

ЦЕНТР+

ГОРОД, 16+

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА №46 2019 г.

WWW.GAZETACP.RU

ПЕРСОНА

СТАС МИХАЙЛОВ:

«ЕСЛИ У ЖЕНЩИНЫ БОГАТЫЙ ДУХОВНЫЙ МИР,
ОБ ЭТОМ ГОВОРЯТ ЕЕ ГЛАЗА» с. 2

 ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

ЗДОРОВЬЕ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА



ГЕЛЕНК НАРУНГ

СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ
ВАШЕГО ГОРОДА

ПОДРОБНОСТИ
НА СТР. 7

МОСКВА

8 (495) 518-01-34

www.provista-ag.ru

Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ:

8-800-333-06-07

(звонок бесплатный)

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ

СЧАСТЛИВАЯ СТАРОСТЬ

Пансионаты
для пожилых людей с. 4

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

МОДА НА КУРКУМИН

Миф или реальность с. 6



ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ

кредитный потребительский кооператив

+7 (495) 294-04-15



Ул. 1905 года, г. Москва, Студенецкий пер., д.3

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

ИНВЕСТИРУЙТЕ С НАМИ И УВЕЛИЧИВАЙТЕ СВОЙ КАПИТАЛ

до 11,70%

годовых в рублях

От 3-х месяцев**

+ ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО
+ ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ КАПИТАЛИЗАЦИЯ



Надежная защита
ваших средств
Все сбережения застрахованы



Деятельность под
контролем Банка России
Реестр №1505



Интересы пайщиков защищены -
СРО «Центральное кредитное
объединение» Реестр №234

КАЖДОМУ НОВОМУ ПАЙЩИКУ – НОВОГОДНИЙ ПОДАРОК

Сумма сбережений, руб.	Срок, мес.	% годовых	Подарок***:	Выплаты, %	Ваш доход, руб.
100 000	12	11,70	Air Pods Apple watch 5 iPhone XR 128 Гб iPhone 11 Pro Max	В конце срока (с ежемесячной капитализацией) + выплаты ежемесячно	10 179
600 000	12	11,70			61 074
1 000 000	12	11,70			101 790
1 500 000	12	11,70			152 685

Air Pods



Apple watch 5



iPhone XR 128 Гб



iPhone 11 Pro Max



* Максимальная доходность по сбережениям в КПК "Инвестиционный капитал" не выше 11,70% (на 7.11.2019).

** Выплата в конце срока, ставка не участвует в акции. *** Акция действует до 31.12.2019 г. Подробности об организаторе акции, правилах ее проведения, размере скидок, сроках, месте, порядке ее получения читайте на сайте www.invcap.ru. ИНН 7703477600, ОГРН 1197746405416. Реклама.

Предложение действует только для членов Кредитного потребительского кооператива "Инвестиционный капитал". Вступительный взнос 100 рублей. Срок сбережений от 3 мес. до 24 мес. с суммой от 50 тыс. руб. до 100 млн. руб. со ставкой от 11% до 11,70%. Полную информацию об условиях приема сбережений можно узнать по тел. 8 (800) 755-77-57. Подарок каждому новому пайщику предоставляется от компании партнера. Сбережения застрахованы в НКО "МОВС".


www.invcap.ru

СТАС МИХАЙЛОВ:

«Я добрый папа, все разрешаю своим детям»

Российский эстрадный певец, автор песен, актер и продюсер Стас Михайлов сейчас востребован на многих концертных площадках не только России. Например, недавний короткий тур по Германии собрал более 20 тысяч зрителей-слушателей, а впереди – тур по другим европейским странам. Гастрольный график расписан на год вперед.

– Не секрет, что вы достаточно богатый человек. Какую роль в вашей жизни играют деньги?

– Лично для меня не перво-степенную. А вот детям отказы-вать не хочется, стараюсь, что-бы они ни в чем не нуждались. Хочу обеспечить качественное образование, развитие в разных направлениях, баловать родите-лей, близких людей. Человек при-выкает ко всему, в том числе и к определенному уровню достатка. Есть такая по-говорка: по доходам и расходы. Я ког-да-то жил скром-но, сейчас больше возможностей...

– Наверное, в семье музы-канта дети занимаются му-зыкой. Поддержите их, если кто-то из ваших детей пой-дет по вашим стопам?

– Нет, музыкой дети не зани-маются. Я всегда говорю: какой бы путь ни выбрали дети – это не са-мое важное. Хочу, чтобы они бы-ли хорошими, добрыми людьми. Важны поддержка, родительское

плечо. Главное – чтобы любили то, чем будут заниматься.

– Вы стараетесь, чтобы ваши дети ни в чем не нуж-дались... Балуете их или все же проявляете строгость в какие-то моменты?

– Я добрый папа, все им раз-решаю. А мама у нас пытается быть строгой. Я же детей редко вижу в силу профессии. Плюс ко всему дети видят во мне опору, поддержку, знают, что я многое могу им позво-лить. Воспитани-ем у нас в семье в основном моя жена занимается.

– Вы свое дело жизни искали долго и уже в зрелом возрасте окончили факультет продю-серского дела Института со-временного искусства. Зачем понадобилось известному че-ловеку такое образование?

– Да, в уже зрелом возрасте я окончил ГИТИС, факультет про-дюсерского дела. Хотелось понять и выныкнуть в тонкости профессии «продюсер». Любое образование – это расширение кругозора, раз-



Досье

Родился

27 апреля 1969 года
в городе Сочи.

Карьера

«Артист года» по версии Радио Шансон (2009 г.).
Премия «Золотой грамфон» (2008–2016 г.).
«Заслуженный артист РФ» (декабрь 2010 г.).

Личная жизнь

Жена – Инна Михайлова.
В семье Михайловых шестеро детей: двое детей Стаса от прошлых браков – сын Никита (2001) и дочь Дарья (2005); двое детей Инны от прошлого брака – сын Андрей (1993) и дочь Ева (1999); общие дочери Инны и Стаса – Иванна (2009) и Мария (2012).

увидеть сегодня на мне, во что я одеваюсь на сцене и в жизни, – только мой выбор. Знаю, неко-торым людям не нравится мой новый стиль, но хочу сказать, что важнее, наверное, смотреть на творчество и оценивать его, чем на внешнюю оболочку...

– Ваша прическа, фирмен-ная борода не меняются...

– Ну, прическа как раз таки периодически трансформирует-ся. Не кардинально, правда. Да и форму бороды поменял. Если помните, немного ранее носил спаньольку. В этом плане на гло-бальные опыты не тянет. Бороду точно не сбрую. Это такая же часть меня, как глаза или нос.

– Вы прошли непростой и интересный путь к успеху. Есть чем поделиться с любя-ми, особенно молодыми. Нет желания написать мемуары?

– Да, в принципе, мне есть, что сказать людям. Но тут, опять же, возникает вопрос свободно-го времени... Книга – серьезный проект, требует тщательной подготовки. Помимо времени нужно много энергетических затрат. На раз-два такие вещи не создаются.

– У меня нет на это времени. Это не моя среда. Держать себя в форме мне помогает спорт. Пы-таюсь каждый день заниматься в спортзале. Пробовал интерваль-ное голодание, не ел по 16 часов в сутки. Сначала втянулся, но сей-час не всегда получается соблю-дать режим. Несмотря на беше-ный темп, я практически каждый день выделяю время на спорт. Считаю, спорт очень важен для жизни, особенно в современных условиях, когда люди много ра-ботаю, переносят много стрессов.

– Строгие пиджаки и ру-башки, в которых вы высту-пали раньше, сейчас смени-лись на более свободные одеж-ды. С чем это связано?

– С комфортом и удобством в первую очередь. Все, что можно

витие, получение новых знаний. Не всегда может пригодиться на практике, но лишним точно не будет.

– Чтобы узнать об отно-шении человека к своей жизни, обычно журналисты страши-вают его: изменил бы он свой путь или прожил бы ту же жизнь, если ему предостави-ли бы возможность прожить все заново?

– Абсолютно точно – прожил бы! Ни о чем не жалею! Я благо-дарен Господу за все, что он мне дал и чего не дал. Значит, так в моей судьбе было нужно.

– Вы постоянно находите-ся в хорошей физической форме. Немало людей заподозрили, что вы прибегли к помощи пластических хирургов...



РАЗВИТИЕ
финансовая группа
www.finrazvitie.com

СБЕРЕЖЕНИЯ
ЗАСТРАХОВАНЫ

МЕЖРЕГИОНАЛЬНОЕ
ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЕ
ОБЩЕСТВО ВЗАИМНОГО
СТРАХОВАНИЯ

11,7%

КАПИТАЛИЗАЦИЯ
СБЕРЕЖЕНИЙ

8(495)225-85-23
8(499)753-53-77

м. Белорусская, 4-й Лесной пер., 4

КПК «Финансовая Груп-па РАЗВИТИЕ» привле-кает денежные средства от своих членов на осно-вании договора пере-дачи личных сбережений. Кредитный потреби-тельский кооператив «Фи-нансовая Группа РАЗ-ВИТИЕ», ИНН 971001 3106, ОГРН 116774655 7901, Член СРО «СОДЕЙ-СТВНИЕ» (Санктельство №458 от 04.03.2019г.). Сбережения принимаются в сумме от 50 000 руб. до 5 000 000 руб., сроком от 3 мес. до 2 лет. Про-центная ставка зависит от срока размещения, подробности по телефо-ну (495) 225-85-23. Всту-пительный взнос 2000 руб. Подробную инфор-мацию можно узнать на www.finrazvitie.com и по телефону: (495) 225-85-23. Часы работы поведели-чик-пятица с 10:00 до 18:00 РЕКЛАМА

**БЕСПЛАТНАЯ
социально-правовая
поддержка граждан
по г. Москве**

- Помощь в составлении юридических документов
- Помощь в выписке из квартиры, без согласия
- Возврат подаренной недвижимости
- Помощь при вступлении в наследство
- Эффективное решение споров между соседями
- Бесплатный прием и консультирование дежурного юриста по всем вопросам

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8 (495) 128-28-85

Реклама ОГРН 119746014938

пн +5° | вт +3° | ср +2° | чт +0° | пт +1° | сб +1° | вс +1°

РОССИЯНЕ ПОТРАТИЛИ НА БОЛЬШОЙ РАСПРОДАЖЕ ALIEXPRESS 17 МЛРД РУБЛЕЙ

Компания впервые раскрыла траты жителей России за 11 ноября.

Россияне на распродаже в этом году тратили на AliExpress в среднем около 350 млн руб. в час, в пиковые часы оборот превышал 1 млрд руб., по данным пло-щадки. За 11–12 ноября 2019 г. 5 млн российских покупателей приобрели на AliExpress 30 млн товаров. Это в 15 раз больше, чем в обычные дни. Динамику по сравнению с прошлым годом компания не раскрыла.

INSTAGRAM НАЧАЛ СКРЫВАТЬ ЛАЙКИ ВО ВСЕМ МИРЕ

Многие пользователи Instagram во всем мире перестанут видеть количество лайков под публикациями.

В публикации сообщается, что тестовая программа теперь бу-дет действовать во всех странах, однако не сказано, по какому принципу социальная сеть будет выбирать аккаунты. Те, чьи стра-ницы выберут для запуска обнов-ления, перестанут видеть общее число лайков и просмотров под чужими записями.

СОСТАВЛЕН ПОРТРЕТ ТИПИЧНОГО МОСКОВ-СКОГО БЕЗБИЛЕТНИКА

Проезд в столичном обще-ственном транспорте не оплачи-вают обеспеченные горожане в возрасте около 30 лет. Об этом сообщил радиостанции исполня-ющий обязанности руководителя ГКУ «Организатор перевозок» Павел Павлов.

Павлов рассказал, что даже имеющие право на льготный про-езд горожане часто не прикла-дывают свои карты к валидатору при входе.

«СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ» ПЕРЕЗАПУСКАЕТ «НУ, ПОГОДИ!»

Первый эпизод нового цикла популярного мультфильма выйдет летом 2020 года.

Киностудия «Союзмульт-фильм» объявила о запуске нового цикла знаменитого советского мультфильма «Ну, погоди!», героям которо-го в этом году исполнилось 50 лет. Первую серию можно будет увидеть в начале лета следующего года. Перезапуск мультфильма станет подар-ком нашему младшему по-колению.

В основе сюжета лежит по-стоянно оканчивающаяся не-удачей погоня Волка за Зай-цем в надежде его съесть. В итоге Заяц всегда оказывает-

ся невредим, а Волк в конце каждой серии говорит или кричит: «Ну, Заяц, погоди!». Режиссером самого мультсе-риала стал Вячеслав Котеноч-кин. Роль Волка озвучивал ак-тер Анатолий Папанов, зайца – актриса Клара Румянова. Мультфильм входит в «Золо-тую коллекцию» киностудии.

«Ну, погоди!» – мульт-фильм киностудии «Союз-мультфильм», первый выпуск которого был 6 мая 1969 го-да. Режиссер Геннадий Со-кольский снял «нулевую» се-рию для мультжурнала «Весе-лая карусель».

В июне 2019 года сообще-лось, что «Ну, погоди!», по данным ВЦИОМ, занял пер-вое место в рейтинге люби-мых мультфильмов россиян.

«Золотая коллекция» «Союзмультфильма» – собрание мультфильмов, которые относятся к классике анима-ционного жанра.

В список входят такие герои, как Крокодил Гена и Чебурашка, Винни-Пух и Пятачок, Малыш и Карлсон, Маугли и многие другие.

«Золотая коллекция» состоит из более чем 150 мультфильмов.

ЭКСПЕРТЫ НАЗВАЛИ БРЕНДЫ НЕНАСТОЯЩЕЙ СГУЩЕНКИ

По результатам проверки самые серьезные нарушения были выявлены у марок «Глубокое» и «Главпродукт».

У некоторых образцов были выявлены отклонения от стан-дартов ГОСТа. «Вологодские молочные продукты», ОАО «Белгородские молочные про-дукты», «Лента», «Торговый дом Сметанин» не соответ-ствуют стандарту по массовой доле белка в СОМО, «Торговый дом Сметанин» – имеет недо-статочную массовую долю влаги, «Коровка из Корено-ки» – не отвечает требованию по чистоте продукта. «Алексеевское», «РогачевЪ», «Молочная страна», «Совок», «Волоконское» остались без замечаний экспертов.

По итогам проверки эксперты не обнаружили следов использова-ния растительных жиров и отклоне-ний в консистен-ции ни одного продукта.

**Отличная
разборчивость речи
по отличной цене!**

В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА
Вы сможете купить УНИКАЛЬНЫЙ
цифровой слуховой аппарат

До конца ноября
всем пенсионерам
и инвалидам по слуху –
СКИДКИ!

НАШИ АДРЕСА:
м. «Сходненская» (первый вагон из центра,
выход №3, при выходе на улицу – налево),
ул. Героев Панфиловцев, д. 4, 100 м. от метро.

Швейцарское
качество

8(499) 769-50-14
8(925) 477-20-47
8(499) 769-51-29

м. «Перовская» (первый вагон из центра,
выход №2), ул. Средняя Перовская, 4,
1-й этаж, каб. 9а, 20 м от метро.

Сертификат РОСС СН. ИМ02.81.6384 от 01.09.2009. ООО «АльфаТон»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

«ВИТА» Центр Психологии из СПб.

Сергей Петрович СЕМЁНОВ – известный петербургский врач-психотерапевт, рефлексотерапевт, специалист по проблеме избыточного веса и зависимостей. Его авторские программы более 30 лет помогают людям **всего за 1 сеанс переключить свой организм** из режима запасаения жира в режим его расщепления. После сеанса Вы сможете худеть на 2–3 кг в месяц, достичь комфортного веса, а после – сохранять его.

• ЛИШНИЙ ВЕС
(пенсионерам льгота 50%)

**• пристрастие
К СПИРТНОМУ**

mcvita.ru
vita-ap.ru

Сеансы проводит С.П.Семёнов

ЕСТЬ БОЛЬНОЙ ДЕМЕНЦИЕЙ?

ЕСТЬ ПОМОЩЬ!



забота
СЕТЬ ПАНСИОНАТОВ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ
ОСНОВАНА В 2008 ГОДУ



ВЫХОД ЕСТЬ!

Поможет родственникам больных деменцией сеть пансионатов для пожилых людей «Забота». В каждом из пансионатов сети работает специально обученный медицинский персонал, имеющий большой опыт по уходу за такими больными.

10 филиалов расположены по всем направлениям Подмосковья. Во всех филиалах проводятся ежедневные тренинги, направленные на поддержание когнитивных способностей подопечных.

Получить консультацию МОЖНО ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (495) 150-48-32

www.pansion-zabota.ru

Иногда дети и внуки начинают замечать у своих пожилых родственников странности в поведении. Например, пожилой человек вдруг подолгу не открывает дверь, не узнавая близкий голос и неоднократно спрашивая: «Кто там?», и не может вспомнить имена самых близких родных. Включает газ, но нажать кнопку электроподжига или зажигалку забывает, в чайник кидает замороженные пельмени. Бывает, что любимая газета, которая прежде с нетерпением прочитывалась сразу же от первой до последней страницы с разгадыванием сканворда, лежит пару дней непрочитанной.

В настоящее время примерно у 5% населения России старше 65 лет отмечается тяжелая деменция, у 9–16% – легкая и умеренная. В группе россиян старше 80 лет число заболевших деменцией достигает 20%. Причем женщины болеют в два раза чаще мужчин.

Увы! Лекарств от этого заболевания во всем мире еще не нашли. Например, даже президент США Рональд Рейган, руководивший страной в 1980-х годах, страдал деменцией.

«Железная леди» Великобритании Маргарет Тэтчер ушла из жизни в 2013 г., прожив с подобным диагнозом почти 11 лет. Актер Шон Коннери, сыгравший знаменитого агента Джеймса Бонда, до сих пор страдает от старческого слабоумия, и его близкие прогресса в лечении не замечают. Конечно, при обнаружении первых признаков деменции, обозначенных в начале, рекомендуется обратиться к терапевту или врачу общей практики, который при необходимости направит больного к неврологу или психиатру. Назначенное лечение может только замедлить процесс развития болезни, снять симптомы, купировать и свести к минимуму расстройства в поведении, повысить качество жизни больного и продлить активные годы жизни. Стабилизировать заболевание бывает сложно, поскольку возникает необходимость в постоянном уходе и присмотре.

У всех ли имеется возможность обеспечить это? Ритм современного мегаполиса диктует нам свои правила. Постоянно опекать пожилого человека – совсем не просто.

НАСМОРК ЕСТЬ, ПРОСТУДЫ НЕТ

Многие привыкли связывать насморк только с простудой или сезонной аллергией.

Но нередко бывает так: температуры нет, ничего не болит, а из носа течет или он напрочь заложен.

ПЯТЬ ВОЗМОЖНЫХ ПРИЧИН, КОТОРЫЕ ПРОВОЦИРУЮТ НАСМОРК

ски, растворителя, автомобильных выхлопов...

Медики относят это к одному из видов неаллергического ринита и объясняют индивидуальной гиперчувствительностью нервных окончаний в носу к конкретным запахам.

3. ИСКРИВЛЕНИЕ НОСОВОЙ ПЕРЕГОРОДКИ

Это распространенная причина неаллергического насморка. При дыхании воздух идет не вдоль стенок носа, как и положено, а из-за кривизны перегородки бьет в одну точку.

В этой точке слизистая истончается, пересыхает. В качестве защитной реакции возникает отек.

4. ПОЛИПЫ В НОСУ

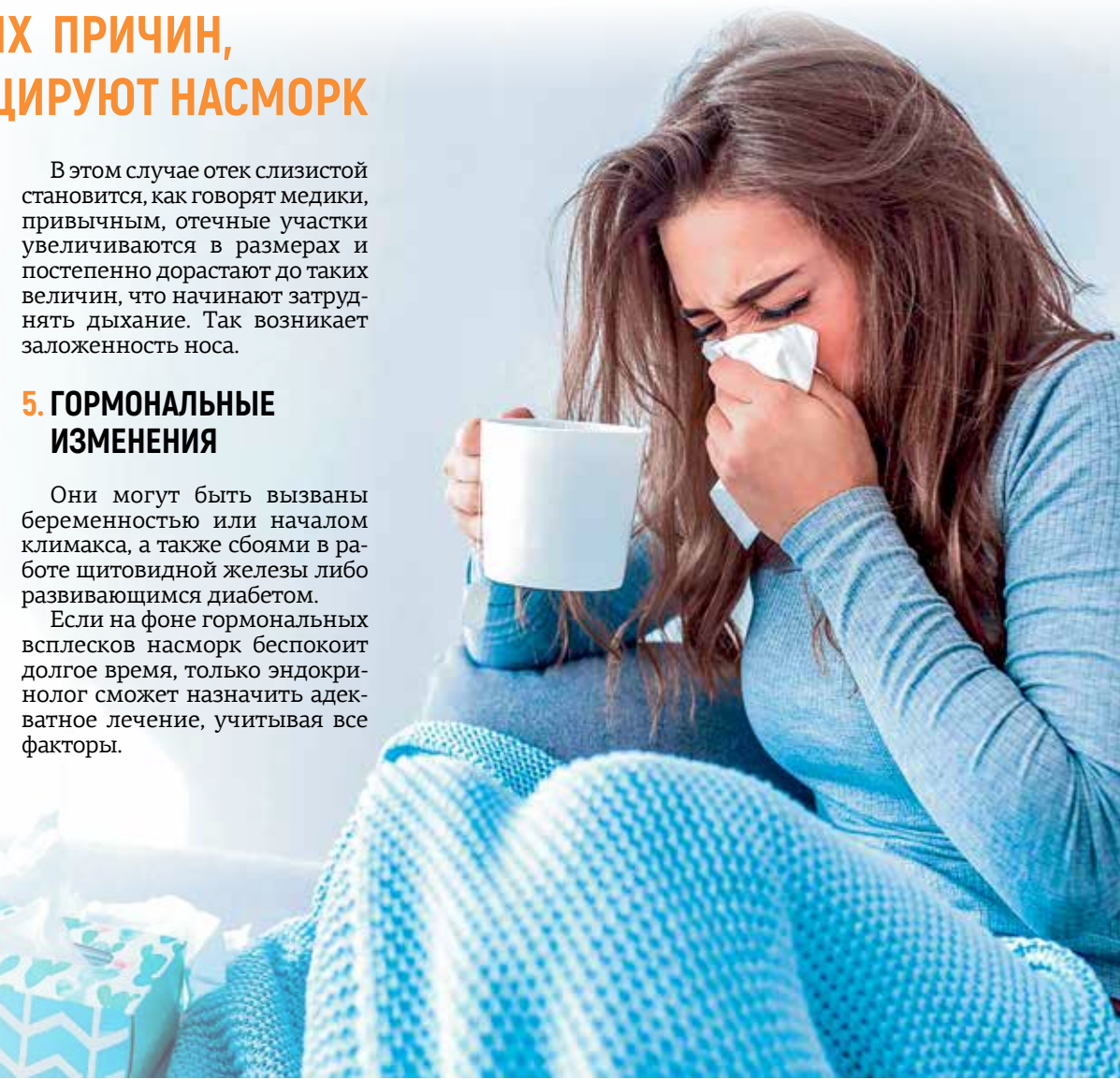
Полипы – это доброкачественные образования, возникающие на слизистой оболочке носа. Они нередко образуются у тех, кто уже давно страдает от сезонных аллергий или привык переносить простуды и связанные с ними насморки на ногах, без лечения.

В этом случае отек слизистой становится, как говорят медики, привычным, отечные участки увеличиваются в размерах и постепенно достигают до таких величин, что начинают затруднять дыхание. Так возникает заложенность носа.

5. ГОРМОНАЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ

Они могут быть вызваны беременностью или началом климакса, а также сбоями в работе щитовидной железы либо развивающимся диабетом.

Если на фоне гормональных всплесков насморк беспокоит долгое время, только эндокринолог сможет назначить адекватное лечение, учитывая все факторы.



МЫ ГАРАНТИРУЕМ НАДЕЖНУЮ ЗАЩИТУ И ЗАБОТУ О ВАС ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ ИЛИ ПРОЖИВАНИЕ В ПАНСИОНАТЕ

СРОЧНЫЙ ВЫКУП КВАРТИР И ДОЛЕЙ

Оплачиваются коммунальные услуги и телефон

Единовременная выплата до **5 000 000** руб.

Предоставляется уход и помощь по хозяйству

Ежемесячные выплаты до **50 000** руб.



Оказываем юридические услуги малоимущему населению



8 (495) 923-85-84
8 (495) 784-85-84

РЕКЛАМА. ООО «Благовест – социальные услуги». ОГРН 1167746588756

КРУИЗНЫЙ ФЛОТ РУСИЧ		г. МОСКВА, м. «КИТАЙ-ГОРОД», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1; м. «БЕЛЫЯЕВО», ул. Профсоюзная 93а, оф. 9; 8(499)705-68-28; 8-800-100-81-75 доб. 382, 361; «РОДНАЯ РУСЬ» и «РУСЬ ВЕЛИКАЯ» www.flotrusich.ru
02.05.2020-19.05.2020 от 71 200 р.	«ТЕПЛО ЗЕМЛИ АДЫГЕЙСКОЙ» Н. НОВГОРОД-КАЗАНЬ-САМАРА-САРАТОВ-ВОЛГОГРАД-СТАРОЧЕРКАССКАЯ (АДЫГЕЯ)-ЕЙСК-РОСТОВ-НА-ДОНУ-ИЛЬВЕКА-ВОЛГОГРАД-САРАТОВ-САМАРА-ТОЛЬЯТТИ-КАЗАНЬ-ЧЕБОКСАРЫ-Н. НОВГОРОД	
08.05.2020-11.05.2020 от 13 600 р.	«БУДЕТ ЖИЗНЬ ТЕПЛОМ СОГРЕТА» РОСТОВ-НА-ДОНУ-СТАРОЧЕРКАССКАЯ-ЕЙСК-РОСТОВ-НА-ДОНУ	
01.05.2020-11.05.2020 от 30 800 р.	«ДОРОГАМИ КАЗАНСКИХ ХАНОВ» МОСКВА-УТЛИЧ-ПЛЕС-Н. НОВГОРОД-СВИЯЖСК-КАЗАНЬ-ЧЕБОКСАРЫ-Н. НОВГОРОД-ЧКАЛОВСК-КОСТРОМА-ЯРОСЛАВЛЬ-КАЛЯЗИН-МОСКВА	
12.05.2020-26.05.2020 от 40 200 р.	«БЕЛАЯ РЕКА - ПЛАНЕТА АРКАИМ» МОСКВА-УТЛИЧ-ЯРОСЛАВЛЬ-Н. НОВГОРОД-СВИЯЖСК-КАЗАНЬ-река БЕЛАЯ-АГИДЕЛЬ (3 ДНЯ: УЧА-МАГНИТОГОРСКИЙ-АРКАИМ-ПАРК «ВАТАН»)-ЧЕБОКСАРЫ-Н. НОВГОРОД (ДИВЕЕВО-АРЗМАС)-ГОРДЕЦ-ЧКАЛОВСК-КАЛЯЗИН-МОСКВА	
23.05.2020-11.06.2020 от 93 000 р.	«КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧЬ» МОСКВА-УТЛИЧ-КУЗИНО-СТАРАЯ ЛАДОГА (В. НОВГОРОД)-О. ВАЛААМ-СОРТАВАЛА (МАРМОРНЫЙ КАНЫОН «РУССКАЯ»)-Г. ИОЗНСУ, ФИНЛЯНДИЯ)-О. КОНЕВЕЦ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-ЛОДЕРНОЕ ПОЛЕ-СВИРЬСТРОЙ-ПЕТРОВЗАВОДСК (ВОТОВАРА)-КИЖИ-ПОВЕНЕЦ-О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ)-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ)-ПОВЕНЕЦ-МОСКВА	
08.06.2020-23.06.2020 от 44 800 р.	«ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ» МОСКВА-УТЛИЧ-КОСТРОМА-Н. НОВГОРОД-ЧЕБОКСАРЫ-ЕЛАБУГА-ЧАЙКОВСКИЙ-ПЕРМЬ-БЕРЕЗНИКИ-ПЕРМЬ-КАЗАНЬ-МАКАРЬЕВ-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА	
12.06.2020-18.06.2020 от 30 400 р.	«ФИНСКИЙ ВАЛААМ» МОСКВА-УТЛИЧ-КУЗИНО-ГОРИЦЫ-О. ВАЛААМ-СОРТАВАЛА-(КАНЫОН «РУССКАЯ»)-Г. ИОЗНСУ, ФИНЛЯНДИЯ)-О. КОНЕВЕЦ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	
18.06.2020-27.06.2020 от 48 500 р.	«АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СВИРЬСТРОЙ (ВОТОВАРА)-КИЖИ-БЕЛОМОРСК-О. СОЛОВКИ-АРХАНГЕЛЬСК-ПОВЕНЕЦ (ВУЛКАН ГИРВАС)-МАНДРОГИ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	
29.06.2020-16.07.2020 от 50 400 р.	«СТРЕМИТСЯ К КАСТИЮ РЕКА» МОСКВА-УТЛИЧ-КОСТРОМА-ПЛЕС-Н. НОВГОРОД-ЧЕБОКСАРЫ-САРАТОВ-АСТРАХАНЬ-АХТУБИНСК-ВОЛГОГРАД-САМАРА-КАЗАНЬ-МАКАРЬЕВ-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА	
09.07.2020-20.07.2020 от 55 800 р.	«НА БЕЛОЕ МОРЕ, К ДИВНЫМ ОСТРОВАМ» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-КИЖИ-СОСНОВЕЦ-О. СОЛОВКИ (3 ДНЯ)-ПОВЕНЕЦ (ВОТОВАРА)-СТАРАЯ ЛАДОГА (ТИХВИН, В. НОВГОРОД)-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	
01.08.2020-15.08.2020 от 69 750 р.	«АРХАНГЕЛЬСК - МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СТАРАЯ ЛАДОГА-КИЖИ-О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ)-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ СЕВЕРОВИДСКИЙ)-О. КИЙ-ПОС. НЕФТЕБАЗА (КАРПОЛЬ)-МЫШКИН-МОСКВА	
24.08.2020-08.09.2020 от 44 800 р.	«ВОТЧИНА СТРОГАНОВЫХ» МОСКВА-КОСТРОМА-ПЛЕС-Н. НОВГОРОД-ЧЕБОКСАРЫ-ЕЛАБУГА-ЧАЙКОВСКИЙ-ПЕРМЬ-БЕРЕЗНИКИ (НА ВЕРТОЛЕТЕ: ПЛАТО МАНУПЮТНЕР)-ПЕРМЬ-КАЗАНЬ-МАКАРЬЕВ-ЧКАЛОВСК-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА	
16.08.2020-28.08.2020 от 60 490 р.	«БЕЛОМОРСКИЕ ПРОСТОРЫ» МОСКВА-УТЛИЧ-КИЖИ-О. СОЛОВКИ (3 ДНЯ О. АНЗЕР, О. КУЗОВА, Б. ЗАЯЦКИЙ)-ПОВЕНЕЦ-МЫШКИН-МОСКВА	
29.08.2020-11.09.2020 от 65 100 р.	«РУССКИЙ СЕВЕР» МОСКВА-УТЛИЧ-КУЗИНО-КИЖИ-О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ О. АНЗЕР, О. КУЗОВА, Б. ЗАЯЦКИЙ)-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ)-БЕЛОМОРСК-МЫШКИН-МОСКВА	
09.09.2020-26.09.2020 от 50 400 р.	«ЛЕТО, АХ ЛЕТО... БУДЬ СО МНОЙ» МОСКВА-УТЛИЧ-КОСТРОМА-ПЛЕС-Н. НОВГОРОД-ЧЕБОКСАРЫ-САРАТОВ-ВОЛГОГРАД-АСТРАХАНЬ-АХТУБИНСК-САМАРА-КАЗАНЬ-МАКАРЬЕВ-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА	

РАНЕЕ БРОНИРОВАНИЕ НА 2020 г. - СКИДКИ 18%



СЕТЬ ПАНСИОНАТОВ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ



от 3-х дней



до постоянного проживания



Полноценный уход:



Питание



Досуг



Проживание



Врачи



Прогулки



Сиделки РФ

www.pansion-zabota.ru

+7 (495) 126-99-52

СКИДКА 5% ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ

Медицинская лицензия № ЛО-50-01-011050

МОДА НА КУРКУМИН: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?

Куркума – очень известная приправа, которая пришла к нам из Индии и часто используется при приготовлении карри. Именно куркума придает блюду приятный желто-горчичный цвет. Помимо того, что она является отличной популярной приправой, ее также достаточно часто используют в медицинских целях, так как она выполняет функцию антиоксиданта. Также в составе этой приправы есть небольшое количество эфирных масел. Куркуму можно рассматривать как очищающее средство для организма, и многие специалисты рекомендуют постоянно использовать ее в различных блюдах, для того чтобы привести свой организм в норму.

ПОЛЬЗА КУРКУМИНА

ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

При регулярном применении способствует сохранению структуры и подвижности суставов в любом возрасте.

НАТУРАЛЬНЫЙ СТИМУЛЯТОР ЭНЕРГИИ

Он в 2 раза повышает скорость обмена веществ, увеличивает выработку пищеварительных ферментов и гормонов.

УКРЕПЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА

Вещество является природным бактерицидным барьером, уничтожает проникшие в организм вирусы и бактерии.

ПРИРОДНЫЙ АНТИДЕПРЕССАНТ

Применяется как антидепрессивная добавка к пище, так как влияет на уровень серотонина в головном мозге.

ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ И СОСУДЫ

За счет способности разжижать кровь и выводить излишки холестерина вещество помогает избежать сердечно-сосудистых осложнений.

ОМОЛАЖИВАЮЩЕЕ СРЕДСТВО

Благодаря входящим в состав куркумина антиоксидантам он замедляет процессы старения органов и тканей.

ВОЛШЕБСТВО КУРКУМИНА

Куркума является растением из семейства имбирных. Если неаккуратно обращаться с корнем, то можно попортиться с одеждой – сок куркумы очень сильно окрашивает ткань, и отстирать его будет проблемно и очень сложно.

Сложно найти куркуму в свежем виде, в основном она продается в высушенном виде. Ее запах содержит в себе нотки горчицы и белого перца, что придает блюдам непередаваемый аромат.

Основой куркумы является куркумин – то самое красящее ярко-желтое вещество, которое отвечает как за аромат, так и за яркий цвет.

Куркума не только является необычной приправой с ярким цветом и ароматом. Это общепризнанно самая полезная пряность, которая содержит в себе полезные вещества, антиоксиданты. Именно они помогают при болезнях ЖКТ, а если ее добавить в молоко, она сможет избавить от многих дерматологических заболеваний.

Куркума – мощное средство, которое способно очистить организм. Ее даже иногда советуют добавлять в пищу курильщикам для того, чтобы снизить вред табака для организма.

Куркуму можно действительно назвать волшебным корнем – в Древней Индии ее использовали в качестве красителя для тканей.

Pro Vista AG

ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье ваших суставов



Геленк Нарунг

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника
- Активирует выработку внутрисуставной жидкости
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия)

Основу составляет гидролизированный коллаген (смесь необходимых организму аминокислот и пектинов). Благодаря тончайшей немецкой технологии он обладает высокой усвояемостью и является строительным материалом для формирования хрящевой ткани суставов и межпозвоночных дисков.

Лецитин Супер

- Очищает сосуды
- Укрепляет стенки сосудов
- Предотвращает отложения жировых клеток на стенках сосудов
- Выводит холестерин из крови
- Улучшает память, внимательность
- Предотвращает развитие склероза
- Улучшает функционирование печени
- Защищает печень от токсинов, алкоголя
- Повышает эффективность других препаратов, принимаемых параллельно

Картила Геленк-МСМ

- Эффективно снимает практически любое воспаление и уменьшает боль при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
- Нейтрализует действие токсинов и ускоряет их выведение из организма
- Повышает физическую выносливость и уменьшает мышечные боли после занятий спортом
- Ускоряет заживление ран и ожогов
- Улучшает состояние кожи, помогает сохранить ее гладкой и молодой
- Эффективно укрепляет волосы и ногти
- Является сильным антиоксидантом
- Усиливает действие витаминов и других питательных веществ

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: **8-800-333-06-07** (звонок бесплатный),

МОСКВА: **8-(495)-518-01-34**

Производитель **ПРОВИСТА**, г. Ганновер, Германия.

www.provista-ag.ru

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ В ЭПИДЕМИЮ



Панченко А.В.
к.м.н. ФГБОУ ВПО РНИМУ
им. Н. И. Пирогова
Минздрава России

ми респираторно-вирусными инфекциями не уменьшилось. Связано это с тем, что в структуре острой заболеваемости гриппом занимает не более 31,4%. Остальные случаи ОРВИ вызваны другими вирусными и бактериальными инфекциями, влияющими на которые нужны другими способами.

В качестве защитных мер можно рекомендовать ношение масок, мытье рук с антисептическими растворами, проветривание помещений, обработку воздуха в помещениях ультрафиолетом. Мытье рук с мылом может снизить острую заболеваемость у детей до 50%. Широко распространено профилактическое применение противовирусных и иммуномодулирующих препаратов.

Перспективным подходом к решению проблемы являются предупреждение внедрения вируса в организм человека при помощи наружных средств. В качестве средства защиты слизистой носа хорошо известна оксолиновая мазь. В последние годы появились указания на профилактическую эффективность эфирного масла «Дыши», крема «Виросепт», назального порошкового спрея «Назаваль плюс», «Инфагеля», содержащего интерферон альфа, бактериальных лизатов. Применение

растворов морской соли также давало положительные результаты в плане снижения острой заболеваемости.

КОМПЛЕКС МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ОРВИ

1. Вакцинация от гриппа должна быть своевременной. В зимний период проводить ее поздно.
2. Дополнительно используйте методы неспецифической профилактики. Напомним, что 70% случаев ОРВИ не грипп. Одевайтесь по погоде, увеличьте калорийность питания, избегайте посещения общественных мест, мойте руки с мылом как можно чаще (после прихода домой, на работу, посещения туалета, общественного транспорта, перед едой), проветривайте помещения.
3. Защищайте слизистую носа при помощи наружных средств.
4. По согласованию с врачом профилактически принимайте иммуномодулирующие препараты.
5. Если заболели – лечитесь правильно. Обратитесь к врачу, применяйте назначенные противовирусные (или другие) средства.



**ЗАЩИТИТЬСЯ
ОТ ХОЛОДОВ**

**ЗДОРОВЬЕ
БРОНХОВ**

Спрашивайте в аптеках и интернет-аптеках

Консультации по применению:

(495) 729-49-55

www.inpharma2000.ru



Косметические средства

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ПЯТЬ ПРИВЫЧЕК, КОТОРЫЕ ВЕДУТ К ДИАБЕТУ

3 ЛЮБОВЬ И БУЛОЧКИ

Простые углеводы организм усваивает мгновенно, в результате происходит резкий скачок сахара в крови. А еще это ведет к набору лишнего веса, что тоже не на пользу организму.

Что делать?

Откажитесь или снизьте до минимума количество продуктов с высоким гликемическим индексом: сахара и всего его содержащего, выпечки из белой муки, картофеля.

Много простых углеводов и в сладких ягодах, фруктах, меде.

На пользу пойдут:

- продукты из цельнозерновой муки;
- фрукты с низким содержанием фруктозы (киви, грейпфрут, груши);
- отруби;
- бобовые;
- овощи (кроме картофеля);
- крупы (кроме манной и белого риса).

4 ЖИЗНЬ НА ДИВАНЕ

Гиподинамия – прямой путь к ожирению и развитию диабета. Физическая активность нужна не только для стройной фигуры. Благодаря ей снижается уровень глюкозы в крови и улучшается ее усвоение клетками.

Что делать?

Не обязательно прибегать к изнурительным тренировкам. Достаточно небольшой разминки несколько раз в день и пеших прогулок.



Жирные продукты нарушают обменные процессы, запуская таким образом развитие диабета.

Что делать?

Ограничьте жиры животного происхождения: сало, сливочное масло, свинину. Снимайте кожу с курицы при приготовлении.

ПРИСТРАСТИЕ К ЖИРНОМУ

ТЕЛЕВИЗОР ВМЕСТО СНА

2

Многие ученые связывают эпидемию ожирения и диабета во всем мире с бешеным ритмом современной жизни, когда на полноценный сон просто не остается времени. Мало того, что недосыпание подтачивает иммунитет, так еще и тормозит метаболизм, в связи с чем инсулин перестает адекватно регулировать содержание сахара в крови.

Что делать?

Стараться спать не менее семи часов, не отдавая это время на невыполненную за день работу и уж тем более на Интернет и компьютерные игры.

1 Гормон кортизол, который выделяется во время стресса, негативно влияет на уровень глюкозы в крови. А еще вызывает бессоницу и снижает иммунитет, что также может привести к диабету.

Что делать?

Увы, причину стресса не всегда легко устранить. Но чтобы минимизировать его влияние, выполняйте любые упражнения для релаксации и пейте успокоительные средства.

ОПАСНЫЕ ЗАБЛУЖДЕНИЯ О КАТАРАКТЕ

Врачи ставят грозный диагноз «катаракта» 60-90% пациентов, достигших 60-летнего возраста. Часто люди обращаются за медицинской помощью уже на поздней стадии заболевания, потому что надеются вылечить ее препаратами или слышали о том, что катаракта «должна созреть». Это самые безобидные из мифов и заблуждений о катаракте, но стоят ли они того, чтобы рисковать зрением?

1 КАТАРАКТА – НЕСЕРЬЕЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, С ЛЕЧЕНИЕМ МОЖНО ПОДОЖДАТЬ

К сожалению, это довольно часто встречающееся заблуждение. Несмотря на то что катаракта может развиваться бессимптомно, всегда существует риск осложнений. Первое, чего стоит опасаться, – это вторичная глаукома. Она возникает из-за того, что при катаракте хрусталик увеличивается в размерах и начинает выступать в переднюю камеру глаза, провоцируя этим повышение внутриглазного давления. Без своевременного лечения глаукома прогрессирует и ведет к повреждению зрительного нерва, а это грозит человеку полной и необратимой потерей зрения.

2 КАТАРАКТУ МОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

Помутнение хрусталика при катаракте – необратимый биохимический процесс, и средств, чтобы вернуть ему прозрачность, на сегодняшний день не существует.

Единственный эффективный метод лечения катаракты – хирургическое вмешательство, при котором пораженный хрусталик сегментируется с помощью ультразвука и удаляется из глаза, а на его место устанавливается интраокулярная линза. Только в этом случае пациент снова начинает хорошо видеть.

3 ОПЕРАЦИЯ ОПАСНАЯ, А ПЕРИОД ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДОЛГий

В современной офтальмологии удаление катаракты – это рутинная операция, ее техника проверена многолетним опытом российских и зарубежных катарактальных хирургов. Длится операция 10-15 минут, хорошо переносится пожилыми пациентами, потому что выполняется через микродоступ 1,8 мм под местной капельной анестезией и не требует наложения швов.

Хорошо видеть пациент начинает уже через несколько часов после операции и в этот же день отправляется домой. Восстановление занимает около недели, но в это время человек уже может вернуться к привычному образу жизни – разрешается читать, писать и даже смотреть телевизор.

За последние 20 лет офтальмохирургия изменилась больше, чем за всю историю, и удаление катаракты по уровню комфорта сейчас можно сравнить разве что с походом в парикмахерскую. Только в первом случае вместо новой прически – хорошее зрение.

Единственный по-настоящему эффективный способ избавиться от катаракты раз и навсегда – операция, заключающаяся в замене отработавшего свой срок природного хрусталика на искусственный.



КАТАРАКТА ИЗЛЕЧИМА! ХИРУРГИЧЕСКОЕ И ЛАЗЕРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ КАТАРАКТЫ ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «ЭКСИМЕР»

ул. Марксистская, д. 3, стр. 1, тел.: (495) 620-35-55

ООО «СовМедТех» Лиц. №ЛО-77-01-018063 от 20.05.2019. Реклама. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



СОВРЕМЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЯ МОЖЕТ БЫТЬ ДОСТУПНОЙ. ПРИХОДИТЕ И УБЕДИТЕСЬ!

Цены для предъявителя купона действительны до 30.11.2019г.

- ✓ КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА БЕСПЛАТНО!
- ✓ Металлокерамическая коронка (Германия) ~~5 600~~ – 4 300 руб.
- ✓ Циркониевая коронка Prettau ~~12 000~~ – 9 900 руб.
- ✓ Частичный съемный акриловый протез ~~9 500~~ – 7 600 руб.
- ✓ Полный съемный акриловый протез ~~11 500~~ – 8 800 руб.
- ✓ Съемные протезы по технологии «Vertex» ~~22 000~~ – 15 400 руб. комфорт, долговечность и качество уровня премиум
- ✓ Установка импланта AlphaBio (Израиль) (установка+имплантат) ~~18 000~~ – 16 000 руб.

8 (495) 286-7440
8 (495) 778-7200

Предъявителю СКИДКА:
20% на лечение
10% на ортопедию

На все виды работ
предоставляется
ГАРАНТИЯ

м. «Лермонтовский проспект», Октябрьский проспект, д.1, корп.1 (200 м от метро)

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

www.medvedent.ru
ООО «Белый медведь», Лиц. ЛО-50-01-008510

Коктейли

«Даешь энергию!»

Детокс-напитки в последнее время пользуются большой популярностью. И это неудивительно, ведь они хорошо очищают пищеварительную систему и обеспечивают организм энергией и легкостью. А рецепты простые и доступные.



ИМБИРНО-МЕДОВЫЙ

В стакан теплой воды влить 2 ст. л. лимонного сока. Добавить 1 ч. л. меда и щепотку тертого корня имбиря, хорошо перемешать.



Этот коктейль отлично подойдет для завтрака.

ЯБЛОЧНО-БАНАНОВЫЙ

В глубокую емкость для блендера очистите один банан от кожуры. Яблоко также очистите от кожуры – она очень плотная и не измельчится до питьевого уровня. Добавьте пучок кинзы и 1 ст. ложку отрубей. Влейте 150 мл охлажденной кипяченой или отфильтрованной воды и измельчите все блендером. У вас получится сочная густая масса смузи. По желанию в нее можете добавить немного сахарного песка для вкуса и еще воды, если любите более жидкие напитки. Если же вы готовите смузи для двух или трех человек, то, соответственно, удваивайте или утраивайте норму продуктов для его приготовления.

ЦИТРУСОВЫЙ

Отправить в блендер очищенный апельсин, половину грейпфрута без кожуры, очищенный банан. 1 ч. л. меда и сок половины лимона. Постепенно вливая стакан охлажденного зеленого чая. Взбить массу до однородности. Зеленый чай и цитрусовые – это наиболее мощное сочетание продуктов для очищения.



ЗЕЛЕНЫЙ ФРЕШ

Зелень (любую – базилик, шпинат, петрушку, щавель, кинзу) помыть, просушить и отправить в блендер, желательнее вместе с веточками. Туда же засыпать нарезанный банан и вылить 1 ст. сока мандаринов. Еще раз взбить.



ШПИНАТНЫЙ

В чаше блендера смешать 1 ч. л. натертого на терке очищенного корня имбиря, две горсти зелени шпината, два очищенных и нарезанных яблока и 2 ч. л. меда. Влить 1 ст. воды и взбить до получения однородной массы.



5 ЛУЧШИХ РЕЦЕПТОВ ДЕТОКС-ВАНН

В понятие детокс входят не только разгрузочные дни или определенные диеты. Это очищение организма во всех смыслах, в том числе с помощью горячей расслабляющей ванны. Она стимулирует потоотделение, эффективнее выводит токсины, при этом раскрывает поры кожи, что улучшает кровообращение.

УСПОКАИВАЮЩАЯ ЛАВАНДА

Смешайте 2 ст. л. сухих цветков лаванды с чашкой (200 г) английской соли (сульфат магния) и высыпьте в ванну. Добавьте 5–6 капель эфирного масла лаванды.



МОЛОКО И МЕД

Смешайте 1–2 чашки молока с чашкой меда и чашкой английской соли. Молочная кислота поможет избавиться от мертвых клеток, а мед увлажнит и смягчит сухую кожу.



ТОНИЗИРУЮЩИЙ ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ

Заварите в 1 л кипятка 5 пакетиков зеленого чая, добавьте по чашке морской и английской соли и любимое эфирное масло. Вылейте смесь в ванну. Зеленый чай – природный антиоксидант, придающий коже упругость и способствующий детоксикации. В его составе – витамины и ценные минералы. Витамин А делает кожу гладкой, а витамин В помогает удерживать влагу.



СУПЕРДЕТОКС

Смешайте по чашке пищевой соды, морской и гималайской соли. Растворите смесь в ванне, добавьте 5–7 капель любимого эфирного масла.

Морская и гималайская соль обладают способностью регулировать содержание воды во всем теле и поддерживать здоровый баланс pH.



ОЧИЩАЮЩИЙ ИМБИРЬ

Чашку английской соли, 3 ст. л. без горки молотого корня имбиря, 5–6 капель эфирного масла имбиря растворите в воде. Имбирь снимает усталость и напряжение, помогает избавиться от боли в мышцах, делает кожу более упругой и эластичной.



ПЕРЕСЕЛЯЕМ В ПАНСИОНАТ

ПОМОЖЕМ В ПЕРЕЕЗДЕ В ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ НА ПОСТОЯННОЕ ПРОЖИВАНИЕ

- Полное обеспечение
- Постоянное общение
- Внимание персонала
- Забота о здоровье 24 часа

Только для жителей Москвы и области!

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483 Реклама

8 (495) 120-10-03

Не откладывайте на завтра, живите сейчас!



Банальный комплекс «Соколиная гора»

Каждый ЧЕТВЕРГ и ПЯТНИЦУ до 13.00 входной билет – 1200 р. – мужской и 1000 р. – женский! (на 3 часа)



- Мужская баня
- Женская баня
- Соляная пещера
- Турецкая баня
- Солярий
- Ресторан
- Массажные кабинеты



ЛЕГЕНДАРНЫЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ БАНИ НА СОКОЛИНОЙ ГОРЕ ПРИГЛАШАЮТ ПОПАРИТЬСЯ!

КУПОН

10% СКИДКА

НА ВХОДНОЙ БИЛЕТ НА ПОСЕЩЕНИЕ БАНИ ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ КУПОНА НА КАССЕ



БАНАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС «СОКОЛИНАЯ ГОРА»

ПРОСПЕКТ БУДЕННОГО, 33
+7 (499) 520-69-83

sokolinka33.ru

Мировой стандарт решения вопроса артроза суставов!

Плазмолифтинг® суставов

При остеохондрозе, артрозе, артрите и других дегенеративно-дистрофических патологиях назначают плазмолифтинг® суставов. Терапия аутологичной плазмой – это эффективный, современный метод, его суть заключается во введении в пораженные ткани суставов собственной концентрированной плазмы крови, что обогащена тромбоцитами и обладает регенерирующим и восстанавливающим свойством. Инъекции плазмы безопасны и позволяют за короткие сроки получить положительные результаты, благодаря которым дегенеративный процесс приостанавливается и человек наблюдает существенные улучшения.



Какую пользу приносит процедура?

Введение в пораженный сустав аутоплазмы способствует уменьшению воспаления и остановке дегенеративно-дистрофических нарушений. Такой эффект достигается за счет образования новых кровеносных сосудов, из-за чего кровоснабжение и питание поврежденных участков усиливается во много раз. Большой замечает, что постепенно проходит боль, нормализу-

ется функционирование сустава, а реабилитация проходит намного эффективней, чем во время традиционной схемы терапии. А также терапия оказывает такое влияние:

- устраняются мышечные спазмы;
- восстанавливается синовиальная жидкость;
- увеличивается подвижность сочленения;
- нормализуется кровоснабжение пораженного участка;
- восстанавливается костная и хрящевая ткань;
- укрепляются структуры конечностей;
- быстро заживают трещины и переломы;
- сокращается длительность реабилитационного периода;
- снижается нагрузка на пораженное суставное соедение.

Как работает плазмолифтинг®?

Лечение суставов плазмой крови заключается во введении в суставную полость концентрированного биоматериала, извлеченного из организма самого пациента. Аутологичная плазма состоит из биологически активных веществ, благодаря которым стимулируется восстановление и регенерация структур сочленения. Укол вводится в область пораженного участка, поэтому эффект от процедуры локальный. Инъекции в сустав плеча, бедра или колена стимулируют не только кровообращение. Они способствуют восстановлению хрящевых структур, устранению трещин и других повреждений. Благодаря такому эффекту внутренняя поверхность суставного соединения становится гладкой, цельной.

ПЛАЗМОЛИФТИНГ® – эффективная помощь при остеохондрозе и межпозвонковой грыже



Плазмолифтинг® активно применяется в ортопедии, хирургии, неврологии и в спортивной медицине.

Метод весьма **эффективен** и в качестве средства, ускоряющего наступление выздоровления после хирургического вмешательства и посттравматической реабилитации.

Использование данной методики **помогает** снизить потребность в лекарствах, которые оказывают высокотоксичное влияние на организм.

Положительные изменения в самочувствии пациент может заметить уже после нескольких сеансов!

plasmolifting.ru/sustav-talalikhina/

Медицинский центр
Dr. Renat Akhmerov plasmolifting praxis
ОГРН 1197746060489
работаем: пн-сб: 9:00-21:00
вс: 10:00-19:00

119590, Москва, Ул. Талалихина, д. 1, к. 3, эт. 1 пом. 1

+7 (495) 032-22-76

Если есть вопросы – задавайте!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПРОТИВ ТОКСИНОВ – «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА»

Московская осенняя неустойчивая погода обычно провоцирует возникновение простудных и обострение многих других заболеваний. Их приходится лечить различными лекарствами, антибиотиками, а они имеют, как правило, побочные эффекты, так как содержат токсины или вещества, способствующие выработке токсинов в организме человека.

Вообще без токсинов сегодня жизнь жителя мегаполиса невозможна, хочет он этого или нет. Они есть в продуктах питания, какини бы экологически чистыми они ни были. Более 9000 пищевых продуктов по всему миру содержат синтетические консерванты, искусственные сахарозаместители, красители, усилители вкуса и другие токсичные компоненты.

Для выращивания овощей и фруктов в мире ежегодно используют почти 2 млн 400 тыс. тонн пестицидов, гербицидов, фунгицидов и прочих ядохимикатов почти пятисот видов. Даже в магазинах здорового питания предлагаются овощи и фрукты, как на картинке, то есть все-таки обработанные какой-либо «химией», если не во время выращивания, то для долгого хранения. Каждый год для профилактики инфекционных заболеваний и более быстрого набора веса сельскохозяйственных животных только в США используют свыше 15 000 тонн антибиотиков. В России коров, свиней, кур и прочую птицу тоже потчуют и

антибиотиками, и другими не столь полезными для организма человека средствами. Не удивительно, что количество болезнетворных микроорганизмов, устойчивых к антибиотикам и лекарствам, постоянно растет.

Токсические металлы попадают в организм человека с выхлопными газами миллионов автомобилей и тысяч самолетов-вертолетов, выбросами промышленных предприятий, вакцинами и даже косметикой. Ежедневно каждый житель столицы без исключения ест, пьет, вдыхает и наносит на себя в виде

косметики огромное количество ядовитых веществ. Тысячекратно человек отравляет свой организм во время обильных застолий, употребляя в чрезмерных количествах алкоголь и закуски.

Непреодолимую усталость, как и осеннюю аллергию, кожные расстройства и заболевания, жители столицы стали списывать на осеннюю депрессию. А все это, как и многие другие заболевания, – нечто иное, как симптомы хронической интоксикации, постоянного воздействия токсинов на организм человека.

Увы, остановить совсем поступление ядов в организм жителей Москвы сегодня невозможно, хотя сократить, например прекратив всяческие застолья с изрядным количеством спиртного, все же можно существенно. А еще можно регулярно применять натуральные продукты и препараты, способные выводить хотя бы часть токсических веществ из организма человека.

Одним из таких препаратов является «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА», активно противодействующий интоксикации. Этот порошок не является антибиотиком. Он не убивает микроорганизмы, но эффективно связывает, выводит наружу продукты их жизнедеятельности – причину интоксикации – и блокирует массированное распространение токсинов, многие из которых специфично подавляют обменные процессы в клетках кишечника и клетках иммунной системы...

Продолжение читайте в следующем номере газеты «Центр+» (№ 47 от 25 ноября 2019 г.)

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖКТ

Симптомы:
отрыжка, вздутие живота, тошнота, рвота, тяжесть в желудке, понос.



ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА СОРБЕНТ

- Способствует нормализации стула.
- Нейтрализует раздражающие компоненты желчи, избавляя от изжоги и отрыжки.
- Выводит токсины из ЖКТ и крови.
- Защищает слизистую желудка, убирая жжение и тяжесть

www.zosterin-ultra.ru
Спрашивайте в аптеках! 

100% НАТУРАЛЬНЫЙ ПРЕПАРАТ

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» – служим здоровью и кошельку!

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» – в помощь организму!

www.zosterin-ultra.ru

8 (812) 495-68-22
8 (911) 925-67-47

СЕРДЦЕ ТОЖЕ ХОЧЕТ ОТДЫХАТЬ!



ПРИМЕНЯЕТСЯ ДЛЯ:

- Снижения метеочувствительности
- Нормализации сердцебиения
- Устранения одышки
- Увеличения выносливости организма при физических нагрузках

Показан при ВСД*
взрослым и детям с 12 лет

Регистрационное удостоверение ЛС-000499

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

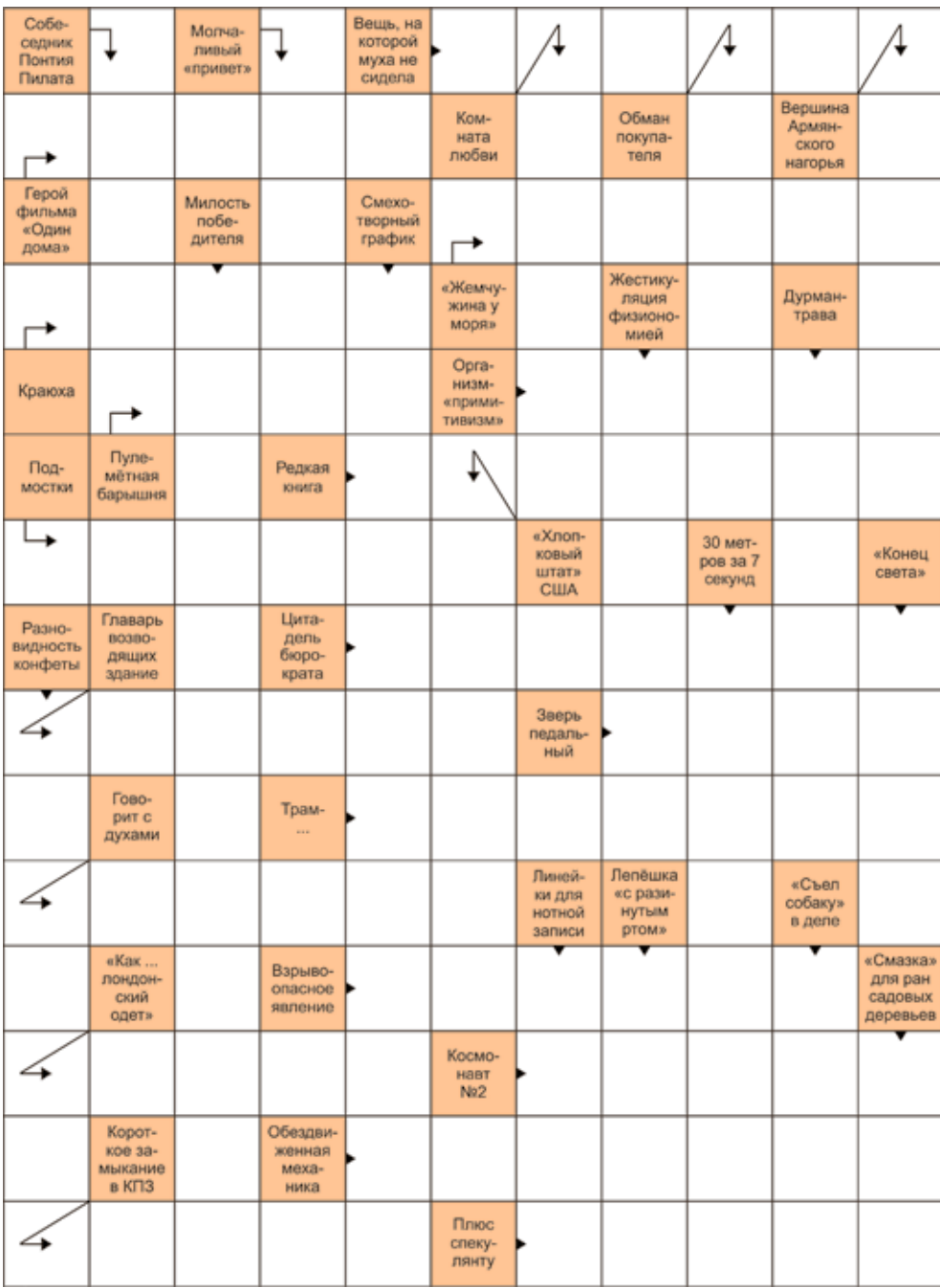
ВОПРОС – ОТВЕТ

На вопросы читателей о своих секретах долголетия отвечает действительный член Российской академии естественных наук; действительный член Международной Академии естественных наук; член-корреспондент Академии педагогических и социальных наук; академик Российской академии космонавтики имени К. Э. Циолковского и еще трех академий Александр Савелов-Дерябин.



В ЧЕМ ОСНОВНОЙ СЕКРЕТ ПРЕПАРАТА «ВИВАТОН»?

– По своему ингредиентному составу разработанный под моим руководством растительный иммунокорректирующий препарат – экстракт «ВИВАТОН» – близок к составу плазмы крови и содержит более 200 компонентов. Ему нет аналогов в мире, что подтверждено многочисленными исследованиями и испытаниями, проведенными авторитетными российскими и международными медицинскими и ветеринарными организациями. Полученные за многолетнюю историю концерн «Виватон» результаты превзошли достижения мировой практики в гинекологии, урологии, кардиологии, дерматологии, стоматологии, онкологии и во всех направлениях в различных областях медицины и ветеринарии. Вся продукция компании «Виватон» выпускается на основе этого уникального растительного экстракта. Очищая клетку от токсинов, наполняя ее всем комплексом витаминов и микроэлементов, восстанавливая кислотно-щелочной баланс, экстракт «Виватон» тем самым создает благоприятную среду для качественной работы как самой клетки, так и органов и организма в целом. В результате сам организм избавляется практически от любой патологии. Именно этим объясняется столь широкий спектр болезней, которые поддаются излечению «Виватон», включая хронические и трудноизлечимые.



В НОВЫХ ВАТУТИНКАХ НАЧАЛИСЬ ПРОДАЖИ КВАРТИР
В НОВОМ МИКРОРАЙОНЕ ДЕСНА

В уникальном проекте комплексной застройки жилого района Новые Ватутинки, состоящего из трех микрорайонов общей площадью 460 га: Южный, Центральный и нового микрорайона комфорт-класса Десна. С 24 октября в Десне открываются продажи в первой очереди. К 2021 году здесь планируется возвести три жилых корпуса на 1,5 тыс. квартир.

Одно из ключевых преимуществ нового района – удобное расположение и хорошая транспортная доступность. Десна находится вблизи реконструированного Калужского шоссе, откуда до МКАД можно доехать на машине всего за десять минут. Кроме того, сейчас здесь строится хорда, которая пройдет вдоль всего микрорайона и соединит все трассы в Новомосковском округе.

ЗДЕСЬ ПОЯВИТСЯ ЖИЛЬЕ, ДЕТСКИЕ САДЫ, ШКОЛЫ, ПОЛИКЛИНИКИ И СОБСТВЕННАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО

В 2023 году здесь заработает станция метро «Десна». Пока же местные жители могут пользоваться четырьмя действующими станциями метро – «Коммунарка», «Теплый стан», «Саларьево» и «Бульвар Адмирала Ушакова», доехать до которых можно всего за десять минут.

В составе первой очереди микрорайона Десна планируется построить три панельных корпуса переменной этажности (8-14 этажей) с закрытыми зелеными дворами без машин. Внутри них

предусмотрено восемь детских игровых зон и четыре спортивные площадки, а также большая наземная парковка на 325 мест. Комплекс строится по принципам безбарьерной среды, поэтому выходы из подъездов спроектированы без порогов и лестниц. На первых этажах зданий предусмотрены помещения под коммерческую инфраструктуру.

Все квартиры передаются покупателям с отделкой «под ключ» и полностью готовы к проживанию. Продажи квартир и нежилых помещений квартала ведутся через эскроу-счета. Покупателям доступна ипотека от ведущих банков России. Окончание строительства запланировано на IV квартал 2021 года.

Район Новые Ватутинки считается образовательным и культурным центром Новомосковского округа:

здесь уже работают две школы на 1,1 тыс. и 1,3 тыс. учеников, четыре детских сада и детско-взрослая поликлиника. С дальнейшим освоением территории в районе появятся дополнительные объекты социальной инфраструктуры, в частности, в Десне запроектированы три школы, в Десне запроектированы три школы, а в 2022 году начнется строительство новой школы на 1,5 тыс. учеников. Кроме того, в Новых Ватутинках уже работают продовольственные магазины крупных федеральных сетей, отделение Сбербанка, филиал «Почты России», центр государственных услуг «Мои документы». Первая очередь микрорайона Десна – корпуса 14/1, 14/2 и 14/3 – привлечательный проект и для частной жизни, и для инвестиций. Стоимость студии в 27,90 кв. м начинается от 2 999 250 рублей, однокомнатной квартиры – 3 931 200 рублей за 35,10 кв. м, двухкомнатной – 4 928 000 рублей за 44,00 кв. м, трехкомнатной – 6 630 000 рублей за 65,00 кв. м. Все квартиры передаются покупателям с отделкой «под ключ», готовые к проживанию. Окончание строительства запланировано на IV квартал 2021 года. В соответствии с новыми требованиями 214-ФЗ продажи квартир и нежилых помещений квартала осуществляются через счета эскроу.

Завершить строительство Десны, где будут, помимо социальной инфраструктуры, построены технопарк, торговые, бытовые и спортивные комплексы и проживать 34 тыс. человек, планируется к 2035 году.

Квартиры от 2,9 млн руб. Старт продаж

отделка под ключ 2 новых школы 4 детских сада детская и взрослая поликлиники скоро метро

495 162 70 12 www.vatutinki.ru

ФЕДЕРАЛЬНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПРОДАЛИ НЕКАЧЕСТВЕННЫЙ АВТОМОБИЛЬ? ВЕРНИТЕ ЕГО В АВТОСАЛОН!

Возврат автомобиля в автосалон и потребовать возврата своих денег

1. При выявлении недостатков в течение 15 дней с момента получения автомобиля.

2. Обнаружение существенного недостатка авто.

3. Отказ от гарантийного ремонта.

4. Нарушение установленных законом сроков устранения недостатков (более 45 дней).

5. Невозможность использования авто более 30 дней в течение каждого года гарантийного срока вследствие неоднократного устранения различных недостатков автомобиля.

КАК ВЕРНУТЬ ПЛАТЕЖ ПО БАНКОВСКОЙ КАРТЕ?

Выполняя транзакции с использованием банковской карты, можно столкнуться с разного рода неприятностями. То оплаченный товар или услугу получить не удалось, то деньги на нужный счет не поступили или что-то еще произошло. Именно поэтому нужно знать, как сделать чарджбэк, чтобы платеж поступил обратно.

MasterCard и Visa разработали детальные руководства, стремясь предусмотреть все возможные проблемы, при совершении транзакций. Если владелец пластиковой карты оказался в ситуации, предусмотренной правилами платежных систем, то он вправе обратиться в свой банк за помощью в проведении возвратного платежа.

В каких случаях платеж можно вернуть?

• продавец, получив деньги, не поставил товар/услугу, а возвращать оплату не собирается;

• с карты требуемую сумму списали неоднократно;

• сумма транзакции оказалась выше, чем оговаривалось при покупке;

• списание проведено за покупку, к которой владелец карты не имел отношения;

• оплаченную услугу/товар не предоставили или предоставили не вовремя, или предоставили не в соответствии с описанием;

• использовали различные мошеннические схемы.

Процедура возвратного платежа не инициирует, если не соблюдены специальные требования:

• со времени совершения транзакции прошло более 540 дней;

• отсутствуют документальные подтверждения транзакции и попыток договориться с продавцом;

• не указаны принятые платежными системами для определенных случаев цифровые коды.

Чтобы повысить вероятность успеха, стоит заключить соглашение с компанией, имеющей опыт в том, как сделать чарджбэк.

ПОСЛЕДНИЕ КВАРТИРЫ В ГОТОВЫХ ДОМАХ!

ПО ЦЕНЕ УХОДЯЩЕГО ГОДА!

Трогическая Слобода ГОРОДСКОЙ КВАРТАЛ

рассрочка до 5 лет!

Центр Сергиева Посада, квартиры с видом на Лавру

sloboda3.ru

эко район города

натуральный кирпич

индивидуальное отопление

свободная планировка

отделка под ключ

8 (495) 241-51-97

Адрес: г. Сергиев Посад, ул. Андрея Рублева, д.1

Жилой Комплекс «ПРЕЗИДЕНТСКИЙ»

г. Лыткарино, МО

- монолитно-кирпичный дом
- завершение строительства

3-КОМН. КВ. 82 м²

6,05 МЛН РУБ.

WWW.ПО-РЕКОНСТРУКЦИЯ.РФ

+7 (925) 096-84-33

737-44-37

Проектная декларация размещена на сайте: www.dom.rf

Жилой комплекс «Лесные озёра»

1-2-3 КОМНАТНЫЕ КВАРТИРЫ

- Монолит
- 1 км от МКАД
- Рядом: м. Котельники, ТЦ «Мега Белая дача», лесной массив, озёра, река Москва

ПРИЕЗЖАЙТЕ СМОТРИТЕ ПЕРЕЕЗЖАЙТЕ

срок сдачи январь 2022 г.

8(495) 550-13-13; 8(925) 514-51-31; 8(925) 514-53-71 www.fobosm.ru

О СПЕЦИФИКЕ «ВТОРИЧНОГО ЖИЛЬЯ» и консультациях по телефону

и ПОЧЕМУ С АГЕНТСТВОМ - НАДЕЖНО.

(Продолжение. Начало см. в публикациях за 2018 и 2019 гг. на сайте в архиве газеты www.gazetacp.ru)

Полина Власова, «Московские огни»: Специфика «вторичного жилья» огромна. Именно поэтому каждый хозяин квартиры вполне обоснованно считает свою недвижимость уникальной, зная все ее достоинства и недостатки. Однако, чтобы получить реальную стоимость при продаже, лучше сразу привлечь опытного, бесплатного специалиста по оценке недвижимости. Ведь от точной цены зависят и ваши деньги, и ваше время. Наш совет тем, кто хочет получить за свою квартиру достойные деньги, — звонить в надежную риелторскую компанию. Ехать не обязательно! По телефону вы получите бесплатную консультацию по всем вопросам, оцените недвижимость и перспективы по ее продаже. Дальше решать вам: продавать ли самому? обратиться ли в агентство? заключать ли только сопровождение, или поручить специалистам собрать все документы? взять ли ипотеку, какую и когда?

Ольга Саукитенс, «Московское Агентство Недвижимости»: К сожалению, нотариальные и банковские сделки не гарантируют отсутствия неприятностей. Да, нотариус делает запросы об отсутствии обременений, запретов, банкротств, дееспособности. Но он не запрашивает архив, он делает сделку по сегодняшним документам. А в истории квартиры могут содержаться очень неприятные моменты, которые в дальнейшем повлекут расторжение сделки. Есть очень много нюансов; грамотный агент всегда знает, что может вытечь из того или иного документа! В агентстве каждая сделка проходит несколько проверок, прежде чем договор купли-продажи будет подписан сторонами. Каждый шаг тщательно обсуждается и изучается, и только после этого принимается решение о допуске к регистрации. Такая система защиты обеспечивает максимальную безопасность. Озонах. Благодаря сильной юридической

поддержке Агентство всегда в курсе изменений в законодательстве и, главное, их последствий. Сильное Агентство всегда на шаг впереди дружелюбных участников рынка, тех же частных риелторов, что помогает оперативно принимать те или иные решения в пользу клиента.

Анна Звезда, «МИЕЛЬ» на Баррикадной: Случается, что срочно нужны деньги, и вы срочно продаете квартиру, желая получить максимальную сумму. Операция «срочный выкуп» доступна только крупным компаниям с эффективными алгоритмами продаж. Сейчас рынок активен, в нашем отделении отработан свой метод скоростных продаж квартир. Мы поможем продать квартиру быстро, надежно, и по максимальной цене. А если хотите купить квартиру — поможем разобраться в пакете документов. Пакет этот иногда огромный, иногда наоборот, некомплектный. Ведь с 1991 года, когда был принят Закон о приватизации жилья, каждая квартира обросла своей «историей», которую для правомерной сделки необходимо проверить. Вы можете подстраховаться и заказать только «сопровождение сделки». Это гораздо дешевле полного набора услуг. В нынешних законах, увы, есть лазейки, позволяющие признать сделку незаконной. Но надежность дороже денег, а последствия зачастую необратимы. Помните: в хороших агентствах всегда можно проконсультироваться бесплатно.

УЗНАЙ, СКОЛЬКО СТОИТ ТВОЯ КВАРТИРА

Хотите выгодно обменять или продать квартиру в Москве или Подмоскowie? - Узнайте ее реальную стоимость! Звоните специалистам АН «ТВОЯ Квартира» +7(499) 110-80-62.

Сейчас на рынке жилья спросом пользуются не все квартиры, разброс цен большой. С нами Вы продадите жилье удачно, так как мы изначально грамотно определим рыночную стоимость.

Вы купите проверенную, ПЕРСПЕКТИВНУЮ квартиру (вторичную или новостройку), опираясь на наш опыт знания.

Вы выгодно инвестируете в Новостройку, сданную или строящуюся по цене застройщика и со Скидками! С 9 до 21 без выходных.

+7(499) 110-80-62 ankvartira.ru

БЕСТ НЕДВИЖИМОСТЬ 8 (495) 925-75-04 www.495-9256601.ru

ПРОДАДИМ ВАШУ КВАРТИРУ ЗА 6 НЕДЕЛЬ

ИЛИ ВЫКУПИМ ЗА 95% ОТ РЫНОЧНОЙ ЦЕНЫ

И БУДЕМ ПРОДАВАТЬ САМИ!

Все операции с недвижимостью:

- аренда
- продажа

УЗНАЙТЕ ЦЕНУ ВАШЕЙ КВАРТИРЫ!

Хотите продать или обменять квартиру, но не знаете, с чего начать? Узнайте, за сколько можно продать Вашу квартиру. Специалисты АН «Кутузовский проспект» занимаются продажей и обменом квартир в Москве и Московской области с 1991 г. и готовы поделиться своим опытом по телефону +7 (499) 348-19-83. Звоните в АН «Кутузовский проспект» и узнайте, как продать или обменять квартиру на самых выгодных условиях. Выбирайте квартиры в **НОВОСТРОЙКАХ** Москвы и Московской области от наших партнеров-застройщиков **БЕЗ НАЦЕНОК!**

28 ЛЕТ НА РЫНКЕ! КУТУЗОВСКИЙ ПР. ПРОСПЕКТ

+7 (499) 348-19-83 www.kutuzov.ru

BARKLI медовая долина

СОТЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС

Квартиры с отделкой

от 2.7 млн Р

495 021-89-91

Новая Москва, Крёкшино

ЗАСТРОЙЩИК ООО «ЛОГИТЕК». ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ BARKLI-MO.RU

РГ-DEVELOPMENT Фонвизинская Парк Останкино +7 (495) 182-57-20 WWW.RG-FN.RU

ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС ФОНВИЗИНСКИЙ

Квартиры рядом с метро и парком

от 5,7 млн руб.

Реклама. Проектная декларация на сайте www.dom.rf и www.rg-fn.ru, застройщик ООО «ПТФ «Фонвизинский»

ЖК «ОТРАДНЫЙ» г. Мытищи

КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ!

(495) 182 82 82

www.jk-otradny.ru

ПЕНСИОНЕРАМ МОСКВЫ!

ВСЕ О ДОГОВОРЕ РЕНТЫ 28 ноября

на Дне открытых дверей в «Жилсоцгарантии»

- Лекция о договоре ренты
- Встреча с пенсионерами, которые уже заключили договор
- Круглый стол о правилах выбора плательщика ренты

- Книга о договоре ренты в подарок -

24 года стабильной работы!

Записывайтесь заранее!

Наш сайт: zsg.ru/renta

8 (495) 626 45 55

Реклама

Правильные квартиры В МОСКВЕ

скидки до **10%**

495 241 92 90

РЕКЛАМА. ЗАСТРОЙЩИК ООО «А101». ПРЕДЛОЖЕНИЕ ОГРАНИЧЕНО. АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ С 01.11 ДО 30.11.2019. ПРОЕКТНЫЕ ДЕКЛАРАЦИИ. ПОДРОБНОСТИ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ НА САЙТЕ WWW.A101.RU

СРОЧНЫЙ ВЫКУП ПРОБЛЕМНЫХ КВАРТИР С ДОЛГАМИ ПО ЖКХ, ИПОТЕКЕ И ДР.

БЫСТРО НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ

+7 (495) 120-20-80

ООО «ПОЛНОЕ ДОВЕРИЕ» ОГРН 1157746545483

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПОДАТЬ СТРОЧНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ В ГАЗЕТУ «ЦЕНТР+» МОЖНО ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (495) 374-74-87

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ АБСОЛЮТНО быстро сдать/снять квартиру/комнату. Хозяевам премия! 8-499-404-08-94

■ СНИМУ 1-2-к. кв. и комн. 8 (495) 772-50-93

АГЕНТСТВО недвижимости поможет выгодно продать или купить квартиру, комнату, дом. 8 (495) 249-24-09

■ СЕМЕЙНАЯ пара в официальном браке снимет 1-3-комнатную квартиру и комнату в любом районе. 8 (499) 450-64-04

■ АБСОЛЮТНО быстро аренда жилья Бонус собственнику 8-905-500-40-15 Зоя

МЕБЕЛЬ

■ ЛЮБОЙ ремонт мебели. 8 (925) 504-54-71

АВТО

■ ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. Грузчики. Сборка и разборка мебели. Вывоз мусора. Дачи. Индивидуальный подход. Недорого. 8 (495) 744-78-52

■ Агрузоперевозки. 8-926-979-99-15

■ АВТОВЫКУП. Авто. ВАЗ. Иномарки. Выезд бесплатно. Оформление в ГИБДД за наш счет. 8 (495) 995-06-07, 8 (963) 782-06-07 Владимир 8 (495) 772-69-81, 8-903-728-69-81

■ ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ недорого. Грузчики. Дачи. Квартирный переезд. Сборка и разборка мебели. 8 (495) 728-69-81, 8-903-728-69-81

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ ВЫПОЛНЮ электромонтажные работы любой сложности. 8(495)778-09-49, 8-903-293-77-05

■ КОСМЕТИЧЕСКИЙ ремонт квартир. Все виды ремонтных работ. Профессиональная клейка обоев - семейная пара. 8 (495) 407-60-41, 8-966-099-99-53

■ ВАША работа!!! срочно ищу сотрудницу(ка) для серьезной работы!!! доход достойный!!! Т.+7 (967) 070-35-81

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

■ ЮРИСТЫ. Суды, иски, претензии: по наследству, по недвижимости, по жилищным, по семейным спорам, ущерб и гражданским делам. ЗВОНИТЕ! 8 (495) 776-02-09

АНТИКВАРИАТ

■ ЯНТАРЬ куплю дорого, самовар угольный, подстаканник, статуэтки, серебро, портсигар, значки, иконы. 8 (495) 643-72-12

■ КУПЛЮ антиквар.книги, открытки, фарфор, литье, картины, иконы. 8-910-409-07-68

■ КУПЛЮ антиквар.книги, открытки, фарфор, литье, картины, иконы. 8-916-694-48-39

МОДЕЛИ Авто. Значки. Книги. Солдатики. Воен.форму. Желез. дор. 8 (495) 508-53-59

■ КУПИМ открытки, фотографии до 1940 г. 8-910-409-07-68, 8-916-694-48-39

■ КУПЛЮ янтарь, серебро, значки, знаки, самовары, иконы, картины, статуэтки и многое другое. 8 (499) 391-90-25

■ КУПЛЮ радиодетали б/у 8-903-125-40-10

■ ЧАСЫ, янтарь, иконы, значки, фарфор, серебро, монеты, фотоаппараты, бинокли. Выезд. 8-965-397-31-37

АНТИКВАР, книги, полки. 8 (495) 585-40-56

■ КУПЛЮ книги, фотографии, архивы, журналы, газеты, открытки, плакаты, портсигар, значки, иконы. Т.8-985-275-43-33

РАЗНОЕ

■ УТЕРЯННЫЙ аттестат о среднем образовании выданный Чебоксарской средней школой №29 в 1982г. на имя Стальской Ирины Юрьевны считать недействительным.

ЦЕЛТЕЛЬ-ПРОФЕССОР Разиф Шайхтдинов. Настойка 200 трам (патент 213-9072) – помогает сосудам, успокаивает нервы. Лиц. 0012/2006 Не является лекарственным средством. ☎ 8 (499) 204-4802

ДЕНЬГИ до 10% годовых от 2 мес. до 5 лет от 10 тыс. до 1.5 млн руб. БЕЗ ПРЕПОЛАТ И ПОРУЧИТЕЛЕЙ 8 (916) 909-77-14 ООО МН «Панкис» Рег. № в реестре юрлиц СПб №045/44 010115 от 24.01.2019 г. ОГРН 4033198178

Организатор торгов - АО «ОСД» (ИНН:7723811155, ОГРН:117746703579) сообщает о проведении публичных торгов по продаже акций и векселей ПАО «СОЛЬ РУСИ» (ИНН:9705032537; ОГРН:1157746217738), доли в уставном капитале ООО "ИЛИОН КАПИТАЛ" (ИНН:7703414664; ОГРН:1167746752425), а также права требования к ООО "ИНВЕСТ МОСТ" (ИНН:9709009987; ОГРН:1177746937345) ООО "ФИНГОРИЗОНТ" (ИНН: 7713775980; ОГРН: 1137746831595) и ОАО "БАНК РОССИЙСКИЙ КРЕДИТ" (ИНН: 7712023804; ОГРН: 1037739057070) на электронной торговой площадке «Фабрикант». Подробную информацию можно получить по тел. +7 (495) 909-93-22, доб. 352 и на сайте www.fabrikant.ru, e-mail: info@usdep.ru.

ХОТИТЕ РАЗМЕСТИТЬ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ЦЕНТР+»? ЗВОНИТЕ 8 (495) 374-74-87

Бесплатная еженедельная рекламная газета «Центр+город», (№ 46 Москва) Уредитель и издатель ООО «Центр+Сервис»

Главный редактор: Гладышев В.А. Адрес редакции: 107140, Москва, 1-й Красносельский пер., 3, пом. 1, комн. 75 Телефон отдела рекламы: 8 (495) 374-74-87

Газета зарегистрирована управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу. ПИ № ТУ50-01991 от 22 апреля 2014 г.

Отпечатано в АО «Красная Звезда» Адрес: 123007, г. Москва, Хорошевское ш., 38 Время подписания по графику: 21:00 Время подписания фактически: 15.11.2019, 21:00 Дата выхода в свет: 18.11.2019

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Тираж данного выпуска: 1 400 000 экз. № заказа: 5286-2019

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ С 25 НОЯБРЯ ПО 1 ДЕКАБРЯ

ОВЕН 21.03 – 20.04

В вашей семье может возникнуть недопонимание между домочадцами. Миротворцем придется выступить вам. В этот период не помешает устраивать сюрпризы для мужа. Наиболее благоприятные дни - 28 и 30 ноября.

ЛЕВ 23.07 – 22.08

Смело соглашайтесь на незапланированные поездки. Они подарят незабываемые эмоции и опыт. Время благоприятно для свадеб и прочих торжественных мероприятий. Велик риск обидеть хорошего человека.

СТРЕЛЕЦ 22.11 – 21.12

Важные дела можно и нужно планировать именно в данный период. Звезды сойдутся наилучшим для вас образом. Не бойтесь работы: вы все успеете и получите вознаграждение. Старайтесь не обсуждать никого за спиной.

ТЕЛЕЦ 21.04 – 21.05

Деньги придут откуда не ждали. Но вам придется буквально тут же их потратить. На работе подвернется интересный проект, который принесет продвижение по карьерной лестнице. Новые знакомые станут хорошими друзьями.

ДЕВА 23.08 – 22.09

Помириться после ссор, которые произойдут в данный период, будет не так просто. Так что не затевайте конфликты зря. Всерьез задумайтесь о переменах в жизни. Хороший период, чтобы посвятить время своим интересам, хобби.

КОЗЕРОГ 22.12 – 20.01

Старайтесь держать тайне от окружающих важные события, которые будут происходить в вашей жизни. Опасайтесь врагов и сплетников. Время благоприятно для любых начинаний, особенно если вы планируете осеменить деятельность.

БЛИЗНЕЦЫ 22.05 – 21.06

Будьте готовы к тому, что сейчас вы не будете ничего успевать. Дела начнут накапливаться, вы – нервничать. Пора взять отпуск и отдохнуть. Умиротворение в эти дни принесет работа с землей. Например, вы можете пересадить комнатные цветы.

ВЕСЫ 23.09 – 22.10

Дети полностью выйдут из-под контроля, чем могут доставить немало неприятностей. Подведут и коллеги: сейчас на них лучше не рассчитывать ни в чем. Дела начнут налаживаться с 28 ноября. В этот день запланируйте приятную встречу.

ВОДОЛЕЙ 21.01 – 18.02

Период может оказаться судьбоносным. Если сейчас вам захочется реализовать какую-либо идею – дерзайте! С возлюбленным старайтесь не ссориться. Если сами окажетесь виноваты, обязательно попросите прощения.

РАК 22.06 – 22.07

К новым знакомым присматривайтесь тщательнее, – велик риск встретить на своем пути мошенника. Во второй половине недели Раки будут подвержены хандре. Развезать ее помогут вечера, проведенные в теплой компании с друзьями.

СКОРПИОН 23.10 – 21.11

Жизнь заиграет новыми красками. Побалуйте себя чем-нибудь – хотя бы новым платьем. В период с 25 по 27 ноября не берите деньги в долг, даже если нужда будет заставлять. Вот увидите: дальше будет легче.

РЫБЫ 19.02 – 20.03

Оптимизм – вот что сейчас поможет справиться с любыми проблемами. Сложнее всего дела будут обстоять с финансами. Заручитесь поддержкой близких. На работу старайтесь не опаздывать: начальство будет придираться к мелочам.

РАЗГАДАЙ СУДОКУ

2		4		1		3		6
	1	8				7	4	
	4		7		1		2	
7				9				5
	2		3		5		6	
	7	2				5	8	
1	3		8		6			9

2	9		7		4		6	
			2		8			
6	7			4			3	8
8								3
		5	6		3	8		
7								9
9	1			3			7	5
			1		9			
5	8		2		9		4	

РАЗГАДАЙ СУДОКУ

Организатор торгов - ООО «СО «Трэйд-мастер» (410003, г. Саратов, а/я 956, ИНН 6450076258, ОГРН 1046405025336, тел. (8452)91-08-05, факс +7(8452)39-98-94, tr-master@yandex.ru) по поручению конкурсного управляющего ОАО «ТМЗ» Адушкина Юрия Алексеевича (ИНН 644919817503, СНИЛС134-518-462 53, 410000, г. Саратов, Главпочтамт, а/я 23), члена ПАУ ЦФО (ОГРН 1027700542209, ИНН 7705431418, 109316, г. Москва, Остаповский проезд, д. 3, стр. 6, оф. 201), сообщает о результатах торгов по продаже в ходе конкурсного производства (Решение Арбитражного суда г. Москвы от 24.06.2013 г., дело №А40-77694/12) имущества и прав требований Открытого акционерного общества «Тушинский машиностроительный завод» (125362, г. Москва, ул. Свободы, д. 35, ОГРН 1027700331053, ИНН 7733022008) на сайте www.fabrikant.ru: открытые торги, в форме аукциона, без ограничения состава участников, с открытой формой представления предложений о цене в 12 ч. 00 мин. 08.11.2019 г. по лотам №460-№468, №472-№479 признаны несостоявшимися в связи с отсутствием заявок на участие в торгах (сообщение о торгах в газете № 39 от 30.09.2019 г., стр.15).

МЕБЕЛЬ ПО ВАШИМ РАЗМЕРАМ

скидки до 30%

www.mir-mebely.su

◆ КУХНИ
◆ ПРИХОЖИЕ
◆ ШКАФЫ-КУПЕ
◆ ГАРДЕРОБНЫЕ
◆ БИБЛИОТЕКИ
◆ ДЕТСКИЕ КОМНАТЫ

ВЫЕЗД ДИЗАЙНЕРА, ДОСТАВКА И ПОДЪЕМ БЕСПЛАТНО

8 (495) 589-5782

КУПИМ АНТИКВАРИАТ

КНИГИ, ОТКРЫТКИ, ФОТОГРАФИИ, КАРТИНЫ, ИКОНЫ, ФАРФОР, БУДДИЗМ

8-910-409-07-68
8-916-694-48-39

Страна иудеев	«Зонтика» десантника	Царица Грузия	Дело в долгом ящике	Упорядоченное ожидание	Ослабляет силу джина	«Подвод» в стане дельфинов	Дорожка для «своих двоих»	Буба Касгорский	Кому продался Плохих?	Характер у него не сазар	Угрюмая скала	Злое дитя ада
Житель «желтой» части света	Сорт мелких зимних яблок	Примы цветового мира	Английский задавака	Республика СССР	При опасности думает ногами	Краска для волос	«Заморский» деликатес	Хижина дяди Вани	Горячее, затаявшееся в болоте	Затвердевший снег		
... и месяц	Конь - каурый мужчина - ...	«Верту» на старом телефоне	При опасности думает ногами	Стиль здания Манежа в Москве	Периодическое издание царя	Хвалы-ба от поэта	Один из братьев Стругацких	Поэт по имени Афанасий				
Ход конём	Пудра для агукающих	«Свечение души»	Главномос США									

ЗАВОД-ИЗГОТОВИТЕЛЬ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 5-10%

ОТ 3500.р ДО ЭЛИТНЫХ

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

• ФОТОПАНЕЛЬ
• 3D ПАНЕЛЬ
• ЛАМИНАТ
• МДФ
• ШПОН
• ПОРОШКОВОЕ НАПЫЛЕНИЕ
• ВИНИЛИСКОЖА

8(495) 648-49-13

БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР ДОСТАВКА УСТАНОВКА ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ

ЗАДВИЖКА В ПОДАРОК!

www.mos-dveri.ru

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ

ДВЕРИ

• МЕЖКОМНАТНЫЕ • СТАЛЬНЫЕ • ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ

✱ ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ от ПРОСТЫХ до ЭЛИТНЫХ

ВОЗМОЖНО ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДВЕРЕЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПРОЕКТУ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

Рассрочка 0%

Ветеранам, новоселам, старшему поколению

8 (495) 208-03-88

«ФУЖУНЬБАО ПЛЮС»

РАСТИТЕЛЬНЫЙ СТИМУЛЯТОР ПОТЕНЦИИ ДЛЯ МУЖЧИН

НОВЫЙ КУРСОВОЙ ПРЕПАРАТ ЛЕГЕНДАРНОГО БРЕНДА

Секс в любом возрасте!

ВСТРЕЧАЙ ОСЕНЬ ВО ВСЕОРУЖИИ!

Спрашивайте в аптеках: Трика, Маяк

Тел.: 8 (495) 364-39-00

ООО «Активная жизнь» Свидетельство о гос. регистрации RU.77.09.11.003.E.002395.06.16. от 08.06.2016 г. Подробности и условия проведения акции смотрите на сайте. Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Аквачистка ковров

С УДАЛЕНИЕМ ПЯТЕН И ЗАПАХОВ!



- ✓ Сухая химчистка диванов на дому
- ✓ Стирка пледов и одеял
- ✓ Химчистка кресел и стульев
- ✓ Профессиональная чистка мягкой мебели
- ✓ Чистка офисной мебели
- ✓ Химчистка колясок и автокресел



Экологически
чистые средства



Самая низкая цена
в Москве и области



Доставка от 1500 руб.
бесплатно!

+7 (499) 350-90-32 • +7 (916) 21-777-05

г. Москва, ул. Новослободская, дом 26, строение 1, оф. 352

пн-пт 9:00-19:00, сб 9:00-17:00

kover777.ru