫХ ВКЛАДЫШЕЙ 6 ММ**

8-499-401-5735

**РЕМОНТ** под ключ  
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

**Автошкола Весна -20%**

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

Зеленоград, область лис. 5474567

кат. В - 8-903-224-6000

**АВТОСЕРВИС В ЗЕЛЕНОГРАДЕ**

ООО «Автомаск»  
Все виды профессионального ремонта

• ПРОМЫВКА ИНЖЕКТОРОВ  
• КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА BOSCH  
• РЕМОНТ КАРБЮРАТОРОВ, ИНЖЕКТОРОВ  
• ПОКРАСОЧНЫЕ РАБОТЫ  
• СЛОЖНЫЕ ЖЕСТЯНЫЕ РАБОТЫ с использованием степлера  
• РЕМОНТ БАМПЕРОВ любой сложности

ZELAVTOMAX.RU

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

**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

495-790-8467

**АКОРД - НЕ ПРОСТО СЛОВА**

Разбираемся, можно ли удалить бородавки в домашних условиях и при этом безопасно.

Бородавка – это образование, вызванное вирусом папилломы человека. Может передаваться разными путями, в том числе половым. Каждая бородавка – это кожный нарост, который содержит вирус.

Для удаления папиллом в домашних условиях многие пользуются средством типа «Суперчистотела». На самом деле это не растительный настой, как можно предположить из названия, а едкая щелочь. Капая этим средством на бородавку, вы, по сути, сжигаете ее вместе с кожей. Любое неловкое движение, капля побольше – и здравствуй, тяжелый химический ожог!

Причем это даже не самая главная опасность самостоятельного удаления бородавок. Важнее, что под родинки и бородавки часто маскируется рак кожи. И, если удалить бородавку, болезнь очень легко проморгать.

Криодеструкторы обычно имеют аппликатор, пропитанный жидким азотом (температурой около минус 190 градусов С).

**ЗДОРОВЬЕ**

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.astreymed.ru

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

• Ультразвуковая диагностика  
• Процедурный кабинет  
• Массаж медицинский  
• Экспертиза временной нетрудоспособности

medicalprofi.ru

8-499-734-4715 8-499-734-2805

Москва, Зеленоград, Центральный проспект, д. 436а, 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 ГИЕБД  
• СПРАВКИ В БАССЕЙН  
• МЕДИЦИНСКИЕ КНИЖКИ И ДР.

www.zelkinezis.ru

**Центр КИНЕЗИТЕРАПИИ**

Номер лицензии: ЛО-77-01-006725

**КИНЕЗИТЕРАПИЯ** – это вид лечебной физкультуры с использованием реабилитационных тренажеров (механотерапия) и физических упражнений (партерная гимнастика). Суть состоит в адаптивном последовательном обучении правильным движениям – от простых к сложным для восстановления функций опорно-двигательной системы и всего организма в целом и успешно применяется для лечения таких заболеваний, как:

- артриты и артрозы суставов
- остеохондроз позвоночника
- радикулиты, люмбаго, ишиалгии (ишиас)
- коксартроз тазобедренного сустава
- нарушения осанки
- грыжа и протрузия межпозвоночного диска
- реабилитация (восстановление) после травм и операций
- плоскостопие
- профилактика заболеваний опорно-двигательной системы

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КИНЕЗИТЕРАПИИ**

- улучшается крово- и лимфообращение
- способствует сохранению эластичности сократительной функции мышц и связок
- улучшает состояние гладкой мускулатуры органов и сосудов

**ПРЕИМУЩЕСТВА КИНЕЗИТЕРАПИИ**

восстановление функций опорно-двигательной системы без таблеток, физиотерапевтических процедур и операций

**РЕЗУЛЬТАТ ЛЕЧЕНИЯ**

от стойкой положительной динамики до полного выздоровления

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

Тверь, ул. Бебеля, д. 3 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

Здоровый позвоночник – это реально!

Антикризисная поддержка пациентов -10% на лечение и удаление **ВСЕМ!**

**АКЦИЯ**

10% на протезирование безметалловой керамики

10% на исправление прикуса на брекетах

15% на подготовку к протезированию

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

ЛИЦЕНЗИЯ № АО-77-01-001079

**Зеленоград, корпус 1650**

8 499 729-9350, 8 916 259-1223

neodentst.ru

**Нео ДЕНТ**